

Glück

Glück kann man lernen

Von Glücksmomenten bis zum Bruttoinlandsglück – ein altes Menschheitsthema wird von Politik, Wissenschaft und der Pädagogik neu aufgegriffen. Wer darüber nachdenkt, landet bei den Kernfragen der Nachhaltigkeit – wenn nicht nur das Glück des Einzelnen, sondern auch das der anderen im Blick steht. In der Bildungsarbeit können eigene Annahmen und Erfahrungen über Glück reflektiert und dabei auch die Rahmenbedingungen des gesellschaftlichen Miteinanders angesehen werden.

□ Glückliche Menschen nutzen und entwickeln ihre sozialen und persönlichen Ressourcen, sind kreativer, motivierter, hilfsbereiter, sozialer und energievoller. Wenn das nicht mal eine Aussage ist! Doch wie wird man glücklich? „Glück kann man lernen“, behauptet Dominik Dollwitz-Wegner. Der Soziologe ist Mitbegründer des Fritz-Schubert-Instituts, ist als Glückscoach unterwegs und setzt sich für „Glück“ als Schulfach ein. „Als Erstes können wir trainieren, kleine Glücksmomente besser wahrzunehmen.“ Den satten Geruch des Herbstlaubs. Ein gutes Essen. Ein geschenktes Lächeln. Es gibt sehr viel, über das man sich freuen kann. Was er mit Glück meint, fasst er in einfachen Worten zusammen: Glück sei eine Sammelbezeichnung für positive Gefühle. Nicht mehr und nicht weniger. Im englischen Sprachraum unterscheidet man zwei Glücksbegriffe: „lucky“ und „happy“. Glück haben, wenn es der Zufall will, und das Glücklichsein im Sinne von Lebenszufriedenheit.

Glückspädagogik als neues Forschungsfeld

„Bildungsarbeit zum Thema Glück vermittelt Wissen über Glück und Wohlbefinden und erlaubt somit, eigene Annahmen und Erfahrungen übers Glück zu reflektieren und einzuordnen. Sie bietet Bausteine, um die persönliche Glückskompetenz zu entwickeln und setzt persönliche Fragen rund um das Glück in einen sozialen und globalen Kontext“, erklärt Jochen Dallmer, der an der Universität Kassel über Glück in der Bildungsarbeit promoviert. Was hat mein persönliches Glück mit Nachhaltigkeit, den Grenzen des Wachstums und unserem Lebensstil zu tun? Wie viel brauche ich zum guten Leben? Was ist überhaupt „gutes“ Leben? Wer das eigene Glücksstreben im

GLÜCK

Verhältnis zum Glücksstreben anderer reflektiert, kommt an gesellschaftlichen Wertefragen wie die der Gerechtigkeit, dem Miteinander in der Gemeinschaft und der globalen Solidarität nicht vorbei. Kritisch sieht Dallmer die implizite Annahme vieler BNE-Projekte, dass das ökologische Verhalten an sich das glücklich machende sei. Ein solcher Ansatz sei eher tugendhaft und moralisch motiviert, kümmere sich weniger um hedonistische Aspekte des subjektiven Empfindens und führe daher zu einem Widerspruch zwischen dem gesetzten Guten und dem empfundenen Glück. Um selbst erfahren zu können, wie die Aspekte des nicht materiellen Lebens zum Glück beitragen, bedürfe es Raum, genügend Zeit und einen Rahmen für kritische Reflexion.

Von der Politik wurde in Deutschland das Thema Lebenszufriedenheit in der Enquetekommission für Wachstum, Wohlstand und Lebensqualität bearbeitet. Sie empfiehlt, jenseits von rein wirtschaftlichen Kenngrößen ganzheitliche Wohlstandsindikatoren zu entwickeln, die auch Faktoren der psychischen und physischen Gesundheit, des sozialen Wohlergehens und andere Komponenten der Lebenszufriedenheit berücksichtigen. Weltweit gibt es zahlreiche Initiativen, die feststellen, dass der Blick auf die reine Wirtschaftsentwicklung nicht mehr ausreicht, um sich um das Wohl der Bevölkerung zu kümmern. Berühmtheit erlangte in diesem Zusammenhang das Land Bhutan im Himalaja, das anstrebt, sich nicht mehr am Bruttoinlandsprodukt zu orientieren, sondern das „Bruttoinlandsglück“ zu maximieren. Ein

interessanter Ansatz, die Gesellschaft nicht reich, sondern glücklich machen zu wollen.

Deutsche 2016 glücklicher als zuvor

Laut dem World Happiness Report, dem Welt-Glücks-Bericht der Vereinten Nationen, ist Norwegen derzeit das glücklichste Land. Danach kommt Dänemark und auf dem dritten Platz liegt Island. Deutschland findet man erst auf Platz 16. Will man der Deutschen Post glauben, befinden wir uns allerdings bereits auf dem Weg der Besserung. Der von ihr herausgegebene Glücksatlas bescheinigt den Deutschen im Jahr 2016 erstmals seit Jahren eine signifikante Steigerung des kollektiven Glücksniveaus. Materieller Wohlstand sei grundsätzlich für ein zufriedenes Leben förderlich, zumindest bis die Grundversorgung abgedeckt ist, da ist sich die Forschung einig. Danach wäre allerdings der Grenznutzen schnell erreicht. Ab einem bestimmten Haushaltsjahreseinkommen bringe mehr Geld nicht unbedingt mehr Lebenszufriedenheit. Das scheint sich inzwischen auch herumgesprochen zu haben: 57 Prozent der Deutschen sind laut einer Allensbach-Umfrage aus dem Jahr 2015 der Meinung, dass materieller Wohlstand nicht unbedingt etwas mit einem glücklichen Leben zu tun habe. Macht Geld also nicht glücklich? Um noch einmal Dollwitz-Wegner zu zitieren: „Nicht Geld, sondern noch mehr Geld macht nicht glücklich!“

Natürlich sind Statistiken zu Glück und Lebenszufriedenheit mit Vorsicht zu genießen, weil aus der Summe persönlicher Antworten ein schlichter Durchschnittswert ermittelt wird. Dennoch schaffen es knackige Glücksaussagen nicht ohne Grund in die Headlines der Nachrichten. Glück geht eben alle an. Für mehr kollek-

tives wie persönliches Glück gibt es noch einige Stellschrauben zu drehen. Dabei geht es nicht nur um das bloße Hochgefühl eines Glücksmoments. Es geht darum, ein dauerhaftes Gefühl des Wohlbefindens zu erlangen, Lebenskompetenz und Lebensfreude zu lernen. Das Ökologische Bildungszentrum München bietet hierzu von gemeinsamem Gärtnern bis zu politischer Beteiligung vielfältige Erfahrungsräume.

Verschiedene Bildungsangebote ermöglichen, über eigene Wertevorstellungen zu reflektieren – sei es im persönlichen, gesellschaftlichen oder im globalen Kontext. Das kann ganz konkret während eines Schulklassenprogramms zum Thema Glück geschehen. Auch wenn Schülerinnen und Schüler Teamgeist und gegenseitige Wertschätzung erleben, ihre Stärken erkennen und neue Fähigkeiten an sich entdecken,

werden wichtige Impulse gegeben, die dazu befähigen, zu einer Welt beizutragen, die unsere Lebensgrundlagen für alle und für die weiteren Generationen erhält.

Marc Haug, Geschäftsführer des Münchner Umwelt-Zentrums im Ökologischen Bildungszentrum München (ÖBZ),
E-Mail: marc.haug@oebz.de, www.oebz.de

BLICKPUNKT

Auf der Suche nach dem Glück

Schülerinnen und Schüler überlegen sich im Ökologischen Bildungszentrum München ihr persönliches Glücksrezept und verstehen, dass man nicht alles Glück kaufen kann.

Anna mag am liebsten Pizza, Joschka Nudeln. Cem freut sich über seine guten Noten, Malika über ihre Katze. Paul und Jonas haben gerade eine Band gegründet, Marie hat mit ihrer Handballmannschaft das letzte Auswärtsspiel gewonnen und alle drei wollen nichts lieber, als mit ihren Freunden Musik zu machen beziehungsweise Handball zu spielen. Anna, Cem und Malika, Paul, Jonas und Marie sind Schüler und Schülerinnen einer vierten Klasse einer Münchner Grundschule. Sie sind „auf der Suche nach dem Glück“ und haben dafür einen ihrer Unterrichtsvormittage ins Ökologische Bildungszentrum München verlegt. In dessen freundlicher und großzügiger Umgebung lässt es sich leicht mit dem außergewöhnlichen Schulstoff umgehen, findet ihre Lehrerin. Kann man nach dem Glück suchen? Und, viel wichtiger noch, wo kann man es finden? Und was ist das überhaupt – Glück?

Um dem Wesen des Glücks auf die Spur zu kommen, überlegen sich die Schülerinnen und Schüler Antworten auf die Fragen: Was magst du am liebsten? Worüber freust du dich? Was macht dich glücklich? Mit wem bist du gerne zusammen? Sie schreiben ihre Ansichten auf Moderationskarten, heften sie an die Übersichtstafel und stellen anschließend erstaunt fest, dass jede und jeder von ihnen etwas anderes bevorzugt – ein wesentlicher Schritt, um das schwer fassbare Glück greifen zu lernen. Jedem Menschen ist je nach Persönlichkeit, Alter und Lebensumständen etwas anderes wichtig. „Das ist gut so“, finden sie, „denn wir sind ja auch nicht alle gleich!“ Jedes Glückskärtchen hängt jetzt gleichberechtigt neben den anderen. Da versteht es sich fast von selbst, dass auch die unterschiedlichen Ansichten, was denn nun glücklich macht, gleichwertig sind. Einordnen lassen sich die unterschiedlichen Vorstellungen von Glück allerdings schon. Mit großem Eifer sortieren die Kinder die unterschiedlichen kleinen und großen Glücksmomente in Kategorien wie „persönliches Glück“, das „Glück mit anderen teilen“ oder unterscheiden das „materielle“ vom „immateriellen“ Glück. Sie verstehen, dass es einen Unterschied macht, ob man persönlich an etwas Gefallen findet, wie am Lieblingessen oder dem Lieblingstier, oder ob man etwas gemeinsam macht und ein Erlebnis teilt, wie zum Beispiel beim Fußballspielen oder dem Musizieren im Schulorchester. Genauso eingängig finden sie auch, dass man manches Glück zwar kaufen kann, zum Beispiel das neueste Computerspiel, anderes wie Gesundheit und gute Noten aber nicht.

Beinahe von alleine finden die Schüler und Schülerinnen auch die ganz besonderen Kategorien, die unerlässlich sind, um Glück zu empfinden. Zum Beispiel die Grundbedürfnisse wie Essen, Trinken, Schlafen und ein Zuhause, die befriedigt sein müssen. Oder die Grundrechte, die allen Menschen zustehen sollten, um ein glückliches und erfülltes Leben führen zu können. Schnell sind die Kinder dann bei aktuellen Themen wie Flucht und Krieg. Und diskutieren darüber, wie es sich unter diesen Umständen mit dem Glück verhält. „Jeder soll glücklich sein dürfen!“, fordert Daniele und Larissa ergänzt, „da können wir auch mithelfen“. Und alle gemeinsam überlegen auch gleich, wie.

Passend zu dieser sozialen Grundeinstellung ist auch, dass vielen der Neun- und Zehnjährigen ihre Freunde und Familie, das Zusammensein mit ihnen und ihre Gesundheit sehr wichtig sind. Selten stehen die großen materiellen Wünsche auf den Glückskärtchen, eher noch sehen die Schülerinnen und Schüler ihren schulischen Erfolg als Glücksgarant. Manchmal stellen die Viertklässler auch das Ganze infrage: „Man muss nicht immer glücklich sein!“, steht auf einer der Moderationskarten. Auch diese findet ihren Weg an die Tafel und wird mitten zwischen die anderen großen und kleinen Glücksversprechen geheftet und diskutiert. „Natürlich muss man nicht immer glücklich sein“, meint Anton. „Das geht ja gar nicht“, findet Nina, „da kommt manchmal was dazwischen.“

Damit die Schülerinnen und Schüler auch aus krisenhaften Zeiten einen Ausweg finden und sich an ihre eigenen glückversprechenden Ansichten erinnern, basteln sie sich ihr persönliches Erinnerungsstück: ein Glückstagebuch zum Beispiel, einen Glücksbringer als Anhänger für den Schlüsselbund, oder sie schreiben sich einen Erinnerungsbrief. Auch als Gemeinschaft werden sie im Schulklassenprogramm tätig und erfinden ihr eigenes Glücksrezept, mit dem sie gemeinsam besser durch ihren Schulalltag kommen. „Auf der Suche nach dem Glück“ – am Ende der drei Stunden hat jeder und jede ein eigenes kleines Stückchen vom Glück gefunden.

Simone Gerhardt, promovierte Biologin, freiberufliche Umweltpädagogin und Fachjournalistin, E-Mail: simone.gerhardt@web.de

ZUM THEMA

Studien I**Glücksatlas und Happiness Report**

□ Der Deutsche Post Glücksatlas 2016 bescheinigt der Republik eine Steigerung der kollektiven Lebenszufriedenheit. Das Glücksniveau der Deutschen hat mit einem Wert von 7,11 erstmalig das Zufriedenheitsplateau der letzten Jahre verlassen. Im europäischen Vergleich verbessert sich Deutschland von Platz 10 auf Platz 9. Ein Schwerpunkt der Studie lag beim Thema der kulturellen Offenheit. 38 Prozent der besonders toleranten Menschen geben an, sie seien in hohem Maße mit ihrem Leben zufrieden (Wert 9 oder 10 auf der Glücksskala von 0 bis 10). Bei der Gruppe der wenig toleranten Menschen sind es nur 16 Prozent, die die entsprechenden Top-Bewertungen auf der elfstufigen Zufriedenheitsskala abgeben. Der Durchschnitt der Deutschen liegt hier bei 30 Prozent. Je toleranter ein Mensch ist, desto zufriedener ist er mit seinem Leben. Daraus lässt sich zwar keine direkte Kausalität ableiten, es besteht jedoch ein sichtbarer Zusammenhang, schreiben die Autoren der Studie.

Der aktuelle World Happiness Report, ein Bericht über den Zustand des globalen Glücks, wird in Rom zum UN-Weltglückstag am 20. März 2017 (nach Redaktionsschluss) veröffentlicht. In dem seit 2012 herausgegebenen Bericht beschreiben führende Fachleute aus Wirtschaft, Psychologie, Analytik, Statistik, Gesundheit, Verwaltung und anderen Bereichen, wie Messungen des Wohlbefindens effektiv genutzt werden können, um den Fortschritt der Nationen zu beurteilen. Der Bericht zeigt, wie die neue Wissenschaft des Glücks persönliche und nationale Variationen von Glück erklärt. Der Weltglücksbericht spiegelt eine neue weltweite Nachfrage nach mehr Beachtung des Glücks als ein Kriterium für Regierungspolitik.

- ▷ www.gluecksatlas.de
- ▷ www.worldhappiness.report

Studien II**Glück und Nachhaltigkeit**

□ Der Politikwissenschaftler Jochen Dallmer bearbeitet im Rahmen seiner Promotion an der Universität Kassel die Hypothese, dass subjektives Wohlbefinden (Glück) und nachhaltige Lebensstile (Suffizienz) keineswegs entgegengesetzt sind, sondern produktiv in Zusammenhang gebracht werden können. Eines der Ziele ist, die Erkenntnisse für die Bildung für nachhaltige Entwicklung anwendbar zu machen. Er stellt Zwischenergebnisse seiner Arbeit und einen Blog mit vielen Buchtipps, Filmen und Materialien im Internet zur Verfügung.

- ▷ www.glueckundnachhaltigkeit.de

Fortbildungen**Schulfach Glück**

□ Zwischen September 2017 und Juli 2018 findet in Heidelberg eine zwölfteilige Fortbildung des Fritz-Schubert-Instituts zum Thema „Schulfach Glück“ für Lehrkräfte, ErzieherInnen und andere pädagogische Fachkräfte statt. Ziel ist, dass die Teilnehmenden das Schulfach Glück didaktisch planen und unterrichten können. Der Veranstalter weist auch auf Fortbildungen von TrainerkollegInnen in Hamburg, Aachen und weiteren Orten hin.

- ▷ www.fritz-schubert-institut.de/fortbildungen

AUS ANU UND UMWELTZENTREN

Rheinland-Pfalz**BNE-Landeskongress 2017**

□ Die ANU-Rheinland-Pfalz veranstaltet am 7. Juni in Landau einen landesweiten BNE-Kongress für Lehrende aus dem Hochschulbereich, LehrerInnen aus allen Schulbereichen, MultiplikatorInnen aus dem Bereich der Außerschulischen Bildung sowie VertreterInnen aus Politik,

Wirtschaft und Gesellschaft. Mit der vorher unter Koordination der ANU erstellten Zukunftskonzeption war eine klare gemeinsame Ausgangsposition für die Weiterentwicklung von Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) gesetzt worden. Der Landeskongress soll Perspektiven von BNE in Rheinland-Pfalz anhand von 30 Beispielen in neun Foren konkret aufzeigen. ReferentInnen sind unter anderem Landesumweltministerin Ulrike Höfken, Professor Kai Niebert, Universität Lüneburg und Präsident des Deutschen Naturschutzrings, sowie Annette Dieckmann, Vorsitzende des ANU Bundesverbandes und Mitglied der Nationalen Plattform des Weltaktionsprogramms BNE.

- ▷ www.anu-rlp.de/aktuelles/landeskongress-programm-und-informationen

WISSENSWERT

Website**Energiewende live**

□ Auf einen Blick und tagesaktuell stellt die Website von WWF und dem Ökoenergieanbieter Lichtblick Daten und Grafiken zur Energiewende in Deutschland zusammen. Wichtige Kennzahlen werden in anschaulichen Grafiken aufbereitet. Die „Pinnwand“ illustriert zum Beispiel die deutschen Treibhausgasemissionen und den Strommix des Tages oder vergleicht die finanzielle Förderung für fossile und Atomenergie sowie erneuerbare Energien. Die Darstellungen eignen sich gut für die Einbindung in Bildungsveranstaltungen.

- ▷ www.energiewendebeschleunigen.de/dashboard

App**Nachhaltige Entwicklungsziele in Aktion**

□ Die App „SDGs in Action“ bietet aktuelle Informationen zu den weltweiten Ent-

wicklungen der Sustainable Development Goals, zu Aktionen und Möglichkeiten selbst aktiv zu werden. Die App wurden von den Vereinten Nationen zusammen mit Partnern entwickelt.

▷ www.sdgsinaction.com

Praxismaterial

Der Jugend gerecht werden

□ Wie kann man einen Ort jugendgerecht gestalten? Wie bleibt eine Kommune ein Lebensraum zum Wohlfühlen? Wer unterstützt Jugendliche bei der Zukunftsgestaltung? Praxistipps für Fragen rund um Jugend, Politik und Fachkräfte bietet eine digitale Werkzeugbox der Koordinierungsstelle „Handeln für eine jugendgerechte Gesellschaft“ in der Arbeitsgemeinschaft für Kinder- und Jugendhilfe. In den vier Handlungsfeldern Heimat für Jugend, Bildung und Arbeit, Mitwirkung und Teilhabe sowie Strategien für Nachhaltigkeit gibt es praktische Methoden, theoretisches Hintergrundwissen und Argumentationsstützen. Im Rahmen des bundesweiten Prozesses „Jugendgerechte Kommunen“ hat die Koordinierungsstelle auch eigene Materialien entwickelt, um kommunale Prozesse für Jugendgerechtigkeit zu gestalten.

▷ www.werkzeugbox.jugendgerecht.de

Schulprojekt

Nordrhein-Westfalen: Energiewende macht Schule

□ Die Hochschule Düsseldorf möchte in Kooperation mit „Die Bildungsgenossenschaft – Beste Chancen für alle eG“ SchülerInnen für die Energiewende begeistern. Damit junge Menschen das neue Energiezeitalter aktiv mitgestalten können, sollen Schulen in Nordrhein-Westfalen mit Hochschulen, Unternehmen, Verbänden und Netzwerken zusammenarbeiten. Zu

einer Reihe verschiedener Formate gehört die „Lernpartnerschaft Schule – Unternehmen“, eine langfristige Zusammenarbeit zwischen einer Schule und einem Unternehmen aus dem Bereich erneuerbare Energien. Im Rahmen von „Schülerunternehmen Energiewende“ werden Schülerinnen, Schüler und Lehrkräfte dabei unterstützt, zum Beispiel eine Schülergenossenschaft zu gründen. Außerdem gibt es einwöchige Schnupperangebote im Studiengang Prozess-, Energie- und Umwelttechnik an der Hochschule Düsseldorf und Einblicke in das Studierendenleben durch Studibotschafter und Schüler-Scouts.

▷ www.energiewende-macht-schule.de

Ländliche Bildungshäuser

Lebensmittelverluste verringern

□ Mit gutem Vorbild vorangehen will der Verband der Bildungszentren im ländlichen Raum (VBLR) und neben den Bildungsangeboten seiner Häuser zu nachhaltiger Ernährung ein Nachhaltigkeitsmanagement für alle ihre bundesweit 45 Bildungsstätten entwickeln. Die verschiedenen Häuser verpflegen jährlich etwa eine halbe Million Teilnehmende an über 20.000 Seminaren. Im Fokus wird die gesamte Lebensmittelkette stehen – vom Einkauf über die Lagerung und Verarbeitung bis hin zum Konsum der Nahrungsmittel. Es werden Curricula für die Bildungsarbeit mit Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern (Familien) zum verlustarmen und verantwortungsvollen Umgang mit Lebensmitteln erarbeitet und verbreitet.

Modelleinrichtung hierfür ist die Katholische LandvolkHochschule (KLVHS) Oesede im niedersächsischen Georgsmarienhütte.

▷ www.lernen-im-gruenen.de

UMWELTBILDUNGSVERANSTALTUNGEN

Weitere aktuelle Termine finden Sie im Internet unter www.umweltbildung.de.

24. 04., Hamburg (D)

Ökolandbau hier und im Globalen Süden

BNE-Workshop im Rahmen des „NUN-Qualitätsentwicklungsverfahrens“ in Zusammenarbeit von Ökomarkt e.V., Fair Trade Stadt Hamburg und Engagement Global gGmbH,

▷ www.save-our-future.de/nun-zertifizierung.html

27.04., Kulturzentrum Pavillon, Hannover (D)

Flucht und Migration: Neue Wege gehen! Globales Lernen praktisch.

Fachtag und Bildungsmarkt für Lehrkräfte und Referent*innen, veranstaltet durch das Niedersächsische Kultusministerium, den Verband Entwicklungspolitik Niedersachsen (VEN) und weitere Partner.

▷ www.ven-nds.de/globales-lernen/aktuell

Ab 12.06. Campus Karnitz (Mecklenburg-Vorpommern) (D)

Transmedia Storytelling: Kultur des Klimawandels – Kommunizieren für die Zukunft. Internationale Sommeruniversität 2017.

Umwelt- und NachhaltigkeitswissenschaftlerInnen arbeiten zusammen mit PraktikerInnen aus Film, Neuen Medien und Storytelling. Fünfmonatige Weiterbildung.

▷ www.ccclab.info/karnitz

9.–15. September, Vancouver, Canada

Culturenvironment: Weaving new Connections. World Environmental Education Congress (WEEC)

▷ www.weec2017.eco-learning.org

Impressum

ökopädNEWS

Herausgeber

ANU

Arbeitsgemeinschaft
NATUR- UND UMWELTBILDUNG
Bundesverband e.V.

Redaktion

Annette Dieckmann (verantw.), dieckmann@anu.de,
Angelika Schichtel, schichtel@anu.de,
ANU-Bundesverband e. V.,
Kasseler Str. 1a, D-60486 Frankfurt/M.,
Tel. +49(0)69/716 73329 - 21, Fax -10,
bundesverband@anu.de,
www.umweltbildung.de