

Über das Glück im Unterricht

ExpertInnen-Meinungen zum Glücklichsein im Schulalltag.

Bachelorarbeit

im Studiengang Erziehungswissenschaften

an der

Universität Salzburg

eingereicht von: Mag.^a (FH) Tina Kirchweger

Matrikelnummer: 1022230

betreut durch: Mag.^a Dr.ⁱⁿ Sylvia Eder

Salzburg, 20. März 2016

Inhaltsverzeichnis

Abstract	4
Hinweise	5
Abbildungsverzeichnis.....	6
Eidesstattliche Erklärung	7
1 Einführung	8
2 Glück.....	10
2.1 Erkenntnisse aus der Glücksforschung	13
2.2 Modelle und Wege zur Steigerung des Glücks.....	17
2.3 Positive Effekte des Glücklichseins	19
3 Glück in der Schule.....	22
3.1 Fritz-Schubert und das Schulfach Glück	26
3.2 „Glück macht Schule“ in der Steiermark.....	29
3.3 Glück Global.....	31
4 ExpertInnen-Interviews.....	33
4.1 Methodik	33
4.2 Durchführung der Interviews	34
4.3 Darstellung der ExpertInnen	35
5 Darlegung und Diskussion der Ergebnisse	37
5.1 Persönliche Definition von Glück, Glückskonzepte und Motivation ..	37
5.2 Glück im Unterricht – Chancen und Idealvorstellungen	39
5.3 Lehrende – Kritik und Idealvorstellungen	44
5.4 Notwendige und mögliche Schritte.....	47
6 Fazit.....	51
6.1 Wege der stärkeren Integration von Glück in den Unterricht.....	54
6.2 Ausblick	55
6.3 Kritik	56
Literaturverzeichnis	58
Anhang.....	60

Als ich 5 Jahre alt war,
erzählte mir meine Mutter,
dass Glücklichein der wahre Schlüssel zu einem erfüllten Leben ist.

Mit 6 wurde ich schließlich gefragt,
was ich denn werden möchte, wenn ich mal groß bin.

Ich antwortete „glücklich“.
Meine Lehrerin meinte, ich hätte die Frage falsch verstanden.
Ich wusste aber, sie hatte das Leben falsch verstanden.

(John Lennon)

Abstract

„Glück ist ein Geschenk von Aktivität (Bucher, 2009, S. 208).“

Glücklichsein kann gelernt werden und welche Schritte dafür vor allem im Bereich des Unterrichts zu gehen sind, liegt im Fokus dieser Arbeit. Dabei wird Glück im Sinne von anhaltendem Wohlbefinden, in Verbindung mit häufigem Empfinden positiver Affekte und seltenem Empfinden negativer Affekte, verstanden. Ganze 40 % des Glücksempfindens können aufgrund von entsprechenden Handlungsstrategien, Sicht- und Denkweisen sowie einfachen Methoden positiv beeinflusst werden, was Glücklichsein zu gewissen Teilen erlernbar macht.

Schule ist ein geeigneter Ort um diese Fähigkeit zu erarbeiten – auch beglückende Aktivitäten wie neugieriges Lernen, Flow-Erleben, Lachen und Humor, gegenseitiges Helfen, in guter Gesellschaft sein und Sinnfindung, sind in diesem Rahmen ideal möglich. Etliche Studien zeigen allerdings, dass das Wohlbefinden von Schulkindern während der Schulzeit sehr gering und geprägt von Ängsten ist. Im Rahmen des empirischen Teils in Form von ExpertInnen-Interviews kristallisiert sich weiter heraus, dass oftmals zu wenig motivierte Lehrkräfte mit unzureichender didaktischer Kompetenz und ein schlechtes Schulklima dazu beitragen. Für Schulen als Orte des Lernens und Wachsens, sind diese Zustände maßgeblich erfolgshemmend. Lösungsansätze sehen die Befragten vor allem in Veränderungen der LehrerInnen-Ausbildung, die stärker auf didaktische Fähigkeiten ausgelegt werden soll, sowie die neuesten Ergebnisse der Glücksforschung thematisieren muss. Ebenso wichtig wird die Reduktion des reinen Wissenstransfers in herkömmlicher Methodik, hin zu mehr emotionaler und sozialer Kompetenz im Unterricht gesehen. Eine glückliche Gesinnung ist die Basis gelingenden Lernens – beispielsweise werden kognitive Prozesse verbessert, die Kreativität gefördert und das Umgehen mit Krisen erleichtert. Fächerübergreifender, sinnstiftender und begeisternder Unterricht kann als Unterrichtsprinzip eines jeden Lehrenden in jeder Schulstufe zu einem gesteigerten Glücksempfinden und in weiterer Folge zu einem besseren Schulklima beitragen.

Glücklich zu sein ist weiterführend nicht nur für jedes Individuum aufgrund vieler persönlicher Vorteile anzustreben, sondern auch von gesamtgesellschaftlicher Relevanz, da es sich beispielsweise positiv auf die Lebensdauer, das Immunsystem, sowie die Resilienz auswirkt. Diese Arbeit soll demnach einen Beitrag zur Glückssteigerung der Gesellschaft leisten, mit dem Schwerpunkt darauf, schon im Kindesalter anzusetzen, um durch den Schulalltag den Weg zu einem Mehr an Lebenszufriedenheit zu ebnen.

Hinweise

Abkürzungen

Abb.	Abbildung
Aufl.	Auflage
bzw.	beziehungsweise
ca.	circa
etc.	et cetera
ev.	eventuell
f.	folgend
ff.	fortfolgend
Hrsg.	Herausgeber
I.	Interview
Min.	Minute
p.M.	persönliche Mitteilung
u.U.	unter Umständen
usw.	und so weiter
v. Chr.	vor Christus
vgl.	vergleiche
z.B.	zum Beispiel
Z.	Zeile

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1 Einfluss auf Glücksempfinden	15
Abb. 2 Vier Säulen des Bildungswesens in Europa	22

Eidesstattliche Erklärung

Hiermit erkläre ich, Tina Kirchweger, geboren am 10.04.1986 in Amstetten, eidesstattlich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe. Die aus anderen Quellen direkt oder indirekt übernommenen Gedanken, Daten und Konzepte sind unter Angabe der Quelle gekennzeichnet. Die Arbeit wurde bisher weder in gleicher noch in ähnlicher Form einer anderen Prüfungsbehörde vorgelegt und auch noch nicht veröffentlicht.

Salzburg, am 20. März 2016

1 Einführung

Die Intention dieser Arbeit liegt darin, Menschen ehestmöglich mit Methoden und Strategien zur Umsetzung einer glücklichen Lebensweise auszustatten. Die mitteleuropäische Gesellschaft sieht sich immer öfter mit den Begriffen „Burn-Out“, „Depression“ und „Stress“ konfrontiert. Ergebnisse aus der Glücksforschung zeigen auf, dass Glück einhergeht mit besseren sozialen Bindungen, einem stärkeren Immunsystem, besseren Copingstrategien, einer längeren Lebensdauer und Erfolg im Beruf. Diese Liste kann überdies mit weiteren positiven Effekten fortgesetzt werden. Schon für den griechischen Philosophen Aristoteles (350 v. Chr.) ist Glück das „höchste Gut“ (vgl. Bucher, 2009, S. XI ff). Die Frage, die sich aufdrängt ist allerdings – weshalb lernen wir unseren Kindern nicht, wie sie dieses scheinbar erstrebenswerte Gut des Glücklichseins erreichen können?

Den Kindern schon früh Werkzeuge in die Hand zu geben, um mit etwaigen Krisen umzugehen und Veränderungen gesund zu meistern, sollte demnach als Bildungsauftrag und wünschenswerte Konsequenz im Erziehungswesen gelten.

Natürlich könnte man einwenden, dass Glück als durchgängiges Unterrichtsprinzip und die Förderung der Persönlichkeit und Lebenskompetenz in allen Fächern anzustreben ist. Die Fächer Religion, Ethik, Philosophie bieten sich mit ihren Inhalten vielleicht besonders dafür an. Allerdings handelt es sich bei den anzustrebenden Lernzielen in diesen Fächern vorwiegend um abprüfbare Wissensinhalte, die überwiegend kognitiv ausgerichtet sind. Sie berücksichtigen weniger oder gar nicht die körperlichen und emotionalen Bereiche. [...] Außerdem gilt es, ihnen [den SchülerInnen] Techniken aufzuzeigen, wie sie mentale Blockaden und Krisen überwinden können (Fritz-Schubert, 2014, S. 168f).

Ziel dieser Arbeit ist demnach aufzuzeigen, ob bzw. welche Chancen Glück im Unterricht für die SchülerInnen bietet, sowie mögliche Umsetzungsempfehlungen aus ExpertInnen-Sicht zu generieren.

Hypothese und Konzept

Der Mensch strebt prinzipiell nach einem glücklichen, zufriedenen Leben – was auch das größer werdende Interesse am Forschungsfeld „Glück“ veranschaulicht. Diese Arbeit widmet sich demnach dem Feld der Glücksforschung – vor allem hinsichtlich möglicher Implementationen der Ergebnisse in den Schulunterricht. Martens (2014, S. 82f) wie auch Bucher (2009, S. 92ff) führen Aspekte an, die es zu beachten gilt, um ein stärker ausgeprägtes Glücksempfinden im Alltag erleben zu können. Der Verein „Glück macht Schule“ unter der Leitung des Glück-Spezialisten Stefan Gros zielt unter anderem darauf ab, dass SchülerInnen wie LehrerInnen sich in der Schule wohler fühlen. „Schule wäre gemacht für Glück (Stefan Gros, 2015, p.M.).“

Für diese Bachelorarbeit kristallisiert sich folgende Annahme heraus: Laut ExpertInnen ist es wichtig, Ergebnisse aus der Glücksforschung in den Schulalltag zu integrieren. In einem nächsten Schritt geht es darum, wie diese implementiert werden können.

Es wird vorab eine für diese Arbeit gültige Definition von „Glück“ bzw. „Glücklichsein“ herausgearbeitet und klar abgegrenzt. Dies ist besonders wichtig, da der Terminus „Glück“ in der deutschen Sprache – im Vergleich zu anderen Sprachen – mehrdeutig verwendet werden kann (vgl. Fritz-Schubert, 2008, S 47). Unterschiedliche Modelle zur Steigerung des Glücksempfindens werden thematisiert, wie beispielsweise die Glückssteigerungswissenschaft von Fordyce (vgl. Bucher, 2009, S. 177f). In weiterer Folge wird das Thema Glück im Umfeld Schule bzw. Unterricht beleuchtet. Es wird ein Überblick über die Ausführungen von Ernst Fritz-Schubert – welcher ein Vorreiter des Glücks-Fach im deutschsprachigen Raum ist – gegeben, bevor auf das steiermärkische Konzept „Glück macht Schule“ eingegangen wird. Eine kurze globale Betrachtung von Glück schließt dieses Kapitel ab. Der empirische Teil der vorliegenden Arbeit umfasst eine Befragung der Expertin Dr. Eva Maria Chibici-Revneanu vom Landesschulrat Steiermark, die den Glücks-Unterricht in der Steiermark eingeführt hat sowie zweier Experten wie dem Glücksforscher Dr. Anton Bucher und dem Glücks-Experten und Glücks-Trainer Mag. Ing. Mag. Stefan Gros MScMA. Anhand dieser ExpertInnen-Interviews sollen Chancen, Umsetzungsmöglichkeiten und Zukunftsweisendes hinsichtlich des Themas Glück in Schulen herausgearbeitet werden. Die Auswertung der Interviews erfolgt inhaltsanalytisch nach Mayring (2002). Eine Verknüpfung der theoretischen sowie empirischen Erkenntnisse, ebenso konkrete Handlungsempfehlungen folgen im Fazit.

2 Glück

„Der Sinn des menschlichen Daseins ist das Glück (Aristoteles, ca. 350 v. Chr.).“

Glück zu definieren ist ein ähnlich schweres Unterfangen, wie das Wesen der Musik zu erklären. Dementsprechend gibt es verschiedene Ansätze. So unterscheidet beispielsweise Fritz-Schubert (2014, S. 48) hinsichtlich Dauer und Intensität, wobei zwischen emotional intensiv und episodisch erlebten Glück und dem länger anhaltenden Erleben einer Glücksbefindlichkeit differenziert wird. Oftmals wird der Terminus über synonyme Begrifflichkeiten wie Zufriedenheit, Lebensqualität, subjektives Wohlbefinden oder ein gutes Leben erklärt (vgl. Martens, 2014, S. 27). Ebenso kann die Beschreibung der Situationen in denen es erlebt wird, wie genau es erlebt wird, oder über die biochemischen, neuronalen Vorgänge im Körper erfolgen. Wie auch Bucher (2016, p.M.) feststellt, ist es gerade bei einem Begriff dieser Art die Aufgabe der in der Wissenschaft tätigen Person, in jeder spezifischen Arbeit eine für diese gültige Definition zu finden.

Da diese Arbeit Glück vor allem im Kontext des Unterrichtens sieht, werden die Begriffe „Glück“ oder „Glücklichsein“ im Sinne eines längerfristigen Wohlbefindens verwendet. Dazu wird gezählt, dass der Mensch über Strategien verfügt um mit Rückschlägen umzugehen sowie fähig ist, glückliche Momente erkennen, erleben und herbeiführen zu können. Sollte es nicht explizit erwähnt sein, ist mit „Glück“ in dieser Arbeit also nicht das „Zufallsglück“ oder ein spontanes, positives „Widerfahrnis“ gemeint.

Diese Definition findet Anlehnung an ein unter ForscherInnen anerkanntes Konstrukt des „subjektiven Wohlbefindens“ von Diener, Suh & Oishi (1997), das unter der Nennung der Begriffe „Glück“ oder „Glücklichsein“ folgende Punkte zusammenfasst:

- Globale bzw. zumindest länger anhaltende Lebenszufriedenheit
- Häufige positive Affekte: Freude, Begeisterung, Überschwang
- Seltene negative Affekte: depressive Verstimmungen, Ärger, Stress

(vgl. Bucher, 2009, S. 10).

Voranstehendes Konstrukt kommt dem eudämonischen Glück, dessen Erklärung auf Aristoteles zurückgeht, sehr nahe. Der eudämonische Ansatz bedeutet, sein Leben auf eine erfüllende und befriedigende Art und Weise zu erfahren, indem Stärken gelebt wer-

den und man engagiert seine Ziele verfolgt – allerdings stets aus eigenem Antrieb – wobei ebenso das Wohle der anderen Menschen im Fokus steht (vgl. Theves, 2011). Bezüglich Glück im Unterricht, soll auch folgendes Zitat hinsichtlich des glücksfördernden Umgangs mit Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft seine Relevanz finden:

Positive Emotionen können wir haben mit Blick auf die Vergangenheit, die Gegenwart oder die Zukunft. Positive auf die Zukunft gerichtete Emotionen schließen Optimismus, Zuversicht, Glauben und Vertrauen ein. Zu den positiven Emotionen bezüglich der Gegenwart gehören Freude, Ekstase, Gelassenheit, Schwung, Überschwang, Vergnügen und am wichtigsten, Flow. Dies sind die Emotionen, die die meisten Leute meinen, wenn sie über Glück sprechen – beiläufig und meist in einem viel zu engen Sinne. Die positiven Emotionen mit Bezug auf die Vergangenheit umfassen Genugtuung, Zufriedenheit, Erfüllung, Stolz und Behagen. ... [Es ist doch] erstrebenswert in allen drei Modalitäten glücklich zu sein (Seligmann, 2012, S. 111).

Sofern in dieser Arbeit der Begriff „Glück“ in Bezug auf Unterricht fällt, ist hier nicht die theoretische Wissensvermittlung von Ergebnissen der Glücksforschung gemeint, sondern die Durchführung von Maßnahmen, Übungen etc., die das bestmögliche Erreichen vorangehender Glücks-Beschreibung zum Ziel hat.

Ein kurzer historischer Abriss über das Thema Glück soll Hinweise auf seine Stellung in der Gesellschaft geben. Wie schon das Zitat von Aristoteles zu Beginn des Kapitels zeigt, ist die Glücksfrage bereits seit langem und teilweise auch eng mit der Sinnfrage menschlichen Seins verbunden. Dies wird auch von Bien (1998, S. 24) hervorgehoben:

Alle Menschen streben von Natur und daher unauflösbar nach Glück. Das haben auch die Kenner des menschlichen Herzens, haben Platon und Aristoteles, Epikur und Seneca (wie auch alle anderen Stoiker), haben Augustinus und Thomas ebenso behauptet wie Leibniz, Immanuel Kant, die angelsächsischen

Utilitaristen J. Bentham und [...] Sigmund Freud und Hermann Hesse (Bien, 1998, S. 24).

Im letzten Jahrhundert galt Glück für lange Zeit als nicht definierbar, weil es als Privatsache angesehen und daher hochgradig individuell eingestuft wurde. Dies erschwerte auch Versuche sich als seriöse Wissenschaftlerin bzw. seriöser Wissenschaftler dem Themengebiet des Glücks ohne Einbußen des Ansehens zu widmen (vgl. Bellebaum, 1998, S. 14). Im Laufe der Zeit kam es jedoch zu einer Trendwende und die wissenschaftliche Befassung mit Glück rückte vor allem in den letzten 20 Jahren immer mehr in den Fokus der Forscher. Damit einhergehend stieg vermutlich auch der bewusste Wunsch des Menschen danach, generell glücklicher zu werden, was auch auf gesamtgesellschaftliche vermehrt auftretende Phänomene wie Depressionen, Burn-Out und ähnlichen zurückzuführen ist.

Die Suche nach dem Glück hat nun Hochkonjunktur, was auch die Entwicklungen am Buchmarkt zeigen: Waren es im Jahr 2000 nur 50 Bücher, die zum Thema Glück veröffentlicht wurden, ist diese Anzahl bis ins Jahr 2008 auf 4.000 Bücher angestiegen (vgl. Servus TV, 2013, Min. 4). Ein ähnlicher Anstieg kann auch bei Zahl durchgeführter Studien zum Thema Glück erfasst werden. In den 60er Jahren waren es nur rund 60 Studien und 30 Jahre später rund 1.350. Der Großteil dieser Studien ist mit 93 % der Fachrichtung Psychologie zuzurechnen, zu 4 % der Medizin und zu 3 % der Philosophie (vgl. Braun, 2002, S. 47). Wenn es um die Erforschung und Beantwortung zu Fragestellungen hinsichtlich des menschlichen Glücks geht, findet man diese heutzutage in vielen Disziplinen wie z.B. der Psychologie, der Biologie, Sozialpsychologie, Medizin, Soziologie, Kulturanthropologie, Staatstheorie, Ökonomie etc.. Vormalig wurden sie meist alleinig der Philosophie zugeordnet (vgl. Bellebaum, 2002, S.9). In starkem Zusammenhang und oft literarisch in einem Atemzug mit Glücksforschung erwähnt, wird die Positive Psychologie – die in unseren Breitengraden stark durch Martin Seligmann geprägt wurde – sowie was Glück und Unterricht betrifft, die Theorie des Flows von Mihály Csíkszentmihályi.

Dr. Ha Vinh Tho leitet das Gross National Happiness Center und sieht Glück heutzutage vor allem auch als PräsidentInnen-Sache, die eine Ausweitung auf alle Ministerien bzw. die gesamte Bevölkerung zur Folge haben soll. Er sieht es als Pflicht des Staates, das Wohlbefinden seiner Bürger zu steigern, indem die Regierung viele Möglichkeiten zur

Glückssteigerung bietet – unter anderem auch die des Glücks-Unterrichts (vgl. Ha Vinh Tho, 2013, Min. 1). Dies sieht Braun (2002, S.44) ähnlich:

Wenn Glück aber in einer im historischen Rückblick zwar erheblich ausgeweiteten, letztendlich aber immer beschränkten Lebenszeit zu verwirklichen ist, dann muss Sorge dafür getragen werden, dass glücksbegünstigende Zustände geschaffen, zumindest aber glücksverhindernde Zustände beseitigt werden. Da dies die Möglichkeiten des Einzelnen übersteigt, liegt es nahe, Glück zu einer öffentlichen Aufgabe zu machen. Damit ist die Politik gefordert.

Das Nachfolgende Kapitel erörtert einige grundlegende Erkenntnisse aus der Glücksforschung, die aufzeigen wie das Glückempfinden beeinflusst wird und in welchen Bereichen es zu Auswirkungen kommen kann.

2.1 Erkenntnisse aus der Glücksforschung

„Die Wissenschaft bestätigt, dass wir durchaus etwas für unser Glück tun können (Martens, 2014, S. 40).“

Was Martens durch die moderne Wissenschaft bestätigt sieht, hat schon 350 Jahre v. Chr. Aristoteles propagiert. Bereits damals hat er das Glück unter anderem als etwas gesehen, das erlernt werden kann und eine gewisse Haltung erfordert, Tätigkeiten verlangt und von seelischem, körperlichen und materiellen Gut beeinflusst wird (vgl. Martens, 2014, S. 28).

Moderne Studien zeigen, dass die emotionale Intelligenz – authentisch in seinen Emotionen zu sein und sie so zu regulieren, dass das Wohlbefinden gefördert wird – der einflussreichste Prädiktor für ein glückliches Leben ist (vgl. Bucher, 2009, S. 54f). Was allgemein als „glücklich“ bewertet bzw. wie Glück erlebt wird führt Bucher (2009, S. 6) in nachfolgender Auflistung nach einer Studie von Hoffman (1981) an:

1. In qualitativ guten Beziehungen: „Ich fühlte mich anderen nahe“;

2. Als schöpferische Kraft: „Ich spürte einen großen Tatendrang“;
3. Öffnung der Sinne: „Ich hatte das Gefühl, mit der Landschaft eins zu sein“;
4. In der Erotik: „Ich hatte ein Gefühl von Wärme in der Bauchgegend“;
5. Als Ruhe und Entspannung: „Ich atmete ganz ruhig“;
6. Spontaner Ausdruck überfließender Energie: „Ich spürte den Drang, zu lachen, zu singen, zu tanzen“;
7. Ekstase: „Ich wollte zerfließen, mich auflösen“;
8. In der Beziehung zu Transzendenz: „Ich hatte Vertrauen zu Gott“;
9. Als Trance: „Ich war in einem Zustand der Selbstvergessenheit“;
10. Als Enthobenheit aus der Zeit: „Mein Zeitgefühl war aufgehoben“;
11. Als Bejahung von Leben: „Das Leben erschien mir sinnvoll“;
12. Als positiver Selbstwert: „Ich war meiner selbst sehr sicher.“

Ein viel verbreiteter Irrglaube der westlichen Gesellschaft, dass mehr materieller Reichtum gleichzeitig zu mehr Glück im Leben führe, ist durch zahlreiche Studien widerlegt. Als Beispiel sei an dieser Stelle eine Studie angeführt, die Untersuchung mit Lottogewinnern hinsichtlich ihres Glücksniveaus vor und zu unterschiedlichen Zeitpunkten nach ihrem Gewinn als Inhalt hatte. Weiters unterstützen voranstehende Ergebnisse Studien, die durch Untersuchungen des gemeinen gesellschaftlichen Wohlstands den Vergleich zum gesamtgesellschaftlichen Glückempfinden ziehen. Das Glücksniveau erreicht bei positiven wie negativen Lebensereignissen nach gewissen Zeiten wieder das Ausgangsniveau – beispielsweise nach ca. zwei Jahren bei frisch verheirateten oder drei Monaten nach einem Lottogewinn (vgl. Martens, 2014, S. 41). Bellebaum (1992, S. 28) betrachtet diese Thematik in Bezug auf Bedürfnisse und zeigt auf, dass bei steigendem Wohlstand die unbefriedigten Bedürfnisse nicht abnehmen, sondern sich diese nur verändern: „Der Reiche hat zwar keinen Hunger, aber dafür Angst um sein Geld. Es ist zu vermuten, dass die Glücksbedrohung auf jeder Entwicklungsstufe gleich ist, weil jede neue Bedürfnisse schafft.“

Seligman (2012, S. 90ff) betrachtet einige Studien, die sich alle um Themen rund um die Lebensumstände wie Einkommen, Ehe, Gesundheit, Religion etc. drehen. Seine Untersuchungen belegen, dass Bemühungen, welche darauf abzielen alle Umstände auf ein Ideal anzuheben, sich in einer maximalen Steigerung des Glücksniveaus von 8 bis 12 %

ausdrücken. Der Psychologe stellt weiters fest, dass den inneren, seelischen Lebensbedingungen eine hohe Wirksamkeit obliegt.

Der hohe Stellenwert sozialer Beziehungen in der obig angeführten Studie von Hoffmann kommt auch im nachstehenden Ranking zum Ausdruck. Ziel der Studie war die Reihung verschiedener Lebensbereiche nach ihrer Wertigkeit bezüglich Gesamtlebenszufriedenheit der Befragten. Bien (1989, S. 40) führt die Top 14 an:

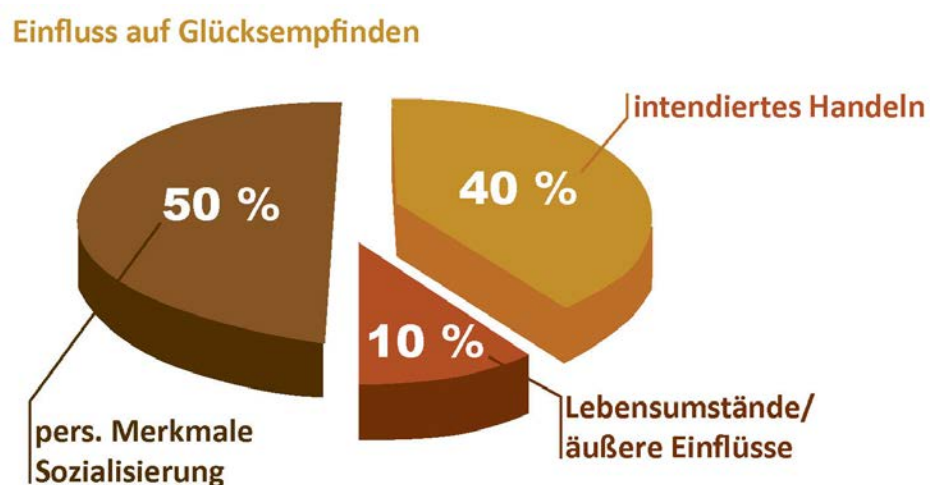
1. Zufriedenheit mit sich selbst
2. Lebensstandard
3. Familienleben
4. Ehe
5. Einkommen (der Familie)
6. Freundschaftsbeziehungen
7. Ersparnisse
8. Berufstätigkeit
9. Haushaltsarbeit
10. Wohnung
11. Nachbarschaft
12. Gesundheit
13. Gemeinde
14. Bildung

Überdies ist zu vermerken, dass die Korrelation zwischen den persönlichen Lebensbedingungen und dem subjektivem Wohlbefinden sehr gering ist (vgl. Glatzer, 1992, S. 59). Dies weist darauf hin, dass jeder Mensch selbst zu seinem Lebensglück – unabhängig äußerer Umstände – durch seine Einstellung und Haltung beitragen kann. Bucher (2009, S. 15) trifft den Schluss, dass es sich beim Streben nach Glück aufgrund der zahlreichen positiven Beiprodukte auch um eine sozialpolitische Angelegenheit und nicht nur um eine individualpsychologische, private Angelegenheit handeln sollte. Als sogenannte Beiprodukte formuliert er stabilere soziale Beziehungen und häufigere Sozialkontakte, bessere Copingstrategien, stärkeres Immunsystem und längere Lebensdauer. Überdies verursachen glückliche Menschen seltener Verkehrsunfälle, arbeiten effizienter und sind im Beruf erfolgreicher, aktiver, hilfsbereiter, altruistischer und kooperativer.

Längerfristig glücklich zu sein ist laut Sonja Lyubomirsky möglich, wenn regelmäßig daran gearbeitet wird, so wie eine dauerhafte Gewichtsreduktion ebenfalls langfristiger Veränderungen bedarf. Dass es eine Art „Glücks-Gen“ gibt und der Mensch daher rein genetisch glücklich oder unglücklich ist, ist wissenschaftlich widerlegt. Allerdings sind laut Gehirnforschern vor allem die ersten 3 Lebensjahre wichtig, in denen es darum geht Geborgenheit zu erfahren, denn entwicklungspsychologisch werden in diesem Zeitraum die Nervenbahnen für das Zufriedenheitsgefühl ausgebildet (vgl. Lepich, 2015, Min. 10).

Dies sowie die persönlichen Merkmale beeinflussen das Glücksniveau jedoch nur zu 50 % (vgl. Lyobomirsky, 2006, S. 54f). „Stärker angeboren als vielen Erziehenden recht ist, sind Persönlichkeitseigenschaften, von denen etliche, speziell Extraversion, Glück begünstigen, andere hingegen – allen voran Neurotizismus – es erschweren (Bucher, 2009, S. 18).“ Wie bereits vorangehend erwähnt, sind es entgegen beliebter Annahmen nur 10 % unseres Glücksempfindens, die durch äußere Einflüsse und Lebensumstände wie Reichtum oder Armut, Ehe oder Scheidung etc. beeinflusst werden. Somit verbleiben 40 % des Glückslevels, welche durch individuelle Beeinflussungen zu prägen sind. Demnach haben unsere Glaubenssätze, Verhaltensweisen, Aktivitäten und Sichtweisen zu einem großen Teil Einfluss darauf, ob unser Glücksempfinden steigt oder sinkt (vgl. Lyobomirsky, 2006, S. 54f).

Abb.1 Einfluss auf das Glückempfinden (in Anlehnung an Lyobomirksy, 2006, S. 54)



Die Glücksforschung beschäftigt sich zum Teil auch mit Handlungsstrategien und Methoden um diese durch intendiertes Handeln beeinflussbaren Aspekte gezielt positiv beeinflussen zu können. Im nachstehenden Kapitel werden einige Möglichkeiten und wichtige Elemente zur Steigerung des Glücksempfindens angeführt.

2.2 Modelle und Wege zur Steigerung des Glücks

„Einen Menschen glücklicher machen zu wollen, sei ebenso aussichtslos, wie von ihm zu erwarten, zehn Zentimeter zu wachsen (Bucher, 2009, S. XIX).“

Wie Bucher sieht auch Bien (1998, S. 43) Glück als Nebenfolge und nicht durch eine Aufforderung bzw. einen Willensakt herbeiführbar. Allerdings gilt es die 40 % des Einflusses durch persönliches Handeln bestmöglich in Richtung Glück zu steuern. Nachstehend werden zwei Modelle bzw. zusammenfassende Handlungsempfehlungen beschrieben, die beim Streben nach Glück helfen sollen. Martens (2014, S. 82f) führt fünf Glücksfaktoren und wie es diese positiv zu bedienen gilt, um sein Glücksempfinden zu steigern, an:

1. **Physische Bedürfnisse.** Die Glücksfaktoren hängen unter anderem von Materiellem ab, ob unser Körper geschützt ist und ob es ihm gut geht wie z.B. durch genügend Essen, Schutz vor Gefahren, Wohlstand und Gesundheit.
Wege zum Glück: Genuss von Essen, Konzerten, Kunst etc.
2. **Soziale Beziehungen.** Gegenseitige Obhut, Pflege und Liebe gehören zu den wichtigsten Glücksfaktoren. Sie fallen in die Rubrik der „seelischen Bedürfnisse.“
Wege zum Glück: Freundschaft, Partnerschaft, Familie und Kinder
3. **Geistige Bedürfnisse.** Die Sinnhaftigkeit des Seins zu erkennen und den Glauben an Werte wie Gerechtigkeit zu finden.
Wege zum Glück: Nächstenliebe, Helfen, Verzeihen, Vergeben, Dankbarkeit, Spiritualität
4. **Ich Bewusstsein.** Die Selbstwirksamkeit zu leben – seine Bedürfnisse wahrzunehmen und unser Bild in der Gesellschaft möglichst konsistent und positiv gestalten.

Wege zum Glück: Arbeit, Freizeitaktivitäten, Flow-Erleben, Lernen, Persönliches Wachstum, Gestalten, Resilienz, Selbstwertgefühl.

5. **Einstellungen.** Dieser Punkt ist übergeordnet und verbunden mit den anderen – im Idealfall handelt es sich um den Optimismus.

Wege zum Glück: Optimismus, Lachen und Humor.

Eine Kurzfassung der Glückselemente nach Fordyce (2000) in Bucher (2009, S. 178f) lautet in Form von Aufforderungen wie folgt:

1. Sei aktiver und stets beschäftigt!
2. Verbringe mehr Zeit in guter Gesellschaft!
3. Sei in sinnvoller Arbeit produktiv!
4. Sei gut organisiert und plane wohldurchdacht!
5. Beende die Besorgnis!
6. Reduziere deine Erwartungen und Aspirationen!
7. Entwickle optimistisches, positives Denken!
8. Sei im Hier und Jetzt!
9. Arbeite an einer gesunden Persönlichkeit!
10. Entwickle eine aufgeschlossene und soziale Persönlichkeit!
11. Sei du selber!
12. Eliminiere negative Gefühle!
13. Enge Beziehungen sind das Wichtigste!
14. VALHAP: value happiness!

Bucher (2009, S. 180ff) sammelt weitere Glückstrategien vor allem aus der positiven Psychologie:

- Dankbarkeit beglückt
- Vergebung erleichtert und macht froh
- Gute Taten beglücken
- Aktivitäten beglücken
- Optimistisch denken
- Positive Imagination

Beim Vergleich oben genannter Methoden das Glücklichein zu begünstigen sind jedem Modell bzw. jeder Experten-Auflistung folgende Punkte gemein:

Dankbarkeit, Aktiv-Sein, Optimismus und intakte Beziehungen

Die Werkzeuge zu alle dem fähig zu sein, diese Strategien ins Persönlichkeits-Repertoire aufzunehmen und individuelle Wege zur Umsetzung zu finden, zu üben, auszubauen und in bestmöglicher Weise zu leben, ist demnach erstrebenswert, um das Glückniveau eines jeden Individuums zu stärken. Nachstehend folgen Forschungsergebnisse, die gute Gründe liefern, weshalb das Lehren zum Glücklichein ein fester Bestandteil in unserer Gesellschaft sein sollte.

2.3 Positive Effekte des Glücklicheins

Insgesamt steht fest, dass das Immunsystem glücklicher Menschen stärker ist, diese im Laufe des Lebens gesünder bleiben und ein längeres Leben führen können (vgl. Martens, 2014, S. 49). Weiters zeigen Studien, dass Glückliche moralischer handeln und Glücklichein das Arrangieren heiterer Situationen fördert (vgl. Bucher, 2009, S. 153f).

Konkret listet Martens (2014, S. 49) folgende Ergebnisse aus diversen Studien auf: Personen die sich besonders glücklich bezeichnen,

- haben stabilere soziale Beziehungen und häufigere Sozialkontakte (Myers, 200);
- werden eher mit Schwierigkeiten fertig, die ihnen im Leben begegnen (sie haben bessere Copingstrategien; Aspinwall, 1998);
- besitzen bessere kognitive Fähigkeiten, mehr Flexibilität und Kreativität (Bucher, 2009), arbeiten effizienter und sind im Beruf erfolgreicher (Staw, Sutton & Pelled, 1995); sind kooperativer (Lu & Argyle, 1991);
- haben seltener Verkehrsunfälle (Kirkcaldy & Furnham, 2000);
- sind aktiver (Burger & Caldwell, 2000);
- sind hilfsbereiter und altruistischer (Csikszentmihalyi & Patton, 1997);
- werden von ihren Angehörigen und Freunden als Menschen voller Energie wahrgenommen (Schimnack et al., 2004), die sie – zumal in Flow-Tätigkeiten – auch häufiger erleben (Csikszentmihalyi, 1992).

Eine längere Lebenserwartung sowie eine bessere Gesundheit zählen laut zahlreicher Studien zu den gesundheitlichen Vorteilen glücklicher Menschen, wie es auch eine Studie von Danner, Snowdon und Friesen (2001) zeigt. Sie untersuchten ob Nonnen (die unter gleichen Bedingungen lebten) mit positiver Grundhaltung länger lebten als welche, deren Lebensbiografie emotionslos beschrieben wurde. Das Ergebnis besagt, dass 90 % der Nonnen mit glücklich beschriebenen Lebenssituation mit 85 Jahren noch am Leben waren, wohingegen nur 34 % der Nonnen mit damals weniger glücksverheißender Lebensbeschreibung dieses Alter erreichten (vgl. Martens, 2014, S. 48.).

„Glück kann zwar Krebszellen nicht mehr transformieren, aber es stärkt das Immunsystem, reduziert Stress und ist der Gesundheit enorm förderlich (vgl. Bucher, 2009, S. 141).“ Eine Auflistung der in Bucher (2009, S. 137ff) erwähnten konkreten Auswirkungen von Glück auf die Gesundheit sei an dieser Stelle auszugsweise gegeben:

- Längere Lebensdauer
- Bessere Überlebenschancen (bei Krankheiten)
- Weniger Schmerzen
- Bessere Blutdruckwerte
- Weniger Stresshormone
- Stärkeres Immunsystem durch mehr Immunoglobulin
- Gesunder Lebensstil
- Seltener erkältet

Neben diesen generellen gesellschaftlich erstrebenswerten Motiven, gibt es weitere Ergebnisse der positiven Auswirkungen des Glücklichseins, welche in noch unmittelbarem Zusammenhang mit der Schulrelevanz stehen. Beispielsweise zeigen Studien, dass sich glückliche Stimmungen enorm positiv auf das Lernen, die kognitive Flexibilität sowie Kreativität auswirken (vgl. Bucher, 2009, S. 144.)

„Vor dem Hintergrund von Freude und Glück werden neue Fähigkeiten ausgebildet. Kreativität ist möglich und auch Zielstrebigkeit und Beharrlichkeit werden trainiert. Indem man sich kreativ mit Neuem auseinandersetzen kann und beharrlich neue Ziele verfolgt, wächst das erfahrungsgebundene eigene Wissen (Frank, 2008, S. 47).“ Glückliche Menschen sind offener und flexibler als jene, die sich nicht wohl fühlen – Offenheit und

Flexibilität zählen allerdings zu den Voraussetzungen für das Gelingen der eigenen Vorhaben und das interessierte Erreichen seiner Ziele. Weiters helfen positive Gefühle im Umgang mit Schicksalsschlägen, unangenehmen Situationen und Krisen, was wiederum ihr positives Erleben bewahrt. Der Umgang mit Stress verbessert sich einerseits dadurch, dass er rascher abklingt bzw. das Stressempfinden gemindert und verkürzt wahrgenommen wird. Zusammenfassend lässt sich formulieren, dass die Resilienz durch Glück gestärkt wird (vgl. Frank, 2008, S. 46ff).

Die Theorie von Erweiterung und Aufbau sagt, dass Menschen, die positive Emotionen spüren, in eine andere Art des Denkens und Verhaltens versetzt werden. Ihr Denken wird kreativ und großzügig, ihr Verhalten wird unternehmungslustig und exploratorisch. Dieses erweiterte Repertoire ermöglicht mehr Meisterung von Herausforderungen, was wiederum mehr positive Emotionen erzeugt, die Aus- und Aufbau im Denken und Verhalten fördern, und so weiter (Seligmann, 2012, S. 333).

Basierend auf Voranstehendem soll eine zusammenfassende Auflistung der schulrelevanten positiven Auswirkungen von Glück die Übersicht erleichtern:

- Verbessert Lernfähigkeit bzw. kognitive Prozesse
- Fördert Kreativität
- Leichteres Meistern von Herausforderungen und Krisensituationen
- Geringeres Ausmaß von Stressempfinden
- Schnelleres Abklingen von Stress und besseres Umgehen mit Stresssituationen
- Stärkere Resilienz

Da Schule bekanntlich ein Ort des Lernens ist, ist es angesichts dieser Forschungsergebnisse verwunderlich, warum Glück nicht schon längst ein fixer Bestandteil jedes Lehrplans ist.

3 Glück in der Schule

„Glücksmomente erleben die Schüler vor allem dann, wenn der Unterricht ausfällt (Fritz-Schubert, 2014, S. 10).“

Laut einer von Bucher im Jahr 2001 durchgeführten Studie mit 1.319 Schulkindern im Alter von ca. elf Jahren, ist der Schulbesuch beinahe ebenso beliebt bzw. unbeliebt wie der Besuch beim Zahnarzt (vgl. Bucher, 2009, S. 69). Dies, sowie die steigende Anzahl an Verhaltens- und Lernproblemen, erhöhte Stressempfindungen, wachsender Psychopharmaka-Konsum, Burn-Out und Depressionswahrscheinlichkeit zeugen davon, dass Schulkinder in Österreich und Deutschland nicht gerade glücklich leben (vgl. Brohm & Endres, 2015, S. 7ff). Hinzukommen kommen weitere Fakten über die hohe Präsenz von Schulangst unter den Kindern. Zahlreiche Studien zeigen, dass zu Beginn der Schulzeit noch sehr wenige Schulkinder unter Schulangst leiden, bis zur 7. Klasse allerdings ein Drittel aller SchülerInnen davon betroffen sind. Diese Versagensangst ist verstärkt ausgeprägt bei Kindern mit Migrationshintergrund sowie in Schulen mit Abstiegsmöglichkeiten (vgl. Fritz-Schubert, 2014, S. 29).

Schulangst ist in diesem Sinne die Angst vor Bedrohungen in Bezug auf die Schule. Eigentlich ein Paradoxon, denn gerade sie [die Schule] sollte doch das Selbstbewusstsein und die Zuversicht erhöhen, damit das Leben und die damit verbundenen Ängste gemeistert werden können (Fritz-Schubert, 2014, S. 28).

Da Angst zu den stärksten Glücks- und vor allem Lern-Hindernissen zählt, trägt diese Entwicklung nicht zu einem gelingenden Schulalltag bei (vgl. Martens, 2014, S. 52ff). „Anders als negative Emotionen, die unser Repertoire einengen, um eine unmittelbare Bedrohung bekämpfen zu können, zeigen die positiven Wachstum an (Seligmann, 2012, S. 330).“ Schule als Ort des Lernens und Wachsens sollte demnach ein angstbefreiter Ort der emotionalen Sicherheit der Schulkinder sein.

„Der moralischen Erziehung kann es förderlicher sein, wenn Lehrer ihre Schüler freundlich anschauen und anlächeln, als wenn sie ihnen den Drohfinger zeigen (Bucher, 2009,

S. 207).“ Bucher weist darauf hin, welche tragende Rolle die LehrerInnen in ihrem Umgang abgesehen von ihrer Fachkompetenz in den jeweiligen Disziplinen haben. In Hinsicht auf die Lehrkräfte plädiert Bien (1998, S. 43) für Glücks-Kompetenz und entsprechende Haltung um entsprechend bei den Schulkindern zu wirken:

Nur wer selbst glücklich ist und daher Glück ausstrahlt, kann andere beglücken;
nur ein Mensch, der in sich selbst unbelastet ist, fällt auch anderen nicht zu Last;
Nur wer selbst – soweit dies überhaupt möglich ist – angstfrei ist, verbreitet
keine Angst und kann auch beitragen, anderen die Lebensangst zu nehmen.

„Soziale & emotionale Kompetenzen sollen bewusst in die Schule eingeführt werden (Ha Vinh Tho, 2016, p.M.).“ Ha Vinh Tho, Leiter des Gross National Happiness Centre in Bhutan, bemängelt am bestehenden System, dass akademische Fähigkeiten geübt, aber emotionale oder soziale Fähigkeiten nicht trainiert werden – vielmehr wird erwartet, dass die Kinder diese selbst entwickeln (vgl. Ha Vinh Tho, 2016, p.M.). Fritz-Schubert (2014, S. 166) sieht dies ähnlich:

Die Schule ist deshalb nicht nur Ort individueller Belehrung, Beratung, Prüfung und Beurteilung, sondern muss sich als Begegnungsstätte zur Vorbereitung für das Leben in der Gemeinschaft der Erwachsenen, der Gesellschaft, verstehen. Wir wollen deshalb unsere Schüler befähigen, mit anderen zu kommunizieren und dauerhafte Verbindungen herzustellen und zu bewahren. Das ist die notwendige pädagogische Antwort auf die scheinbar verlorenen Werte wie Vertrauen, Geborgenheit, Freundschaft und Solidarität.

Mitte der 1990er Jahre verfasste eine EU-Kommission zum Thema Bildung im 21. Jahrhundert einen Bericht in dem vorgeschlagen wird, dass alle Bildungswesen in Europa auf folgenden vier Säulen stehen sollen: Lernen zu lernen, lernen zu sein, lernen zu tun und lernen miteinander zu leben – siehe Abb. 2 (vgl. Ha Vinh Tho, 2013, Min 3).

Abb. 2: Vier Säulen des Bildungswesens in Europa (eigene Darstellung)



Ha Vinh Tho sieht allerdings den Fokus hierzulande lediglich und unzulänglich auf die erste Säule gerichtet. Weiters formuliert er: „Es gibt eine Diskrepanz zwischen dem was heute in der Bildung angeboten wird und dem was wirklich gebraucht wird (Ha Vinh Tho, 2013, Min. 4).“ Er hat die Anschauung, dass Kreativität, Sozial Entrepreneurship, nicht sich einen Job zu suchen, sondern einen Job zu erfinden, sowie die Voraussetzung mit sich selber und anderen in Harmonie zu sein, ihren wichtigen Platz im Unterricht finden sollten (vgl. Ha Vinh Tho, 2013, Min. 3-5).

Dieses Säulenmodell der EU-Kommission kommt den Modellen aus der Glücksforschung sehr nahe. Beispielsweise den von Brohm und Endres (2015, S. 8ff) beschriebenen Elementen in der Positiven Psychologie, welches auch unter „PERMA“ bekannt ist:

- Engagement/Motivation
- Positive Emotionen
- Sinn/Bedeutung
- Wirksamkeit/Erfolge
- Positive Beziehungen

„Glück ist eine Fähigkeit. Weil es eine Fähigkeit ist, ist es lernbar. Die Fähigkeit zum Glück sollte ein zentraler Teil des Erziehungswesens sein (Ha Vinh Tho, 2013, Min. 2).“ Wie diese Fähigkeit zu erlernen ist, dazu gibt es im wissenschaftlichen Diskurs unterschiedliche Zugänge. Es gibt beispielsweise Modelle, in denen Glück als Unterrichtsfach

im Fächermosaik der Schulen mit entsprechenden Übungen stattfindet, aber auch Glücks-Unterricht in Form von geblockten Veranstaltungen in Modulen pro Semester – die schulintern durch ansässige LehrerInnen oder auch durch externe Personen abgehalten werden. Ein weiterer Weg, wie Glück in den Unterricht integriert werden kann, ist der, als Unterrichtsprinzip der jeweiligen Lehrperson, die sich diesbezüglich weiterbildet und entsprechend in ihrem Unterricht agiert. „Wenn die Schule nicht nur der Lebenszufriedenheit, also der kognitiven, rationalen Betrachtung Raum gibt, sondern wegen seiner besonderen Bedeutung auch den affektiven Bereichen des längerfristigen Wohlbefindens Lebensglück einbezieht, nähern wir uns dem Fach ‚Glück‘ in der Schule (Fritz-Schubert, 2014, S. 48).“

Brohm und Endres (2015) beschreiben in ihrem Buch „Positive Psychologie in der Schule“ anhand vieler Beispiele, welches Verhalten von LehrerInnen angesichts oben genannter Ziele sinnvoll und weniger sinnvoll ist. Sie veranschaulichen gekonnt, welche große Rolle der Lehrkraft zur Glücksvermittlung zu Teil wird, indem sie unter anderem die fatalen Auswirkungen von hemmendem Verhalten, sowie die positiven durch didaktisch förderndes Handeln aufzeigen. Fritz-Schubert (2014, S. 66) sieht die Tätigkeit der Lehrkräfte folgend:

Als Pädagogen sind wir aufgefordert, ihnen [den SchülerInnen] zu helfen ihre eigenen Ziele zu definieren und ihnen das Prinzip Menschlichkeit und die damit verbundene Werteordnung als Kompass mit auf den Weg zu geben. Dafür müssen die allgemeinen Werte wie z.B. Wahrheit, Gerechtigkeit und Freiheit als sinnvoll erkannt werden und durch gelebte Ehrlichkeit, Offenheit und Toleranz als wohltuend empfunden werden. [...] Wir müssen unseren Schülern helfen, sich selbst zu erkennen und ihren Platz in der Gemeinschaft zu finden.

Weshalb Glück in der Schule angestrebt werden soll, wird weiters von Brohms und Enders (2015, S. 16) anhand nachstehender Effekte eines positiven Schulklimas zusammenfassend deutlich:

- Steigert das Wohlbefinden von Kindern, Jugendlichen und Lehrpersonen.
- Fördert die Leistungsorientierung und Leistungsbereitschaft.
- Wirkt sich positiv auf die psychische und physische Gesundheit aus.
- Fördert die soziale Kompetenz.
- Wirkt sich insgesamt positiv auf die Persönlichkeitsentwicklung aus.

Einer der Vorreiter in Sachen Glück als Schulfach ist Fritz-Schubert, der mit der Entwicklung des Wahlfachs Glück 2007 an der Willy-Hellpach-Schule in Heidelberg für großes Interesse sorgte. Mit Unterstützung und Anlehnung an sein Konzept führte der Landesschulrat Steiermark 2009 ähnliche und weiterführende Glücks-Konzepte großflächig und ebenfalls sehr erfolgreich ein. Beide Konzepte und Ideologien werden in den nachstehenden Kapiteln erörtert.

3.1 Fritz-Schubert und das Schulfach Glück

Wenn man über Glück im Unterricht im deutschsprachigen Raum spricht, darf der Name Ernst Fritz-Schubert nicht fehlen. Seine Lehrerkarriere startete im Jahr 1976 in Baden-Württemberg mit den Fächern Volks- und Betriebswirtschaftslehre sowie Ethik. Nach einiger Berufspraxis beschreibt er die immer leistungsorientiertere und beschleunigte Schulwelt als Antwort auf den globalen wirtschaftlichen Wettbewerb. „Mehr Power und ein erhöhtes Lerntempo heißt zugleich weniger Muße und Achtsamkeit gegenüber Dingen und Menschen (Fritz-Schubert, 2014, S. 23).“ Er stellt sich demnach die Frage, wie die Bereiche Körper und Seele im sozialen Kontext verbunden werden und so Erfolg und Freude für Lernende, sowie auch Lehrkräfte bedeuten können (vgl. Fritz-Schubert, 2014, S. 84).

Ich bin der Meinung, dass uns der Bildungsauftrag verpflichtet, zumindest für die staatlichen Schulen, unser Hauptaugenmerk auf die Mehrheit unserer Schüler zu richten und nicht nur auf eine kleine Elite, die ohnehin wenig Mühe damit hat, erfolgreich zu sein. Ich stehe deshalb prinzipiell hinter der Maßgabe, dass die Schule „fordernd und fördern“ soll, aber dann auch alle und in allen Belangen. In den Schulbänken sitzen Menschen mit unterschiedlichen Begabungen,

die neben ihrer Kognition auch emotionale Sehnsüchte haben und körperlich stärker angeregt und gefordert werden wollen (Fritz-Schubert, 2014, S. 84).

Über die Jahre hinweg und angeregt durch das Projekt „Well-Being“ an einem College in England (Näheres siehe Kapitel 3.3) sowie dem Austausch mit einigen ExpertInnen in unterschiedlichen Disziplinen aus dem Bekanntenkreis, veranlassten Fritz-Schubert schließlich dazu, das Konzept zum Schulfach „Glück“ zu entwickeln. Dies verlief nicht ohne Bedenken wie, dass Glück als Privatsache gesehen wird und daher an staatlichen Schulen abgelehnt werden könnte. Er sieht die Verantwortlichen vor genau jene Anforderungen gestellt, die die Schüler im Schulfach „Glück“ lernen sollen: Mut, Ausdauer und Freude an gestalterischen Aufgaben (vgl. Fritz-Schubert, 2014, S. 84ff). Seine Lerninhalte, die vor allem auch für die LehrerInnen-Ausbildung gelten, fußen unter anderem auf Erkenntnissen der Resilienz-Forschung, der Salutogenese von Aaron Antonovsky sowie den Ideen von Viktor E. Frankl und integrieren unterschiedlichste Disziplinen wie z.B. das Mentaltraining, Kampfsport, Theaterpädagogik etc. (Vgl. Fritz-Schubert, 2014, S. 161f).

Glück als eigenes Fach, frei wählbar – wie es Aristoteles schon in der nikomachischen Ethik beschreibt – und im Inhalt mit denkbar klar umrissenen und den von allen gleichermaßen geforderten Lernzielen wie Selbstsicherheit, Zuversicht, Leistungsfreude sowie dem Selbstvertrauen und der Bereitschaft, Verantwortung für unsere ‚eine Welt‘ zu übernehmen (Fritz-Schubert, 2014, S. 84f).

Das Projekt wurde schließlich bewilligt und „Glück“ als Wahlfach vor Beginn des Schuljahres 2007/2008 angekündigt. Es erfreute sich bereits beim Startschuss an regem Interesse der Medien und Intellektuellen. „Wir hatten mit unserem Fach ‚Glück‘ offensichtlich exakt die heimlichen Sehnsüchte der Eltern und Schüler getroffen (Fritz-Schubert, 2014, S. 93).“ Für ihn sind die Lernziele des Schulfachs Glück nicht abprüfbar Wissensinhalte, denn es geht um die Förderung der Persönlichkeit sowie der Lebenskompetenz. Dies kann für ihn auch als durchgängiges Unterrichtsprinzip passieren (vgl. Fritz-Schubert, 2014, S. 169). „Wenn Glück und Schule tatsächlich zusammengehören sollen, kommt es darauf an, die existenziellen Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler

ernst zu nehmen und sie aus der hedonistischen Tretmühle des beschleunigten Konsums und der Anpasstheit zu befreien (Fritz-Schubert, 2014, S. 157).“ Der engagierte Lehrer sieht das Schulfach „Glück“ als Ergänzung zum traditionellen Angebot und als eine Chance, die im Bildungsplan beschriebene Lebensfreude und -kompetenz effizienter umzusetzen. Persönlichkeitsbildung, innere Stärke entwickeln, die eigenen Ressourcen entdecken, sinnvolles körperliches und mentales Training sowie ein gesundes Ernährungsbewusstsein werden fortan trainiert (vgl. Fritz-Schubert, 2014, S. 169).

Das Schulfach „Glück“ schließt keine Benotung aus. Es werden hierfür die Aufzeichnungen und Präsentationen diverser Projektarbeiten sowie die kritische Reflexion bzw. Selbstreflexion herangezogen (vgl. Fritz-Schubert, 2014, S. 107). „Angesichts der immer größer werdenden psychischen und physischen Belastungen unserer Schüler sind Innehalten und Reflexion geeignete Mittel zur Verarbeitung der für sie bedeutsamen Ereignisse (Fritz-Schubert, 2014, S. 99).“ Es steht für Fritz-Schubert (2014, S. 165) im Vordergrund, dass die SchülerInnen selbst Gründe für ein zufriedenes Leben erkennen und durch mehr Bewusstheit und Achtsamkeit ein lebenslustigeres Leben führen, sowie etwaige Krisen zuversichtlich meistern. Der Erfolg des Schulfachs stellte sich ein, wie Fritz-Schubert (2014, S. 173) nach einer Evaluierung wie folgt festhält:

Alles in allem deuten die statistischen Auswertungen von E. Gehmacher und W. Knörzer darauf hin, dass unser Bemühen im Fach Glück das Selbstvertrauen, die Zuversicht und das Gemeinschaftsgefühl der Schüler maßgeblich verbessert hat. Durch die Steigerung des Wohlbefindens und den Abbau der Stressfaktoren konnten wir zugleich auch einen Beitrag zur Gesundheit unserer Jugendlichen leisten.

Fritz-Schubert ist mittlerweile Oberstudiendirektor der Willy-Hellpach-Schule sowie Leiter des Fritz-Schubert Instituts, das die Glücks-Inhalte in Form von Seminaren, Vorträgen, Ausbildungen, Fortbildungen für SchülerInnen, LehrerInnen sowie allgemein interessierte Personen anbietet. In Deutschland gibt es bislang ca. 30 Schulen mit Glücksunterricht und in Österreich durch Initiativen des Landesschulrats der Steiermark etwa 130, wobei die Tendenz steigend ist (vgl. Fritz-Schubert-Institut, 2016). Fritz-

Schubert unterstütze auch das Team der Glücks-LehrerInnen in der Steiermark bei der Einführung ihres Schulfachs. Nachstehend wird dieses Konzept beschrieben.

3.2 „Glück macht Schule“ in der Steiermark

Glück als Schulfach wird unter dem Titel des Projekts „Glück macht Schule“ seit dem Schuljahr 2009/2010 in steiermärkischen Schulen umgesetzt. Die Basis bildete die jahrelange intensive Arbeit zu den Themen Gesundheitsförderung bzw. Persönlichkeitsbildung im Rahmen steirischer Schulen. Im Gegensatz zur Willy-Hellpach-Schule ist das Schulfach von Anfang an nicht nur für die höheren, sondern für jede Schulstufe konzipiert, nämlich für Volksschulen, Hauptschulen, Neue Mittelschulen, Allgemeine höhere Schulen, Berufsbildende mittlere und höhere Schulen (vgl. Landesschulrat für Steiermark, 2016).

Ziele dieses Unterrichtsgegenstandes sind es, glückliche und selbstsichere Schülerinnen und Schüler auszubilden und ihnen die heute auch von der Wirtschaft geforderten Lebenskompetenzen zu vermitteln. Die psychische und körperliche Gesundheit der Kinder und Jugendlichen steht im Zentrum und stellt auch eine Maßnahme zur Gewaltprävention an steirischen Schulen dar. [...] Das Glück in der Schule erfüllt eine weitere wichtige Aufgabe im Schulgeschehen: es steigert auch das Wohlbefinden der Lehrerinnen und Lehrer (Landesschulrat für Steiermark, 2016).

Als Ziele des Schulfachs Glück formulieren die Projektverantwortlichen folgende Punkte:

- Glück – Lebenszufriedenheit und Wohlbefinden
- Glück kann man lernen
- Jeder Mensch kann in Eigenverantwortung etwas zu seinem Glück beitragen
- Glückliche und selbstsichere SchülerInnen
- Psychische und physische Gesundheit der Kinder und Jugendlichen
- Lebenskompetenzen
- Leistung – positiv bewertet

- Gewalt- und Suchtprävention
- Wohlbefinden der LehrerInnen

Glück wird als lernbar und im Rahmen des Projekts als Gesamtkonzept aus einzelnen Glücksbausteinen angesehen, wobei die SchülerInnen beispielsweise lernen ihre Stärken auszubauen, soziale Verantwortung zu übernehmen oder Erkenntnisse über sich Selbst – Körper und Seele – zu erlangen. Das Programm stützt sich auf bzw. ist abgeleitet von Theorien der Salutogenese von Aaron Antonovsky, der positiven Psychologie von Martin Seligman, des Flows von Michael Csikszentmihalyi, den Neurowissenschaften beispielsweise Manfred Spitzer, E. Bauer sowie der Glücksforschung von Ruut Veenhoven oder Eckart von Hirschhausen.

Aufgebaut ist es in folgenden sechs Modulen:

- Freude am Leben - Seelisches Wohlbefinden
- Freude an der eigenen Leistung
- Ernährung und körperliches Wohlbefinden
- Der Körper in Bewegung
- Der Körper als Ausdrucksmittel
- Das Ich und die soziale Verantwortung

Diese werden entweder in geblockter Form als Projektwoche oder über das Semester verteilte Projektstage (insgesamt ca. 36 Stunden im Jahr) erlebt (Vgl. Landesschulrat für Steiermark, 2016).

Anders als in der Willy-Hellpach-Schule kann in der Steiermark noch nicht im Fach Glück maturiert werden bzw. wird großteils keine Benotung vorgenommen. Die Ausbildung der Lehrkräfte findet in der Pädagogischen Hochschule Steiermark statt. Jährlich wächst die Zahl der Glücksschulen, die seit 2014 eine Zertifizierung, sofern sie den Qualitätskriterien entsprechen, erhalten können. In dieser Größenordnung gilt Österreich als Glücks-Vorreiter in Europa (vgl. Landesschulrat für Steiermark, 2016).

Nachfolgend werden einige ausgewählte Länder, in denen Glück bereits eine mehr oder weniger große Rolle in der Gesellschaft einnimmt, hinsichtlich ihrer Glücks-Beziehung genannt.

3.3 Glück Global

1972 kam der 17-jährige Druk Gyalpo Jigme Singye Wangchuck unverhofft früh dazu, als vierter König sein Land Bhutan zu regieren. Da er keine Ahnung hatte, was sein Volk braucht, begab er sich auf Reisen und hörte den Menschen seines Landes zu. Nach zwei jähriger „Forschungsreise“ kam er zu dem Ergebnis, dass das, was sich die Bevölkerung von Bhutan wünscht oder worin die meisten Wünsche münden, Glück und Wohlbefinden sind. Um dieses Ziel zu erreichen stand er vor der Aufgabe ein neues Regierungssystem zu implementieren. Dies ist die Entstehung des Bruttonationalglücks in Bhutan, was so viel bedeutet, als dass die Lebensqualität in seiner Wertigkeit vor dem des Wirtschaftswachstums steht. Seit 2008 ist dies auch verfassungsrechtlich verankert. Diese Entwicklungen werden vom Gross National Happiness Centre, einer Kommission unter der Leitung von Dr. Ha Vinh Tho überwacht (vgl. Ha Vinh Tho, 2016, p.M.).

Das Streben nach Glück – "pursuit of happiness" – als unveräußerliches Recht ist auch in der amerikanischen Unabhängigkeitserklärung von 1776 sowie in den Verfassungen von Japan, Südkorea, Haiti und Namibia zu finden (vgl. Prantner, 2011). Einen ähnlichen Vorstoß machen auch lateinamerikanische Länder, wie Ecuador und Bolivien, welche das "buen vivir" verfassungsrechtlich festhalten. Tatsachen wie diese, stellen für Fritz-Schubert unter anderem die Daseinsberechtigung von Glück als Lebens- und Lernziel fest (vgl. Fritz-Schubert, 2014, S. 49).

In Europa erhielt die schulische Glücksthematik durch das Einführen des Kurses "Well-Being" am Wellington-College im Jahr 2006 Aufmerksamkeit. Der Glücksforscher Lord Richard Layard legte bei der Entwicklung dieses Kurses sein Augenmerk auf die Förderung der Selbstsicherheit, den Umgang mit Beziehungen sowie Dankbarkeitsempfindungen und setzte dies mittels Rollenspiele, Wahrnehmungsübungen, Visualisierungen oder auch Körperübungen um (vgl. Fritz-Schubert, 2014, S. 71f).

Als letztes Beispiel sei an dieser Stelle auf Taiwan verwiesen. Frau Chibici-Revneanu (2016, p.M.) berichtet in einem persönlichen Gespräch davon, dass das Unterrichtsministerium von ebenda LehrerInnen in die Steiermark gesandt hat, damit diese im Glücks-Unterricht ausgebildet werden um selbigen später in Taiwan umzusetzen. Entwicklungen wie diese zeigen, dass sich Glück im Unterricht an wachsendem Interesse erfreut und

dass sich Österreich seiner Ressourcen diesbezüglich glücklich schätzen kann. Dieses inländische Potential kommt den nachfolgenden Interviews zu Gute, da Österreich Heimat vieler Glücks-ExpertInnen ist.

Fasst man nun zusammen, dass glückliche Menschen neben den vielzähligen gesundheitlichen Vorteilen auch ein Reihe von positiven Auswirkungen auf die Gesellschaft haben, kann dies eine nachvollziehbare Erklärung für das immerwährende Interesse an dem Thema „Glück“ sein. Dass Kinder in glücklicher Stimmung Lerninhalte weit besser verarbeiten, flexibler wie auch freudiger mit neuen Herausforderungen umgehen und in Glück-kreierende Flow-Zustände geraten können, zeigt auf, wie essenziell es ist, glückliche Schulkinder in den Klassen aufzufinden. Wirft man allerdings einen Blick in die Schulen, so ist die Präsenz der vorherrschenden Angst sowie das geringe Wohlbefinden alarmierend, denn das bedeutet, dass Lernen und Wachsen nicht ideal möglich ist.

Dass unser Glückempfinden durch entsprechende Sichtweisen, Handlungsstrategien und Methoden – großteils unabhängig von äußeren Lebensumständen wie beispielsweise Armut oder Reichtum – positiv beeinflussbar ist, kann inspirierend und motivierend für Schulen und Politik sein, den Lehrplan dementsprechend anzupassen. Über Möglichkeiten der Verknüpfung von Glück und Unterricht geben die ExpertInnen-Interviews nachstehenden empirischen Teil dieser Arbeit Aufschluss.

4 ExpertInnen-Interviews

Schule und Erziehung sind hochgradig gesellschaftsrelevante bzw. -bildende Bereiche, weshalb eine Betrachtung der entsprechenden Einflüsse stets unter dem Gesichtspunkt neuester Erkenntnisse aus Wissenschaft und Praxis erfolgen sollte. Um dem gerecht zu werden, umfasst der empirische Teil dieser Arbeit eine qualitative Forschung in Form von Interviews mit einer Expertin sowie zweier Experten, zu deren täglich Brot es gehört, sich mit dem Thema Glück in intensiver Weise zu befassen.

4.1 Methodik

Die gewählte Methode zur Beantwortung der Forschungsfrage findet sich bei Mayring (2002, S. 67ff) unter der Bezeichnung „Problemzentriertes-Interview“ wieder. Dabei kommen die Prinzipien Problemzentrierung, Gegenstands- und Prozessorientierung in der vorliegenden Arbeit durch die Frage nach Verbesserungspotentialen in Schulen, dem Forschungsfeld Glück sowie der Analyse der Ergebnisse zum Tragen (vgl. Mayring, 2002, S. 67ff). Das gewählte Forschungsdesign umfasst halbstrukturierte Interviews, was ein freies Gespräch mit Hinblick auf einen gewissen Themenbereich erlaubt. Ein Gesprächsleitfaden soll der interviewenden Person als Hilfestellung dienen, alle relevanten Themen anzusprechen (vgl. Bortz & Dörning, 1995, S. 289). Die Schlüsselfragen sind nummeriert (siehe Anhang, Interview-Leitfaden) und werden jeder befragten Person gestellt, was eine entsprechende Vergleichbarkeit ermöglicht. Auf Eventualfragen, denen Aufzählungspunkte voranstehen (siehe Anhang, Interview-Leitfaden), kann je nach Bedarf und Verlauf des Interviews zurückgegriffen werden (vgl. Stier, 1999, S. 188).

Mayring (2002, S. 144ff) zählt nachfolgende sechs übergreifende Gütekriterien für qualitative Forschung auf:

- Verfahrensdokumentation
- Argumentative Interpretationsabsicherung
- Regelgeleitetheit
- Nähe zum Gegenstand
- Kommunikative Validierung
- Triangulation

Um diese bestmöglich zu erfüllen, wird zum einen der Forschungsprozess genau beschrieben und dokumentiert. Damit Interpretationen nachvollziehbar sind, werden diese bestmöglich begründet, beispielsweise durch exakte Zeilenangaben und direkte Aussagen der Interviewten sowie des theoriegeleiteten Diskurses. Die Untersuchung erfolgte nach zuvor erstellten Regeln und geplanten Abläufen, um dem passenden Maß an Flexibilität und Struktur zu entsprechen. In Bezug auf den Untersuchungsort, fanden die Gespräche zwar im Arbeitsumfeld der Befragten, nicht aber in der Schule statt, dennoch kann eine Interessensannäherung in Form der gemeinsam zu suchenden Lösungsschritte für mehr Glück in Schulen erfolgen. Triangulation erfolgt durch die Verknüpfung der Forschungsergebnisse mit Theorien aus den Bereichen, die in den vorangehenden Kapiteln erörtert sind.

4.2 Durchführung der Interviews

Die Interviews finden persönlich oder via Telefon statt und werden mittels Diktiergeräten aufgezeichnet. Bei der Transkription werden die Aussagen der Interviewten im Rahmen der vollständigen Glättung in normales Schriftdeutsch übertragen (vgl. Fuß & Karbach, 2014, S. 40). Da es um Fakten bzw. ExpertInnen-Meinungen geht, in denen die inhaltliche Komponente im Vordergrund steht, wird von einer genauen Kennzeichnung diverser Pausen und emotionalen Regungen abgesehen. Ergänzend sollen Interviewberichte (siehe Anhang) über individuelle Details zur Kontaktaufnahme bzw. der Abhaltung der Interviews Aufschluss geben. Im Rahmen der qualitativen Inhaltsanalyse erfolgt nach einer inhaltlichen Zusammenfassung und Explikation die theoriegeleitete Strukturierung in folgende vier Kategorien (vgl. Mayring, 2002, S. 103ff):

- Glück, Glückskonzepte und persönliche Motivation
- Glück im Unterricht – Chancen und Idealvorstellung
- LehrerInnen – Kritik und Idealvorstellungen
- Notwendige und mögliche Schritte.

Der Vergleich der Interviews sowie ein Abgleich zur Theorie finden jeweils im Diskurs statt.

Bei der Auswahl der ExpertInnen wurde der Fokus auf SpezialistInnen hinsichtlich Glück gelegt, welche aus unterschiedlichen Berufsfeldern kommen und somit verschiedene Zugänge mitbringen, gleichzeitig aber auch eine gewisse Nähe zum Umsetzungsfeld Schule aufweisen. Somit ist mit Herrn Bucher als einem renommierten Glücksforscher und Universitätsprofessor ansässig in Salzburg, Frau Chibici-Revneanu, einer der MitgründerInnen der Glücks-Schulen in der Steiermark und Herrn Stefan Gros, dessen Berufung die Ausbildung von GlückslehrerInnen bzw. -schülerInnen ist, die Wahl getroffen. Dass die Namensgebung des Vereins „Glück macht Schule“, indem Stefan Gros maßgeblich involviert ist, die gleiche wie des Konzepts der Steiermark ist, handelt sich um einen Zufall. Das Treffen mit Herrn Bucher fand in seinem Büro in Salzburg statt, Frau Chibici-Revneanu und Herr Gros wurden mittels Videotelefonie in ihren Büros in Graz bzw. Wien interviewt.

4.3 Darstellung der ExpertInnen

Im Folgenden wird ein Einblick in die Berufe, Tätigkeitsfelder und die Beziehung zum Forschungsfeld Glück der Expertin sowie der beiden Experten gegeben.

Prof. Dr. Anton Bucher

Bucher hat in Religionspädagogik und Erziehungswissenschaften habilitiert und unterrichtet seit 1993 als Professor an der Universität Salzburg. Im Rahmen seiner Forschungstätigkeiten vor allem in den Bereichen Psychologie und Glück, Spiritualität und Erziehung hat er mehrere Bücher verfasst. Als Experte ist er als Berater in zahlreichen Ausschüssen und Entwicklungen bezüglich Erziehungsangelegenheiten tätig.

Mag. Dr. Eva-Maria Chibici-Revneanu

Ebenfalls mehrfache Buchautorin ist Frau Chibici-Revneanu, die auf 20 Jahre Erfahrung im Bereich Persönlichkeitsbildung und Kompetenz in der Arbeit mit Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern zurückblickt. Im Rahmen ihrer Tätigkeit als Koordinatorin für Gesundheitsförderung am Landesschulrat für Steiermark und Schwerpunktleiterin für Persönlichkeitsbildung – Psychosoziale Gesundheit an der Pädagogischen Hochschule Steiermark gründete sie 2008 mit einigen Kollegen das erfolgreiche Schulfach „Glück macht Schule“.

Ing. Mag. Stefan Gros MSc MA

Als Unternehmer, Unternehmens- und Dipl. Lebensberater, MSc für psychosoziale Beratung, MA in Mediation, NLP-Lehrtrainer, systemischer Coach und Betriebswirtschaftler hat sich Herr Gros bereits vor über zehn Jahren der Glücksthematik verschrieben. Mit der Beratungs- und Coaching Firma Factor Happiness ist ihm seit Jahren das Glücksempfinden von Firmen, Lehrkräften sowie SchülerInnen ein Anliegen. Im Rahmen des Vereins „Glück macht Schule“ entwickelt er mit seinem Team individuelle Konzepte zur Steigerung des Wohlbefindens für Schulen, Schulklassen oder LehrerInnen-Weiterbildungen unter anderem an pädagogischen Hochschulen.

Allen Befragten ist gemein, dass sie schon seit mehreren Jahren im Thema involviert sind und sie laufend neue Entwicklungen der Glücksforschung in ihre tägliche Arbeit einfließen lassen. Diese Aktualität ist besonders für die Relevanz der nachstehend zusammengefassten Interview-Ergebnisse von Bedeutung.

5 Darlegung und Diskussion der Ergebnisse

Die Ergebnisse aus den Interviews wurden wie bereits erwähnt in fünf Kategorien zusammengefasst. Nachstehend werden pro Kategorie jeweils die Ergebnisse von Herrn Bucher, Frau Chibici-Revneanu und danach Herrn Gros beschrieben. Es folgen eine kurze Zusammenfassung der Gemeinsamkeiten, Besonderheiten und ein theoretischer Diskurs basierend auf den Erkenntnissen aus den Kapiteln 2 und 3.

5.1 Persönliche Definition von Glück, Glückskonzepte und Motivation

Bucher

„Ich erachte es für ein aussichtsloses Unterfangen ‚Glück‘ definieren zu wollen (I. Z. 10).“ Nachdem Bucher dies festhält, beschreibt er, dass Glück für ihn subjektiv erlebt wird und in der Forschung weiterhin über Selbsteinschätzung erhoben werden sollte. Er bezieht sich auf die Unterscheidung zwischen hedonistischem – das kurzweilige, intensivere Glück sowie dem eudämonischen Glück – dem nachhaltigem. Weiters beschreibt Bucher eine für ihn gültige Definition durch die Nennung des Gegenteils, was für Glück die anhaltende Trauer in Form von Depression ist. Vor allem ist Glück für den Befragten eine Kontrasterfahrung. Es erscheint intensiv und episodisch daher nicht ununterbrochen möglich für ihn (I. Z. 2-10). Das Wohlergehen der Kinder – vor allem in Schulen – ist Bucher ein großes Anliegen. Besonders nachdenklich stimmen ihn Ergebnisse seiner Kindheitsglücksstudie, welche unter anderem ergab, dass sich das Wohlbefinden von Kindern beim Schulbesuch nur geringfügig von dem des Zahnarztbesuchs unterscheidet (I. Z. 17).

Chibici-Revneanu

Für Chibici-Revneanu bedeutet „Glück“ Wohlbefinden und Zufriedenheit, welche sie als die „kleine Schwester vom Glück“ bezeichnet. Diesbezüglich betont sie auch die Rolle von Freude an kleinen Dingen sowie das Know-How über sich selbst und sein Können. Wie auch Bucher hebt sie heraus, dass Glück kein Dauerzustand ist und es auch nicht sein soll. Vielmehr geht es ihrer Ansicht nach darum zu wissen, wie man mit Rückschlägen und Krisensituationen gut umgehen kann. Eine persönliche Beschreibung von Glück ist für Chibici-Revneanu: „Da geht mein Herz auf (I. Z. 12).“ Zum Themenbereich Glück

ist die Befragte über ihre jahrelange Berufserfahrung im Bereich der Persönlichkeitsbildung gekommen. Das Glück innerhalb des Glücksunterrichts, sieht sie als ganzheitliche Gesundheitsförderung mit den Schwerpunkten psychosoziale Gesundheit, Bewegung und Ernährung (I. Z. 10-13). Inspiriert bei der Entwicklung von „Glück macht Schule“ wurden Chibici-Revneanu samt KollegInnen vor allem von Ergebnissen der Neurowissenschaften der letzten 15 Jahre sowie Martin Seligmans Positiver Psychologie (I. Z. 21).

Gros

Für Gros ist Glück ein Überbegriff. Er verweist wie Bucher auf die Unterscheidung zwischen dem hedonistischen Glück als kurzfristige positive Emotion und die Eudämonie als langfristiges Glück, im Sinne des gelungenen Lebens. Dies erweitert er allerdings nach Tal Ben-Shahar um die Komponenten der Emotion und Kognition – demnach wäre Zufriedenheit ein kognitives Konzept (I. Z. 2).

Das heißt Glück ist ein Ergebnis und nicht direkt ansteuerbar. Wir arbeiten an anderen Konzepten wie z.B. Selbstorganisations-Fähigkeit, die einfach dazu führt, dass man handlungsfähig wird, dass man erfolgreicher wird, dass man besser mit anderen Menschen zusammenarbeitet und umgehen kann. Das Ergebnis davon sind dann eine höhere Zufriedenheit, eine bessere Bewertung des Lebens und mehr positive Emotionen (I. Z. 9).

Da Schulen laut der Umfragen im Rahmen des Vereins „Glück macht Schule“ keine Orte psychosozialer Gesundheit sind – weder bei SchülerInnen, die zum Großteil an Ängsten und latenten Depressionen leiden, noch bei den LehrerInnen mit hohen Burn-Out-Raten – möchte er vermehrt das Wissen über ein glückliches Leben in die Schulen integrieren (I. Z. 17).

Diskurs

Die beiden Experten sowie die Expertin verstehen unter dem Begriff „Glück“ auch die Zufriedenheit bzw. das längerfristige Wohlbefinden, wie es der Terminus „Eudämonie“ beschreibt, integriert. Weiters wird Glück nicht als Dauerzustand sondern als ein Bündel oder Ergebnis unterschiedlicher Komponenten unter der Nennung einiger Punkte gese-

hen, wie sie auch unter Fordyce (2000) zu finden sind: Beispielsweise „Sei du selber“ und „Entwickle eine aufgeschlossene und soziale Persönlichkeit“ (siehe Kapitel 2.2). Motivation, das Glück in die Schule zu bringen, sind unter anderem die Ergebnisse diverser Studien über die schlechte psychosoziale Gesundheit von Schulkindern, wie es auch Brohm und Endres beschreiben (siehe Kapitel 3).

Basierend auf den Anschauungen zum Thema Glück sind vor allem Meinungen und Erfahrungen aus dem Bereich Schule im Fokus dieser Arbeit. Nachstehend folgen die persönlichen Sichtweisen der Ist-Situationen sowie Ideen der bestmöglichen Integration von Glück im Unterricht.

5.2 Glück im Unterricht – Chancen und Idealvorstellungen

Bucher

„Glück sollte vielmehr so etwas wie ein Unterrichtsprinzip sein – in jedem Fach (I. Z. 29).“ Das Wohlbefinden der Kinder – vor allem, dass sie nicht unter Angst in der Schule leiden und sich ständig gefordert fühlen, ist Bucher ein Anliegen, zumal die Forschung gezeigt hat, dass es sich unter solchen Voraussetzungen nicht gut lernen lässt. „Schule vom Konzept her hat alles, was man braucht um glücklich zu sein (I. Z. 15).“ Allerdings ist in vielen – laut Bucher zu vielen Schulen – Angst ein dominierendes Phänomen. „In lähmender Angst kann der Mensch nicht lernen (I. Z. 16).“ Bucher sieht in Glück als Schulfach einen guten Versuch dies zu verbessern, dennoch aber eine glücksfördernde generelle Interaktionen zwischen Lehrenden und SchülerInnen in jedem Schulfach als die am stärksten Glück-begünstigenden Faktoren (I. Z. 15-17).

Bucher spricht sich dafür aus, dass Glück von jeder Lehrperson im Unterricht gelebt werden sollte. Es kann stillschweigend – ohne es zu thematisieren – oder direkt angezielt werden. Dies ginge beispielsweise durch gute Interaktionen im Rahmen eines kreativen, herausfordernden Lernens (I. Z. 44). Die menschliche Basisemotion Interesse bei den Schulkindern zu wecken, ist für Bucher die Kunst des Lehrens. Ganz im Sinne der eudämonischen Glücksvorstellung ist er überzeugt davon, den Selbstwert der Kinder und die Neugierde im Sinne des späteren Wohlbefindens zu stärken (I. Z. 66,41).

Bucher sieht die Zukunft in ganztägigen Schulen. Ein ganztägiges Konzept ist variabler und lässt zu, dass Schule nicht nur als Lernort gesehen wird. Die Zeiten können flexibler eingeteilt werden und es gibt mehr Pausen, die für kreative und sportliche Betätigung genutzt werden können. Dies sowie der Wegfall der Hausaufgaben würden zu einer glücklicheren Kindheit beitragen (I. Z. 33,55). Er verweist auf alternative Schulkonzepte, wie beispielsweise der Frainet-Pädagogik, Reform-Pädagogik oder Montessori Schulen, wovielles davon bereits umgesetzt wird sowie versucht wird, individueller auf die Kinder einzugehen (I. Z. 19).

„In einem Klassenzimmer kann man 30 Computer parallel schalten, aber nicht 30 Kinderhirne (I. Z. 89).“ Ein weiterer Aspekt für Bucher ist, dass es nicht nur um abprüfbare Wissensinhalte gehen sollte, sondern verstärkt darum, zu lernen, wie man Wissen auf neue Situationen transferieren kann (I. Z. 60).

Für Bucher ist Turnen das glücksrelevanteste Schulfach, was er unter anderem durch die Evolution erklärt, denn seit jeher wurden viele Dinge im Rahmen einer Gemeinschaft durchgeführt. Die durch Bewegung im Körper ausgestoßenen Hormone sowie als Team gemeinsam am gleichen Strang zu ziehen sei äußerst beglückend (I. Z. 27).

Der Aspekt der Schulgröße und die damit einhergehende Anonymität sind Glücks-Killer, weshalb sich Bucher für eine Schulgröße von 200-300 SchülerInnen ausspricht (I. Z. 99).

Chibici-Revneanu

„Schule hat für viele einen negativen Touch. [...] Das Glück ist in diesem System ein sehr positives Thema mit einem ganz positiven Herangehen, mit dem man eine gute Basis schaffen kann (I. Z. 23).“ Wenn ein Mensch weiß, wie er für sich und sein eigenes Wohlbefinden sorgen kann, über Selbstreflektion verfügt, weiß wie er gelingend kommuniziert und Konflikte konstruktiv löst, ist das der Kern des Glücks für Chibici-Revneanu. Es geht ihr um die Vermittlung eines tiefgehenden Glückes und dass die SchülerInnen achtsam und respektvoll miteinander und mit sich selbst umgehen können (I. Z. 93). Schule bietet ideale Voraussetzungen dies zu fördern, allerdings nur, sofern es den Lehrkräften ein Anliegen ist. Momentan werden die von Chibici-Revneanu angebotenen Ausbildungen nur von freiwilligen Interessenten besucht. Einer verpflichtenden Persönlichkeits- oder Glücks-Ausbildung für Lehrende sieht sie skeptisch entgegen, da die Übungen authentisch mitgemacht werden sollten und dies unter Zwang vermutlich zu Erfolgseinbußen

führt. Dennoch ist für Chibici-Revneanu eine österreichweite Ausbildung ein anzustrebendes Ziel (I. Z. 37).

Die Traumschule ist die, wo die ganze Schulgemeinschaft – also die Schulleitung, die Lehrkräfte, die Schüler aber auch die Eltern – sagen, dass es Ihnen ein wichtiges Anliegen ist, dass sich die SchülerInnen persönlich weiterentwickeln und dass wir auch damit wissen, Lernen und Lehren gelingt dann besser (I. Z. 83).

Studien in den steirischen Glücksschulen zeigen, dass sich das Klima der Schule sowie das Klassenklima rasch zum Positiven entwickeln (I. Z. 52, 95).

Auch Chibici-Revneanu sieht Glück nicht als abgeschlossenes Fach, denn – sofern es den Lehrkräften ein Anliegen ist – ist es in jedem Unterricht möglich (I. Z. 37). In den steirischen Schulen findet sich dennoch beides. Einerseits als in sich geschlossener Projektunterricht, sowie durch einzelne Lehrkräfte in den unterschiedlichen Fächern integriert (I. Z. 77). Ein Nachteil des Systems Glück als eigenes Fachs ist für Chibici-Revneanu möglicherweise, dass sich die LehrerInnen der anderen Fächer nicht angehalten fühlen, auch ihren Unterricht dementsprechend zu gestalten, da es ein separates Fach dafür gibt (I. Z. 80).

Chibici-Revneanu nennt einige Beispiele für die gelungene Integration in unterschiedlichen Fächern wie z.B. Physik oder Informatik und weist darauf hin, dass aufgrund des für jede Lehrperson selbst wählbaren Drittels des Erweiterungsstoffs, die Möglichkeit der Glücks-Integration gegeben ist (I. Z. 27).

Gros

„Schule vom Konzept her hat alles was man braucht um glücklich zu sein. Interessanterweise ist das aber nicht die vorherrschende Idee in Schulen, sondern da herrscht eher Angst. Das ist sehr interessant und müsste nicht so sein (I. Z. 15).“

Faktoren, die die Glücksforschung als förderlich definiert wie Herausforderung, Reflexion, Wachstum und soziale Kontakte sind Hauptaspekte der Schule (I. Z. 15). Gros sieht die Schule daher als idealen Ort um wichtige persönlichkeitsbildende Elemente wie Emotionskontrolle, Emotionsmanagement, Kommunikationsfähigkeit, guten Umgang mit

anderen, Konflikten sowie Herausforderungen zu erlernen. Glück ist ein Ergebnis daraus und demnach eine Querschnittsmaterie, die in jedem Fach Platz finden sollte. Ein Glücksfach in dem z.B. Kommunikation, soziale Kompetenz oder Peer Mediation gelernt werden ist für Gros eine gute Möglichkeit, wobei er dies für nicht notwendig erachtet, sofern die Inhalte als fächerübergreifendes Unterrichtsprinzip vermittelt werden (I. Z. 54). „Ich fände es schön, wenn man auch soziale Kompetenz in Mathematik lernt – das ist durchwegs möglich. Es setzt allerdings voraus, dass die Lehrer diese haben (I. Z. 54).“

Voranstehende Ergebnisse zeigen bereits auf, dass auch Gros den Fokus weg von der reinen Vermittlung von Fachwissen – vor allem mittels Frontalunterricht – nehmen möchte, da dies aus heutiger Sicht eine geringe Halbwertszeit aufweist. Wichtiger für ihn sind Soft Skills, Stärkenorientierung, Selbstverantwortung, Selbstorganisationsfähigkeit und das Vermitteln dessen, dass die SchülerInnen selbst handlungsfähig sind und das selbstständige Erarbeiten von Lerninhalten zentrale Bereiche des Unterrichtens sind. Gros sieht hier allerdings eine Diskrepanz zwischen der von LehrerInnen und Eltern geäußerten Idealvorstellung der Kinder und dem, was gemacht werden soll, gegeben (I. Z. 33, 41ff, 77). „Also wenn Kinder sagen, sie gehen gerne in die Schule, dann wüssten wir, dass wir was richtig gemacht haben (I. Z. 67).“ Gros sieht Glück auch als möglichen Indikator dafür, ob Schule funktioniert. Prüfungen, Leistungsstress, Machtverhältnisse und alle Arten negativen Kontakts sieht Gros als Ursache dafür, dass Schule nicht zum erfreulichsten Ort zählt, obgleich sie das Potential dazu hätte (I. Z. 66-69). Ebenso erwähnt er, dass Glück in der Schule keinen Dauerzustand an positiven Emotionen zu bedeuten hat, sondern als Prämisse in jedem Unterrichtsfach gelebt werden soll. „Wir wollen ja keine fröhlichen Trotteln produzieren, sondern Menschen die die Qualität ihres Lebens bestimmen und auch schätzen können (I. Z. 84).“

Möglichkeiten eine Schule glücklicher zu machen sieht er neben dem zuvor genannten auch darin, Projektunterricht zu halten, Sozialprojekte zu unterstützen, zu entwickeln, umzusetzen und möglichst selbstständig zu betreuen. Er kennt viele Lerndesigns, die selbstständige, kritische und demnach glückliche Menschen hervorbringen (I. Z. 34).

Diskurs

Die befragten ExpertInnen sind einstimmig der Überzeugung, dass die Schule über das Potential verfügt, glückliche Menschen hervorzubringen und Ängste in diesem Setting

bestmöglich vermieden werden können. Nicht nur Gros, Bucher sondern auch Martens warnen vor der Angst als größtes Hindernis und lern-hemmende Voraussetzung (siehe Kapitel 3). Einstimmigkeit herrscht auch bei der Vorstellung, dass Glück im Idealfall als Unterrichtsprinzip in jedem Fach gelebt wird. SchülerInnen lernen im täglichen Tun durch authentische, sozialkompetente LehrerInnen quer durch alle Fächer einen konstruktiven Umgang mit Herausforderungen, Krisen- und Konfliktsituationen kennen. Durch eine fächerübergreifende Pädagogik sowie projektbezogenes Arbeiten soll die Kreativität, Selbstwirksamkeit, Selbstorganisation und Selbstverantwortung gefördert werden. Kreativität und mehr Handlungsfähigkeit stellt auch Ha Vinh Tho an oberste Priorität der Unterrichtsziele (siehe Kapitel 3). Herauszufinden, wo die eigenen Stärken und Interessen liegen, kann durch begeisterte LehrerInnen sowie entsprechende Angebote passieren. So sieht auch Bien Glück als Nebenfolge vieler Faktoren und nicht als einen Zustand, der durch einen Willensakt oder eine Aufforderung beliebig herbeiführbar ist (siehe Kapitel 2.2).

Bucher streicht wie Fritz-Schubert (Siehe Kapitel 3.1) die tägliche Bewegung als wichtiges Element für das Wohlbefinden der SchülerInnen heraus und sieht ebenso die Chance der Umsetzung in Ganztagschulen gegeben. Gros spricht sich für fächerübergreifende Schulprojekte bzw. soziale Projekte aus. Chibici-Revneanu stellt klar fest, dass jedes Fach glücklich unterrichtet werden kann bzw. jede Lehrkraft durch das Drittel des Erweiterungstoffs die Möglichkeit dazu hat – sofern es ihr ein Anliegen ist. Bucher, Chibici-Revneanu und Gros sind sich auch beim Thema Unterrichtsdesign einig: Für alle ist eine Reduktion des puren Wissenstransfers in Form von Frontalunterricht vorzunehmen, wobei gleichzeitig eine Erweiterung der Vermittlung von Soft Skills sowie vernetztes, kritisches Denken erfolgen soll. Dies sieht Ha Vinh Tho ebenso als eine dringend notwendige Entwicklung (siehe Kapitel 3). Die Vorschläge der Befragten wirken sich begünstigend auf die Glücksfaktoren nach Martens (2014) aus. Besonders die Punkte „soziale Bindung“, „geistige Bedürfnisse“ und „Ich Bewusstsein“ werden dadurch bedient (siehe Kapitel 2.2).

Als wichtiger Faktor für glückliche SchülerInnen hat sich klar die Lehrerschaft herauskristallisiert. Sichtweisen über momentane Systeme bzw. die Wunschvorstellungen sind in nächster Kategorie zusammengefasst beschrieben.

5.3 Lehrende – Kritik und Idealvorstellungen

Bucher

„Es gibt Lehrer, die ihre Kinder kaum noch anschauen (I. Z. 17).“ Die Haltung mancher Lehrer, die Kinder primär zu disziplinieren versuchen, ist nicht glücksfördernd aber leider oft Schulalltag. Sätze wie: „Du kannst das noch nicht!“ und „Das kannst du auch noch nicht!“ mindern den Selbstwert der Kinder. Überdies herrschen in vielen Lehrerzimmern Konflikt und Rivalität, was sich im Schulklima bemerkbar macht und auf die Stimmung der Kinder abfärbt (I. Z. 24ff).

Bucher erachtet es als Notwendigkeit, die Ergebnisse der Glücksforschung sowie der Positiven Psychologie explizit in der LehrerInnen-Ausbildung zu verankern – im Unterricht der Kinder allerdings nur indirekt zu integrieren (I. Z. 79). Generell sieht Bucher den großen Hebel zum besseren Wohlbefinden der Schüler bei den LehrerInnen – hier vor allem in der Selektion und Ausbildung. „Vor allem gehören die Motive, Lehrer zu werden geprüft (I. Z. 79).“ LehrerInnen sollen intrinsisch motiviert sein und ihren Beruf im Idealfall als Berufung wahrnehmen. Es solle gleich in der Studieneingangsphase eventuell durch Beobachtungen im Kontakt mit Kindern herausgefunden werden, ob sie eine geschickte Interaktion auf Augenhöhe zu den Kindern halten (I. Z. 68ff). Glücksbegünstigend ist, wenn Lehrkräfte die Kinder individuell und maximal fordern, um sie auch in Flow-Zustände zu bringen, aus denen Glück resultieren kann. Gute Lehrer sind mit sich selbst zufrieden, sind begeistert und können begeistern, muten den Kindern etwas zu und stärken sie (I. Z. 53).

„[Ideal ist:] Eine Schule, in der einfach auch von ihrer Aufgabe begeisterte, intrinsisch motivierte LehrerInnen unterrichten, in der das Lehrerkollegium primär ein Miteinander und Füreinander ist und nicht ein gespaltenes Gegeneinander (I. Z. 10).“ Bucher ist überzeugt, dass das Klima einer Schule bzw. auch der Erfolg schon bei Betreten der Schule spürbar ist – der sogenannte „Geist des Hauses“ ist fühlbar – allein durch die Interaktionsformen, beispielsweise ob ein Schulkind bei der Begegnung lächelt oder gar grüßt (I. Z. 103). Betrachtet man zudem den Diskurs der LehrerInnen-Gewerkschaft, so ist dieser oftmals von respektlosem Umgang gezeichnet. Dies prägt das Bild der LehrerInnen in der Öffentlichkeit negativ. Durch ein Mit- und Füreinander in konstruktiven Debatten, ist

sowohl das unmittelbare LehrerInnen-Kollegium, wie auch die Interessensvertretung und das öffentliche Bild der LehrerInnen positiv geformt. (I. Z. 10).

Chibici-Revneanu

„[...] fachlich und pädagogisch kompetente Lehrkräfte und ein Schulklima der konstruktiven Konfliktlösung [...] (I. Z. 84).“ LehrerInnen sollen nicht nur über ausreichend Fachwissen sondern vor allem über soziale Kompetenz, Didaktik, Empathie und Authentizität verfügen. Ein respektvoller Umgang sowie die Wertschätzung der SchülerInnen schaffen eine positive Atmosphäre (I. Z. 71).

Chibici-Revneanu streicht mehrmals heraus, wie wichtig die intrinsische Motivation der Lehrkräfte ist, um den Unterricht beglückend gestalten zu können. Nicht nur, dass den SchülerInnen durch das Gelernte im Glücksunterricht das Lernen leichter fällt, es hat auch Vorteile für die Lehrenden, denn mit einer gefestigten Persönlichkeit und einem stabilen Selbstwert lehrt es sich besser. Ebenso ausschlaggebend ist die geeignete LehrerInnen-Persönlichkeit, wie laut der Befragten viele Studien beweisen (I. Z. 24-29).

Gros

„Jedes Fach kann glücklich unterrichtet werden. Sie können in jedem Fach gut unterrichten, Menschen weiterbringen, interessieren und begeistern - und sie können komplett versagen (I. Z. 51).“ Gros sieht das Hauptpotential einer glücklichen Schule eng mit den Lehrenden verbunden. „Wenn sie jemanden haben, den sie bewundern und toll finden, dann werden sie dem das, was er unterrichtet, glauben - abkaufen und sie werden sich dafür interessieren (I. Z. 52).“ Es ist wichtig, dass LehrerInnen Freude an ihrem Beruf und Begeisterung für ihr Fach vorbringen, ansonsten können sie dies schwer vermitteln (I. Z. 52). „Sozialkompetente Lehrer produzieren sozialkompetente Schüler (I. Z. 70).“ Dementsprechend erachtet Gros Empathie, soziale Kompetenz und Didaktik als Kernkompetenzen der LehrerInnen, die auch in der Ausbildung dieser, einen entsprechenden Stellenwert finden muss. Die Verpflichtung zur Ausbildung bzw. Weiterbildungen in diesen Disziplinen sieht Gros als selbstverständlich. Eine Aufstockung der finanziellen Mittel für die pädagogischen Hochschulen ist notwendig, auch wenn diesbezüglich in den letzten Jahren bereits einiges getan wurde. Gros spricht sich aufgrund voranstehender Inhalte stärker für eine Autonomisierung der Schulen aus. Es soll den Direktionen leichter

gemacht werden, die LehrerInnen-Auswahl zu treffen und Lehrende bei entsprechenden Verfehlungen entlassen zu dürfen (I. Z. 70-88).

Gros sieht weiters die Notwendigkeit einer verstärkten Flexibilität seitens der Lehrenden. Gesellschaftliche Veränderungen wie der Umgang mit neuen Medien sollen auch von LehrerInnen wahrgenommen, entsprechend adaptiert und in den Unterricht eingebunden werden. Er sieht Verbote von beispielsweise Handys als Zeichen der Hilflosigkeit. Ein Eingehen auf diese Veränderungen und einen vernünftigen Umgang mit neuen Medien zu lehren, wäre an dieser Stelle wichtiger für die Kinder, um einen für sie sogar schädlichen Umgang – und somit glückshemmenden Auswirkungen – zu vermeiden (I. Z. 34-36). Externe SpezialistInnen auf gewissen Gebieten fallweise in den Unterricht zu integrieren, sieht Gros als weitere Chance, den Unterricht qualitätsvoller zu gestalten und demnach für die SchülerInnen effizienter zu erleben. Die Begeisterung der ExpertInnen kann hoch motivierend wirken und von ihren Erfahrungen können die SchülerInnen in authentischer Weise lernen (I. Z. 27, 91).

„Wenn man an Schulen geht, findet man sehr schnell heraus, dass es dort nicht um Schüler geht. Sondern es geht um Lehrer (I. Z. 61).“ Damit zeigt Gros auf, dass an vielen Schulen Anfeindungen zwischen Berufsvertretung, Personalvertretung und KollegInnen intern zu finden sind. Ebenso sieht er die Gewerkschaft nicht als hilfreichen Partner diesbezüglich. Dies wirkt sich negativ auf das Schulklima und entsprechende Veränderungen aus (I. Z. 60-63).

Diskurs

Bucher, Chibici-Revneanu sowie Gros sehen den großen Hebel zur Veränderung in Richtung mehr Glück bei den Lehrkräften bzw. deren Ausbildung. Alle befragten ExpertInnen fordern dahingehend mehr Augenmerk auf Didaktik, Persönlichkeitsbildung und die Vermittlung der Glücks-Forschungsergebnisse. Diesbezüglich befassen sich Brohm und Endres (2015) detailliert mit den praktischen Handlungsmöglichkeiten der Lehrkräfte und wie sich diese auf SchülerInnen auswirken, also wie günstiges bzw. ungünstige Vorgehen der LehrerInnen die SchülerInnen stärkt bzw. schwächt (siehe Kapitel 3). Bucher erweitert den Fokus und sieht die Notwendigkeit einer verstärkten Selektion bei der Zulassung zur LehrerInnen-Ausbildung unter anderem durch die Prüfung der zugrundeliegenden Motive, wie dies auch bei anderen Berufen zum Teil der Fall ist. Gros spricht sich für

mehr Schulautonomie hinsichtlich Personalentscheidungen aus und betont die Pflicht der LehrerInnen zur kontinuierlichen Weiterbildung – vor allem hinsichtlich Didaktik, Persönlichkeitsentwicklung sowie den Umgang mit neuen Medien.

Alle Befragten wie auch Bien vertreten die Meinung, dass Lehrende SchülerInnen für ihr Fach begeistern sollen und dies vor allem durch authentische Vermittlung ihrer eigenen Begeisterung für die Lerninhalte erfolgen kann. Gleiches gilt auch für die Kenntnisse zum Thema Glück. So formuliert nicht nur Bien, dass die Glücks-Kenntnisse selbst zu leben es erst ermöglicht, diese zu vermitteln und weiterzugeben (siehe Kapitel 3). Die Neugierde der Kinder zu wecken, mit ihnen respektvoll und wertschätzend und in positiver Weise umzugehen zählt für die Experten und die Expertin zur Kernkompetenz des Lehrberufs.

Häufig wurden in den Interviews Erfahrungen mit stark konfliktbehafteten LehrerInnen-Kollegien erwähnt, die sich negativ auf das gesamte Schulklima auswirken. Wie auch Seligmann postuliert bekämpfen negative Emotionen Wachstum, während positive Emotionen stark begünstigend wirken können (siehe Kapitel 3). Bucher, Chibici-Revneanu und Gros erwähnen optimierungsbedürftige Punkte seitens der Politik, die wiederum einer schnellen Umsetzung glücksrelevanter Inhalte in allen Schulen im Wege stehen.

Wie vorangehende Idealvorstellungen erzielt werden können und welche Schritte in naher Zukunft unumgänglich sind, um das Glücksempfinden in Schulen zu steigern, wird im nächsten Kapitel nochmal zusammenfassend und explizit dargestellt.

5.4 Notwendige und mögliche Schritte

Bucher

Die Ergebnisse der Glücksforschung sowie der Positiven Psychologie in der LehrerInnen-Ausbildung zu verankern sieht Bucher als Notwendigkeit (I. Z. 79). Bezüglich des Lehrplans sieht er eine Zukunft, welche weg vom ritualisierten Unterricht führt. Überdies sieht er den Stellenwert von Fachwissensvermittlung zugunsten eines fächerübergreifenden Unterrichts mit praktischen Übungen und kreativen Aktivitäten sinken. Buchers Vor-

stellung nach kann dies mittels glücksrelevanter didaktischer Tätigkeit des Lehrpersonals sowie der Integration von mindestens einer Stunde Bewegung pro Tag erfolgen (I. Z. 22,27,35).

Hinsichtlich der LehrerInnen-Ausbildung sollen Selektionen eingeführt werden, denn es sollen nur aufgrund ihrer Persönlichkeit geeignete, intrinsisch motivierte Lehrkräfte unterrichten. Das LehrerInnen-Kollegium muss ein Miteinander und Füreinander sein, ebenso gehört im bildungspolitischen Diskurs ein respektvoller Umgang zur Tagesordnung (I. Z. 68-70, 100).

Schulen sollen eine Größe von maximal 300 SchülerInnen aufweisen und über eine gute Infrastruktur wie einen Theaterraum, Labors, Werkstätten, Schulgarten und sogar einem Haustier verfügen (I. Z. Z 91-102).

Chibici-Revneanu

„Notwendige Schritte? Das ist einmal die gute Ausbildung der Lehrkräfte. Dass sie eine gute, kompetente Ausbildung erhalten, die für sie die Basis ist (I. Z. 67).“

Für Chibici-Revneanu ist somit die verpflichtende Glücksausbildung für LehrerInnen ein Idealziel, das für sie noch weit in der Zukunft liegt. Momentane Hoffnung liegt auf dem neuen Curriculum der LehrerInnen-Ausbildung, die ihrer Meinung nach einige Elemente der Persönlichkeitsbildung und Elemente des Glücks-Gedankenguts enthält.

Eine Abmilderung des Fokus auf Sachwissen zugunsten der Glücksausbildung im Unterricht trägt ihr Weiteres zum Wohlbefinden der SchülerInnen bei. Das Ziel sind fachlich und pädagogisch kompetente Lehrkräfte sowie ein Schulklima der konstruktiven Konfliktlösung (I. Z. 81ff). Zukünftig sollen alle an einem Strang ziehen, weshalb die ganze Schulgemeinschaft wie die Schulleitung, die Lehrkräfte, die SchülerInnen sowie die Eltern das Anliegen der persönlichen Weiterentwicklung und des Wohlbefindens der SchülerInnen durch gemeinsames Agieren verfolgen sollten (I. Z. 83).

Für Chibici-Revneanu sind die nächsten Schritte nicht nur national, in der ständigen Aktualisierung des Glück-Unterrichts durch neue Forschungsergebnisse in Österreich gelegen, sondern auch international situiert, denn ihr Modell des steirischen „Glück macht Schule“ findet mittlerweile auch in anderen Kontinenten Anklang. Es gilt demnach Ressourcen zu schaffen und entsprechende Glücks-Ausbildungsplätze anzubieten, um die

nationalen und internationalen Anfragen befriedigen zu können sowie dadurch eine entsprechende Multiplikator-Wirkung zu erreichen (I. Z. 46-48,87).

Gros

„Echte Demokratisierung der Schule! Es macht extrem viel Spaß das zu tun. Wenn man dann sieht, wie das funktioniert, ist es wirklich toll, aber es ist nicht einfach (I. Z. 98).“ Gros erachtet die echte Demokratisierung der Schule, also dass die Meinung der Schulkinder Gehör findet, sie wertgeschätzt wird und Einflusskraft erhält, als eine wichtige Chance für zukünftige Bildungsstätten (I. Z. 98).

Verpflichtende Ausbildungen und Weiterbildungen für LehrerInnen sind ihm ebenfalls besonders wichtig, ebenso wie Änderungen am Entlohnungssystem der Lehrkräfte. Letzteres soll für Gros an Aufwand und Leistung orientieren, anstatt an den gearbeiteten Lehrjahren (I. Z. 75f).

Fachkompetenz ist wichtig, aber nicht das Wichtigste: Die Kompetenz des Vermittelns sollte im Fokus liegen und viel stärker in der Lehrerausbildung beachtet werden. Darüber hinaus sollten Bereiche der sozialen und emotionalen Kompetenz sowie der Konfliktfähigkeit verstärkt in die LehrerInnen-Aus- und Weiterbildung einfließen. Dadurch soll eine Orientierung in Richtung der Stärken und eine wertschätzende Grundhaltung gegeben sein. Die Vorbildwirkung der Lehrenden überträgt sich wiederum auf die SchülerInnen und prägt die Beziehungen im Schulumfeld (I. Z. 41f, 87f).

Gros macht sich für multiprofessionelle Teams an Schulen stark, demnach sollen auch Personen aus der Berufspraxis für gewisse Zeiten unterrichten (I. Z. 91).

Die Schulen sollen mehr Autonomie hinsichtlich LehrerInnen-Auswahl und Kündigung erhalten (I. Z. 86). Durch die Möglichkeit der Drittmittel-Finanzierung durch beispielsweise Sponsoren, sollen Schulen verstärkt spezielle Projekte umsetzen können. Lehrende, SchülerInnen und Eltern sollen stets Zugang zu einer psychosozialen Betreuung, wie Coachings oder Supervision, in einem ausreichenden Maß erhalten können (I. Z. 91-94).

Diskurs

Die Befragten nennen gemein die Verbesserung bzw. Verpflichtung der LehrerInnen-Ausbildung hinsichtlich Didaktik, Persönlichkeitsbildung bzw. Vermittlung der Inhalte

aus der Glücksforschung und fordern eine Reduktion des Fokus auf reinen Wissenstransfer. Eine wertschätzende, inkludierende Haltung der Lehrenden gegenüber SchülerInnen soll Standard sein, ebenso wie ein authentischer, begeisternder Unterricht. Dies deckt sich auch mit der Empfehlung von Brohm und Endres (siehe Kapitel 3). Die Stärkung der SchülerInnen, emotionale Kompetenz, soziale Kompetenz, Selbstorganisation sowie ein kreativer Umgang mit Herausforderungen sollen durch empathische Lehrkräfte vermittelt werden. Auch Fitz-Schubert (siehe Kapitel 3.1) ist der Meinung, dass der Bildungsauftrag von Schulen dazu verpflichtet. Neue Forschungsinhalte sollen schneller Einzug in die gelebte Didaktik finden. Aus politischer Sicht soll die Schulautonomie verbessert werden. Ein harmonischer, konstruktiver Umgang des LehrerInnen-Kollegiums sei laut allen Befragten anzustreben.

Voranstehende Ergebnisse der empirischen Untersuchung geben Aufschluss über die Möglichkeiten, das Glücksempfinden im Schulalltag zu steigern. Im folgenden Fazit werden theoretische wie empirische Ergebnisse zusammenfassend dargestellt und Handlungsempfehlungen für unterschiedliche Ebenen wie Politik und Lehrerschaft gegeben.

6 Fazit

Das Glück ist ein wählbares Gut. Es geht dabei um die richtige Orientierung des individuellen Lebens. Wir können uns auf unser Wohlbefinden hin orientieren, wir können es in den Mittelpunkt unseres Lebens stellen und haben dabei eine Reihe von positiven ‚Nebeneffekten‘ (Martens, 2014, S. 27).

Ein Ziel dieser Arbeit war aufzuzeigen ob und wenn ja welche Chancen Glück im Unterricht bietet. Voranstehendes Zitat von Martens fasst die zentralen Ergebnisse prägnant zusammen, denn Glück bzw. Glücklichein bietet enorme Chancen bzw. ist die Voraussetzung für ein gelingendes Lernen.

„Glück“ im Sinne eines langfristigen Wohlbefindens, der Fähigkeit positive Affekte zu erleben und negative gering und kurz zu halten sowie demnach zu einem hohen Glücksempfinden zu gelangen ist durch diverse Methoden lern- bzw. steuerbar. Laut Lubomirsky (2016) sind nur 10 % unseres Glücksempfindens durch äußere Umstände wie beispielsweise Armut oder Reichtum beeinflusst, weitere 50 % hingegen durch Sozialisierung, Erziehung und Persönlichkeitseigenschaften. Es ergeben sich dadurch 40 % des Glückseins, die durch die eigenen Handlungen und Einstellungen gefördert oder gemindert werden können. Diverse Modelle und Empfehlungen, die die Glücksforschung hervorgebracht hat, wie beispielsweise von Fordyce (2002) oder Martens (2015), sehen

- Aktivitäten (Arbeit, Hobbys, Flow-Erleben, Lernen, Gestalten)
- Dankbarkeit (Genuss, Verzeihen)
- Optimismus (Humor, Vergeben, Sinnfindung) und vor allem
- Intakte Beziehungen (Partnerschaft, Freundschaft, Nächstenliebe)

als größte Hebel zur Glücks-Steigerung. Glück ist nicht direkt durch einen Willensakt zu kreieren, sondern wird als Nebenfolge entsprechenden Handelns in aufgezählten Bereichen gesehen (siehe Kapitel 2.1 und 2.2).

Wenn das persönliche Glücksempfinden hoch ist, kann das eine Reihe von Vorteilen mit sich bringen. Glücklich zu sein wirkt sich nicht nur positiv auf soziale Bereiche wie beispielsweise

- Stabilere, häufigere Sozialbeziehungen
- Besser Copingstrategien bei Schwierigkeiten
- Erfolgreiche, effiziente Arbeit
- Hilfsbereiter, aktiver Lebensstil

aus, sondern hat auch eine Reihe an gesundheitlichen Effekten wie

- Längere Lebensdauer
- Bessere Überlebenschancen bei Krankheiten
- Weniger Schmerzen
- Bessere Körperwerte wie z.B. Blutdruck
- Stärkeres Immunsystem
- Weniger Stress
- Insgesamt gesünder.

Dies allein ist schon eine Fülle an positiven Aspekten, die im Sinne der Eltern und Lehrkräfte für jedes Schulkind geschaffen werden sollten. Umso mehr sind im Schulalltag folgende Effekte des Glücklichseins von Relevanz:

- Verbessert Lernfähigkeit bzw. kognitive Prozesse
- Fördert Kreativität
- Erleichtert das Meistern von Herausforderungen
- Verbessert das Umgehen mit Stresssituationen
- Verringert Ausmaß von Stressempfinden
- Stärkere Resilienz

Diesen Erkenntnissen der Wissenschaft (siehe Kapitel 2.3) stehen allerdings Ergebnisse aus dem Schulalltag gegenüber, die verdeutlichen, dass gegenwärtig von den Vorteilen des Glücklichseins kaum profitiert werden kann, da erhebliche Defizite im Sinne der

Wohlbefindens-Einschätzung der Schulkinder vorherrschen. Der Schulbesuch wird nur als geringfügig glücklicher erlebt als der Besuch beim Zahnarzt (siehe Kapitel 3). Die Depressionswahrscheinlichkeit, Lerndefizite sowie die Burn-Out-Rate und der Pharmakakonsum steigen nicht nur bei SchülerInnen sondern auch bei LehrerInnen. Jedes dritte Schulkind leidet nach einigen Jahren an Schulangst. Angst ist eines der größten Hindernisse von Glücksempfinden und hemmt demnach auch den Lernerfolg. Einige Experten wie Fritz-Schubert, der Entwickler des Schulfachs „Glück“ in Deutschland, sowie Ha Vinh Tho, Leiter der Glückskommission in Bhutan, stellen fest, dass der zu große Fokus auf die reine Vermittlung von Fachwissen keine Zeit für die Vermittlung von sozialen und emotionalen Kompetenzen ermöglicht. Ein Gegensteuern bedingt allerdings auch entsprechende didaktische Fähigkeiten und persönliche Voraussetzungen seitens des Lehrpersonals. Das Potential der Schulumgebung soll genutzt werden, um Schulkinder auch in den Bereichen

- Selbstwirksamkeit und Erfolgserleben
- Motivation und Engagement
- Positive Beziehungen (Konfliktmanagement, Kommunikation)
- Sinnfindung und Zielsetzung im Leben
- Eigene Stärken erkennen und ausbauen
- Wertebildung (Vertrauen, Geborgenheit, Solidarität)

zu stärken (siehe Kapitel 3). Voranstehendes sowie die Persönlichkeitsentwicklung von LehrerInnen, wirkt sich auf das gesamte Schulklima und vor allem auf die SchülerInnen positiv aus. Es kann zur Folge haben, dass das Wohlbefinden sowie die Leistungsbereitschaft neben der psychischen und physischen Gesundheit gesteigert werden. Diese Erkenntnisse werden in einigen Konzepten bereits sehr erfolgreich umgesetzt, wie beispielsweise der Willy-Hellpach Schule von Fritz-Schubert oder in den steiermärkischen Glücks-Schulen.

Welche konkreten zukünftigen Entwicklungen förderlich sind, um das Glücksempfinden in Schulen zu steigern und um zu erreichen, dass Kinder Schule wieder stärker als Ort des Wohlfühlens erleben können, werden in nachfolgendem Kapitel zusammengefasst.

6.1 Wege der stärkeren Integration von Glück in den Unterricht

Die zentralen Aspekte dieser Arbeit sind die Einschätzung der Experten und der Expertin hinsichtlich der Relevanz von Glück im Unterricht sowie die Generierung möglicher Umsetzungsmöglichkeiten und Handlungsempfehlungen der Glücks-Erkenntnisse, um das Wohlbefinden der SchülerInnen steigern zu können. Die ExpertInnen-Interviews waren das Werkzeug, um zusätzlich zu den theoretischen Kapiteln 2 und 3 möglichst aktuelle Ergebnisse zu erhalten. Prägnant zusammengefasst haben sich folgende Punkte herauskristallisiert:

- **Glück als Unterrichtsprinzip**

Glück wird nicht nur als Schulfach sondern idealerweise als ganzheitliches Unterrichtsprinzip in jedem Fach gelebt. Durch didaktisches Können und intrinsische Motivation der LehrerInnen sowie entsprechende Umgangsformen sollen glücksfördernde Aspekte in jedem Unterrichtsfach vermittelt und erlebt werden.

- **Glück in LehrerInnen-Ausbildung**

Die Forschungsergebnisse der Glückforschung sollen Einzug in die LehrerInnen-Ausbildung finden. Persönlichkeitsbildende, didaktische Prinzipien sollen die Kompetenz jeder Lehrkraft – ob Gymnasium oder Volksschule – stärken. Ebenso soll die Eignung für diesen Beruf überprüft werden und stetige Weiterbildungen Usus sein.

- **Lehrpläne überarbeiten – mehr Soft Skills**

Die Vermittlung von abprüfbarem Wissen soll zu Gunsten persönlichkeitsbildender, glückssteigernder Inhalte verringert werden. Emotionale und soziale Kompetenzen sollen einen ebenso hohen Stellenwert im Lehrplan, wie kognitive Fertigkeiten haben.

- **Autonome Schulstrukturen und geringe Schulgrößen**

Den Schulen mehr Freiheit in der LehrerInnen-Anstellung, der Durchführung von Schulprojekten und der Auswahl der Lehrinhalte zu geben. Hinsichtlich der Schulgröße soll das Gefühl der Anonymität vermieden werden, wobei eine Empfehlung von maximal 300 SchülerInnen pro Schule ausgesprochen wird.

- **Fächerübergreifender, zeitgemäßer Unterricht in entsprechender Infrastruktur**
Fächerübergreifender Unterricht, in dem das Wissen durch Erfahren und mit dem Wecken der Neugierde vermittelt wird, soll in geeigneten Schulräumen wie beispielsweise entsprechenden Werkstätten oder Schulgärten ermöglicht werden. Ebenso sollen nicht nur die Lehrpläne sondern auch die Unterrichtsmedien stets an neueste Entwicklungen und Erkenntnisse angepasst werden.
- **Glücks-Einstellung der Lehrkräfte, Direktion und Politik**
Intrinsisch motivierte Lehrende, denen das Wohlbefinden der SchülerInnen ein Anliegen ist, sind der größte Hebel zu mehr Glück in den Schulen. Damit ihre Arbeit auch entsprechend inspiriert und ermöglicht wird sowie die Glücks-Themen gelingend umgesetzt werden, bedarf es einer Direktion mit der entsprechenden Haltung. Überdies sollte der Glücksgedanke in allen politischen Ebenen Einzug finden und somit dazu beitragen, dass öffentliche Diskussionen lösungsorientiert stattfinden und somit positiv zum allgemeinen Bild der LehrerInnen beitragen.

Alle befragten ExpertInnen sind der Auffassung, dass diese wünschenswerten Veränderungen einem starren Schulsystem gegenüberstehen, verfolgen aber Entwicklungen, die in eine glücksverheißende Richtung gehen. Mit etwas Engagement seitens der Lehrkräfte, Schulleitung, Eltern, Politik sowie den SchülerInnen ist die Steigerung des Wohlbefindens in der Schule demnach nur eine Frage der Zeit.

6.2 Ausblick

„Glück ist ein Geschenk von Aktivität (Bucher, S. 208, 2009).“

In diesem Sinne ist es glücksverheißend, dass noch viel getan werden kann, um des Menschen Glück – vor allem in Schulen - zu steigern. Unter wissenschaftlichem Aspekt sind genügend Forschungsergebnisse und Fakten produziert, um eine Änderung im Schulsystem zu rechtfertigen. Ebenso gibt es funktionierende, bereits in kleinem Stil implementierte Konzepte, die nur darauf warten, flächendeckend in die Schullandschaft eingeführt zu werden.

Veränderungen hin zu mehr Autonomie der einzelnen Schulen ermöglichen ein vielfältiges Angebot für vielfältige Charaktere. Es sollte nicht nur in speziellen Schulen die Chance auf eine glückliche Schulzeit gegeben sein, sondern für jedes Kind ein Schulbesuch in einer fördernden, fordernden und glücklichen Institution ermöglicht werden. Zukünftig sollen Schulkinder Anerkennung, Wertschätzung und Selbstvertrauen erfahren. Durch das Erkennen und Kräftigen ihrer Stärken können sie Selbstwirksamkeit erleben. Kinder, die lernen ihr Leben sinnstiftend, zufrieden und im Rahmen harmonischer Beziehungen zu gestalten, tragen diese Fähigkeiten ihr Leben lang mit – was einmal erwachsen zu positiv überdachten Firmen-, Gesellschafts- sowie Politikstrukturen führen und eine gesamt glücklicherer Gesellschaft hervorbringen kann.)

6.3 Kritik

Im Rahmen dieser Arbeit wurde deutlich, dass seine Stärken zu erkennen glückssteigernd ist. Demnach soll mit dem Gelingen dieses Prozesses begonnen werden: Die ausgeprägte Literatursuche – vor allem nach neuesten Erkenntnissen – erwies sich als sehr effizient. Neben guter Literatur, konnten auch viele Vorträge und Filmbeiträge zu diesem Thema recherchiert und besucht werden, was umso mehr zeigt, dass es sich bei Glück um ein sehr relevantes Forschungsobjekt handelt. Österreich weist eine große Landschaft an Glücks-ExpertInnen auf, weshalb nach einer breiten Recherche eine ausgewogene Auswahl getroffen werden konnte. Aufgrund der in Kapitel 4 genannten Aspekte fiel die Wahl auf Frau Chibici-Revnanu, Herrn Bucher sowie Herrn Gros, welche alle drei ohne zu Zögern mit großer Freude einem Interview zu diesem Thema zugesagt haben. Demnach ergaben sich sehr spannende Interviews, die aufgrund des Leitfadens ohne Probleme und mit viel Herzblut abgehalten wurden.

Hierzu sei angemerkt, dass sich das Zusenden der Leitfragen vorab bei einem Interview als leicht störend erwies, da der Gesprächsfluss manchmal aufgrund des starren Orientierens an den bereits beantworteten Fragen der befragten Person gestört wurde. Ein Lösungsansatz für zukünftige halbstrukturierte Befragungen ist der, nur noch wenige richtungsweisende Hauptfragen vorab zu senden und den Großteil der Fragen erst während des Interviews zu entlüften.

Bezüglich der kommunikativen Validierung könnte in einem nächsten Schritt eine Rücksprache mit den Interviewten hinsichtlich der Zusammenfassung der Gesprächsergebnisse erfolgen, um sicher zu gehen, dass der Forscher bzw. die Forscherin keine Fehlinterpretationen oder Missverständnisse in die Forschungsergebnisse einfließen lässt.

Die Kategorienbildung kann bei der Auswertung der Forschungsergebnisse eine Gefahr darstellen, da eventuell gewisse Nuancen oder spezielle Angaben der Interviews nicht berücksichtigt werden.

Ein weiterer Aspekt, der unter Kritik angeführt werden soll ist, dass es sich in dieser Arbeit hauptsächlich um das Glück der Schulkinder handelt, genau diese aber nicht explizit und direkt beispielsweise als Befragte Platz darin finden. In weiteren Arbeiten kann ergänzend auf Änderungsvorschläge von Schulkindern aller Altersstufen und Schultypen eingegangen werden. Ebenso blieben alternative Schulsysteme, in denen vielleicht die Glücks-Prinzipien bereits gelebt werden, unerwähnt bzw. nicht näher untersucht.

Insgesamt war der Prozess dieser Forschungsarbeit sehr spannend und lehrreich. Die Forschungsfrage in Form einer Annahme konnte theoretisch wie empirisch beantwortet werden, was darüber hinaus Handlungsempfehlungen hervorgebracht hat. Die Arbeit soll als Änderungsaufruf samt Lösungsansätzen hin zu einer glücksorientierteren Schule bzw. Gesellschaft dienen.

Literaturverzeichnis

- Bellebaum, A. (Hrsg.) (2002): *Glücksforschung. Eine Bestandsaufnahme*. 1. Aufl., Konstanz.
- Bellebaum, A. (Hrsg.) (1992): *Glück und Zufriedenheit. Ein Symposium*. 1. Aufl., Opladen.
- Bien, G. (1989): Über das Glück. In J. Schummer (Hrsg.), *Glück und Ethik* (S.24-45). 1. Aufl., Würzburg.
- Bortz, J. & Döring, N. (1995): *Forschungsmethoden und Evaluation für Sozialwissenschaftler*. 2. Aufl., Berlin.
- Braun, H. (2002): Empirische Glücksforschung. Ein schwieriges Unterfangen. In A. Bellebaum (Hrsg.): *Glücksforschung eine Bestandsaufnahme*. (S. 43-58). 1. Aufl., Konstanz.
- Brohm, M. & Endres, W. (2015): *Positive Psychologie in der Schule: Die Glücksrevolution im Schulalltag*. 1. Aufl., Weinheim
- Bucher, A. (2009): *Psychologie des Glücks. Ein Handbuch*. 1. Aufl., Weinheim.
- Prantner, C. (2011, 21. Juni): Nur die Engländer streben nach Glück. *Der Standard*. Zugriff am 27.2.2016. Verfügbar unter: <http://derstandard.at/1308186655082/Recht-auf-Glueck-Nur-der-Englaender-strebt-nach-Glueck>
- Franke, A. (1997): *Salutogenese: Zur Entmystifizierung der Gesundheit (Forum für Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis)*. 1. Aufl., Tübingen
- Fritz-Schubert, E. (2014): *Schulfach Glück. Wie ein neues Fach die Schule verändert*. 2. Aufl., Freiburg im Breisgau.
- Fritz-Schubert- Institut: *Homepage*. Zugriff am 13.2.1016. Verfügbar unter: <http://www.fritz-schubert-institut.de/einsatzorte-%C3%B6sterreich/>
- Fingerle, O. (Hrsg.) (2007): *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz*. 2. Aufl., München.
- Frank, R. (2008): *Glück. Lebe deine Stärken*. 1. Aufl., Düsseldorf.
- Glatzer, W. (1992): Lebensqualität und subjektives Wohlbefinden. Ergebnisse sozialwissenschaftlicher Untersuchungen. In A. Bellebaum (Hrsg.) *Glück und Zufriedenheit. Ein Symposium* (S. 49-85). 1. Aufl., Opladen.
- Ha Vinh Tho (2013): *Dr. Ha Vinh Tho im Interview mit dem Ministerium für Glück und Wohlbefinden* [Filminterview]. Zugriff am 10.2.2016. Verfügbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=GSpeQVqBIO>

Landesschulrat für Steiermark, 2016: *Homepage*. Zugriff am 28.8.2015. Verfügbar unter: <http://www.lsr-stmk.gv.at/cms/beitrag/10090543/356584/>

Lyubomirsky, S. (2006): *Is it possible to become lastingly Happier? Answers from the Modern Science of Well-Being*. The Vancouver Dialogues. Zugriff am 29.12.2015. Verfügbar unter:

<http://sonjalyubomirsky.com/wp-content/themes/sonjalyubomirsky/papers/L2006b.pdf>

Martens, J-U. (2014): *Glück in Psychologie, Philosophie und im Alltag*. 1. Aufl., Stuttgart.

Seligmann, M. (2012): *Der Glücks-Faktor. Warum Optimisten länger leben*. 9. Aufl., Ulm.

Schummer, J. (Hrsg.) (1998): *Glück und Ethik*. 1. Aufl., Würzburg.

Servus Reportage. (producer) (2013): *Auf der Suche nach dem Glück*. [Reportage]. Zugriff am 5.12.2015. Verfügbar unter: <http://www.servustv.com/at/Medien/Servus-Reportage60>

Stier, W. (1999): *Empirische Forschungsmethoden*. 2. Aufl., Berlin.

Theves, S. (2011): *Hedonistisches und Eudämonistisches Wohlbefinden*. Zugriff am 10.2.2016. Verfügbar unter:

<http://www.sinnforschung.org/gesellschaftsrelevant/hedonistisches-und-eudamonistisches-wohlbefinden>

Prantner, C. (2011) *Recht auf Glück*. Zugriff am 29.12.2015. Verfügbar unter: <http://derstandard.at/1308186655082/Recht-auf-Glueck-Nur-der-Englaender-strebt-nach-Glueck>

Lepich, C. (2015): *Glück und Gesundheit*. Radiosendung Ö1 vom 28.12.2015, 14:00. Zugriff 29.12.2015. Verfügbar unter: <http://oe1.orf.at/programm/425646>

Fuß, S. & Karbach, U. (2014) *Grundlagen der Transkription*. 1. Aufl., Regensburg.

Anhang

Interview- Leitfaden

Titel:
Name:
Beruf/Position:
Datum, Uhrzeit:

IHR WEG ZUM GLÜCK

- Was verstehen Sie unter dem Begriff „Glück“?
- Was hat Sie zum (Thema) Glück gebracht?
- Wieso wollen Sie persönlich Glück in die Schule bringen? (Chancen)
- Gibt es (Forschungs-)Ergebnisse/Entwicklungen die für Sie besonders maßgeblich sind. (begründend oder alarmierend) (Chancen)

- Gibt es I.M. nach am herkömmlichen Schulsystem etwas, das stark verbesserungswürdig ist?
- Gibt es Schulmodelle wo diese Punkte besser umgesetzt werden – wenn ja wie?

GLÜCK UND SCHULE JETZT

- Gibt es bereits in herkömmlichen (Pflicht-)Fächern ähnliche Inhalte?
- Was ist daran gut – was ist daran noch ausbaufähig?

- Welche Glücks-Konzepte kennen Sie, die bereits in Österreichs Schulen angewendet werden?
- Was ist daran gut – was ist daran noch ausbaufähig?

GLÜCK UND SCHULE ZUKUNFT (IDEALSCHULE)

- Welche Rolle sollte Glück idealer Weise in österreichischen Schulen spielen? (Chancen)
- Gibt es den idealen Glücks-Unterricht – wenn ja, wie sieht er I.M. nach aus? (Konzept)
- Wie ist dies mit dem jetzigen Schulprinzip idealerweise vereinbar? (Umsetzung)
 - Soll Glück stärker in herkömmliche Fächer integriert werden o. ein eigenständiges Fach sein?
 - Sollte die Glücksausbildung verpflichtend bei der Lehrerausbildung sein? – Wenn ja, warum?

- Wie sieht die Idealschule aus? (Zukunft)
- Welche Schritte sind jetzt sofort und später notwendig? (Zukunft)

21. I: Die Forschungsergebnisse – Sie haben jetzt eh schon ein paar genannt – von eigenen Studien... wollen Sie da noch gen, ob ein Forschungsergebnis besonders maßgeblich ist oder alarmierend?

22. B: Da gibt es einige. Was mich nachdenklich stimmt, sind unter anderem Studien, die der Kollege Hade mann fährt hat an der Universität Bielefeld, beispielsweise von Stresserleben von Schülern – aber ich habe jetzt auch nicht genaue Zahlen in Erinnerung aber wenn ich beispielsweise zur Kenntnis nehme, dass fast jedes vierte Kind vor gaben Sedativa – Beruhigungsmittel – zu sich nehmen muss – dann stimmt etwas nicht.

23. B: Das müsste einfach wirklich nicht sein. Oder was für mich auch frageorientiert war, wenn festzustellen ist, dass viele Stunden in der Schule drin sind – wenn sie da nur geringfügig glücklicher sind als beim Zahnarzt, dann stimmt auch ein bisschen nachdenklich.

24. B: Ich möchte daraus nicht gleich eine negativ Kritik an der Schule formulieren, sondern positiv – dass die Schule oder nd Lehrpersonen das Potenzial haben zu mehr Glück bei Kindern beizubringen. Vielfältig eben durch den geschichteten, rten Unterricht, durch eine angemessene Balance – neue Herausforderungen und dem was Kinder schon können und 1 auch positive Zuminungen – Selbstwertstärkung "Du kannst das" oder das Kindern zuerst gesiegt wird was sie innen, was sie schon geleistet haben und nicht dass sie zuerst hören: "Das kannst du noch nicht und das kannst du ht." Unter anderem auch deswegen weil Selbstwert.

25. B: Unter anderem auch deswegen weil Selbstwert ein psychologisches Konstrukt – zwar unterschiedlich gemessen, einfach bestätigt, das subjektiv eingeschätztes Glück und Selbstwert sehr hohe Korrelationen haben. Auch in unserer heilsigluck-Studie: Kinder die das Gefühl haben "Es gibt viel gute kam" oder "Ich finde mich toll, einfach hin." – das sind auch die glücklichen Kinder.

26. I: Dann kommen wir zum zweiten Bereich. Gibt es ähnliche Fächer, Pflicht-Fächer die ähnliche Inhalte haben oder auzustand schon nahe kommen? Die diese Selbstwertthemen oder die zu erreichenden Ziele aufweisen?

27. B: Also da würde ich sagen, dass das im Grunde jedes Fach beinhalten kann. In jedem Fach können Kinder positive fahrungen machen. Ich würde unter anderem auch als These setzen, das wahrscheinlich Glücksrelevanteste Schulfach n. Bewegung – da werden körperregene Fluktine ausgetoßen und da sind Dinge möglich wie in einem Team etwas. Das ist auch von unsere Evolutions her anzusehen – unsere Vorfahren haben nur überlebt, da sie gemeinsam auch ge unterkommen haben. Evolutions führen sich Menschen vor allem dann besonders wohl, wenn sie mit anderen ensind, wenn sie mit anderen am gleichen Strick ziehen.

28. B: So wie im Fußballteam. Dann gibt es auch diejenigen Fächer, in denen eher auch explizit über Glück geredet kann. Glück ist ein Thema in vielen Religionen/unterrichtsplänen – osschon leider auch die religiöse Erziehung vielfach offentlich war – über viele Generationen hinweg "Du bist nicht auf Erden um hier schon glücklich zu sein, sondern jehste einzuhalten und vielleicht dann der himmlischen Glückseligkeit teilhaftig zu werden. Auch hat man Menschen mahniges Glück vertriebt. In Österreich ist Ethik noch ein Schulfach an 42 Schulen, aber in den meisten n Bundesländern – eigentlich in allen – ist ein Sozialkunde Curricula eingeleitet.

29. B: Eigens zu erwähnen sind natürlich die Schule von Fritz Schubert. Ich finde das durchaus sehr begrüßenswert. Ich avor waren es ist vielleicht ein Zerfall, was ich schade – jetzt haben wir zweimal 50 min Glück an der Schule und das Thema erledigt. Glück sollte vielmehr so etwas wie ein Unterrichtsprinzip sein. Oder ein Prinzip an der Schule pt wie wir vor allem auch mit den Kindern umgehen. Insbesondere aber auch wie Lehrer und Lehrerinnen umgehen. Das spüren Kinder. Es gibt Lehrerinnen wo permanent Konflikt und Rivalität usw herrscht. Das tut wie überhaupt nicht gut und färbt auch auf die Stimmungslage der Kinder ab.

30. B: Es gibt leider viele Lehrer die einfach notorisch unzufrieden sind. Viele 68 die einfach notorisch unzufrieden sind spüren Kinder.

31. I: Was ist bei Turnen beispielsweise noch ausbaufähig?

32. B: Turnen ist ein Fach oder auch ein Fach was viel Kreativität ermöglicht ist. Bildnerische Erziehung oder Musik. Wenn ulikasse beispielsweise auch Fächer aber offentlich erlebt – zb ein Musical einzuüben wo verschiedene Fächer bedient – so der Deutschlehrer. Das kann zu unregelmäßigen Eindrücken, zu unregelmäßigen Glück führen. Vor allem auch bei Schülern – vor allem auch unter – Anregung durch Pädagogen und Pädagoginnen – einfach selber erarbeitet wird.

33. B: Oder so auch in ganztägigen Schulfarmen – wenn nicht nur der übliche Fächerunterricht ist, sondern auch freie 4-mauehen und Bewegungsmöglichkeiten. Unser Organismus ist auf Bewegung eingestellt. In traditionellen Schulen ist nismus – der Körper der Kinder buchstäblich still gelegt worden.

34. I: Wären Sie dann für mehr Turnen – oder passt das so wie es jetzt ist?

35. B: Von den vielen Vorschlägen der österreichischen Schulfarmen Diskussionen der letzten Jahre erachte ich den gder 1 Stunde Bewegung am Tag als den sinnvollsten und vernünftigsten.

95. I: Zum Abschluss: Die Idealschule in ein zwei Sätzen.

96. B: Ja einiges haben wir schon. Jede Schule kann ideal sein.

97. I: Aber wie ich es schon kurz angesprochen habe: Ganztägige Schulfarmen haben Potentiale haben, die in diesen Zermittags- und frühen Nachmittags hinein – mit einem Fach nach dem anderen nicht haben.

98. B: Darüber hinaus vielleicht die Schulgröße. Wenn Schulen zu groß und zu anonym werden ist das tödlich – indens in mildernd. Da gab es in den 60er und 70er Jahren einen deutschen Gesamtschulbewegung – es wurden 3000 Schulfarmen mit bis zu 2000-3000 Schülern.

99. B: Eine ideale Schule – meine Überzeugung – sollte 200-300 Schüler nicht überschreiten. Weil man da die meisten rgendwie auch noch kennt und die Gefahr der Anonymisierung geringer ist.

10. B: Darüber hinaus eine Schule in der einfach auch von Ihrer Aufgabe begeisterter intrinsisch motivierte Lehrer und nen unterrichten. In der das Lehrkollegium primär ein Miteinander und Füreinander ist und nicht ein gespaltenes rander.

10. B: Darüber hinaus eine Schule die eine Infrastruktur hat, die vielfältige Erfahrungen ermöglicht. Theateraum, gute /vielleicht einen Schulgarten: – der Garten ist ein geistesgeschichtlich sehr traditionsreiches Symbol von Glück. Kinder es sehr gerne einen Garten zu bepflanzen und da aktiv zu werden.

10. B: Gegebenenfalls kann zu einer guten Schule auch ein Haustier gehören. Es muss nicht unbedingt ein Esel sein wie ir bekannten Waldor Schule.

10. B: Mit freundlichen Interaktionsformen und das vor allem spürbar ist, dass an dieser Schule auch ein guter Geist ansortiert das jeweils wenn man in Schulen reingeht, was da für ein Geist oder Ungeist herrscht. Das fängt in der Regel igeleiten an, die aber doch keine Kleinigkeiten sind wenn man hineingeht und es kommen einem zwei Schüler r, dann macht es einen großen Unterschied ob die einen großen oder nicht. Wenn sie das tun ist das schon ein erster gel sehr verlässlicher Indikator dafür, das diese Schule eine gute Schule ist.

10. B: Oder wenn beispielsweise Graffiti von den Schülern oder Vandalismusergebnisse auch wieder weggetan werden. an Schulen unterrichtet da sind Graffiti usw. 10 Jahre einfach an den Wänden geblieben und das strahlt irgendwie was aus. Nicht unbedingt nur gutes.

10. I: Nochmal zur letzten Frage, die zukunftsweisend ist. Gibt es Schritte die es jetzt brennend gilt zu tun. Das geht in nächsten Jahren schnell umgesetzt.

10. B: Einiges und Wesentliches haben wir schon besprochen. – Das ein Hebel wo man ansetzen kann sicher die Lehrer rimenausbildung ist. Sie sollten im Bereich den hohen Stellenwert der Emotionalität stärker berücksichtigen.

10. B: Es gibt einige mögliche schulorganisatorische Aspekte. Durchaus das Angebot von ganztägigen Schulfarmen.

10. B: Dann nochmal einfach ausreichend Bewegung, Bewegungsmöglichkeiten!

10. B: Und dann vielleicht auch im bildungspolitischen Diskurs da auch einen respektvollen Umgang miteinander. Ich manchmal erschreckend wenn man etwa die Interaktionsstile betrachtet – ich weiß nicht ob sie es mitkommen eherrgewerkschaft: Wenn eine Ministerin oder ein Minister was will und das man dann von Anfang an sagt: "Darüber en wir nicht. Da gehen wir streiken." Das ist nicht konstruktiv. Überhaupt nicht.

11. B: Das schärft in der Öffentlichkeit ein gewisses Unbild des Lehrers, so würde ich das bezeichnen.

11. I: Persönlich würde mich noch interessieren: Sehen sie mehr alternative Schulsysteme im Kommen?

11. B: Ich registriere mit Genugtuung, dass auch in sogenannten Regelschulen, dass da sehr viele Elemente Einzug haben, die letztlich auch auf die Reformpädagogik zurück gehen.

11. B: Das Anliegen der Reformpädagogien ist zufriedene und glückliche Schüler. Freier und stärkere individualistische beartellung. Auch wie wichtig beispielsweise wie aufbauend Lob und positive Verstärkung sein kann. Ich bin da sehr stlich, dass da einiges getan hat.

11. I: Die prinzipielle Unterteilung in Altersstufen und Fächer – was sagen sie dazu?

36. I: Ist auch der Religionsunterricht noch ausbaufähig?

37. B: Das hängt natürlich immer auch ab von den Lehrern und Lehrerinnen. Es gibt Religionslehrer, die eine rdische Weltuntergangsstimmung verbreiten, die teilweise auch drohen und moralisieren und dann gibt es solche Lehrerinnen die mit ihren Kindern Gospels singen. Gospels – gemeinsames Singen – kann so ungemein beglückend sein n einfach Freude vermitteln. Vielfach zumal sie auch diese Freude schon in sich haben und diese Begeisterung.

38. I: Könnte der Religionsunterricht die Glücksinhalte mehr transportieren – sehen Sie das als Möglichkeit?

39. B: Natürlich man kann über alles reden. Aber Wenn man über Glück schreibt ist es noch lange dass man dadurch auch glücklich wird. Vielleicht ist es beim Schreiben, wenn einem das Spaß macht eher so. Aber er Glück diskutiert wird, dann kann es auch den gegenteiligen Effekt haben. Wenn man SchülerInnen sagt " wir us der Glückspsychologie macht glücklich" und man hat das nicht, dann kann das genau den gegenteiligen Effekt

40. I: Wenn ich nun von Glück spreche, gehe ich von Konzepten die Fritz Schubert aus: Also Selbstwertstärkung, nd, "Was will ich, wer bin ich"

41. B: Ja dann ist das stärker das existenzielle Glück und dem gewinne ich schon sehr viel ab. Selbstwert stärken Te Schule als ganze. Wo es vielleicht zum Selbstwert auch gehört, das ist bereits vielleicht auch der heimliche der Schule – langfristig kann es auch selbstwertstärkend sein, wenn man beispielsweise bestimmte Lehrer offen hell an Seele – hell am Leib und Seele überdauert. Auch lernen mit Frustrationen umzugehen gehört auch zum en Lehrplan der Schule. Aber vor allem, wenn das nicht sein muss dann sollte das auch nicht sein. Aber so eine rüstung sehe ich als eine ganz zentrale, pädagogische Aufgabe. Ich denke da liegt schon auch noch einiges im viele Kinder haben einfach das Gefühl sie könnten nix oder sie könnten zu wenig.

42. I: Hier zu fällt mir auch ein die schon in meinem Leben vielfach gemachten Beobachtung, dass einfach immer Wieder : Schullaufbahnen hineingezwängt werden wo sie dann den Mindestanforderungen nicht herreichen und sie dann : sowieso irgendwann resignieren und scheitern. Manchmal wäre es vielleicht klüger nicht unbedingt in dieses oder nium zu gehen oder einen anderen Schulweg zu machen. Davon abgesehen, das gerade nicht nur Handwerk r Boden hat sondern Handwerker vielfach unterschiedlich tätig werden. Ein Tischler, der an einem Tag dies macht und ren jenes, das darin eine tiefe Glücksquelle verborgen liegen kann.

43. I: Kennen Sie Schulkonzepte in Österreich, die das Glücks-Prinzip umsetzen?

44. B: Ja gut ich kenne das was Sie auch kennen – das in der Steiermark ist. Sonst ist mir nichts bekannt. Und dann auch fern Schubert – ihn kenne ich persönlich. Wobei ich sagen würde, jeder gute Lehrer – jede gute Lehrerin hat das auch hon angezeit und der oder denen war es ein Anliegen, dass sie fröhliche und muttere Kinder haben. Weil sie so ja er lernen, weniger frustriert sind und sich vor allem auch altruistischer und sozial verhalten als kontinuierlich xer SchülerInnen.

45. I: Gibt es bei Konzepten wie der Steiermark und dem Fritz Schubert – die sehr ähnlich sind – haben Sie da persönlich e Sie sagen, das ist noch ausbaufähig oder ist übersehen?

46. B: Ich finde es sehr gut, dass sie positiv psychologisch und glücks-psychologisch sehr gut. Und was mir vor allem auch pt, dass sie weniger das hedonistische Glück aneizen sondern stärker das existenzielle Glück – vor allem auch im r Persönlichkeitsentfaltung.

47. I: Welche Rolle sollte Glück idealerweise in österreichischen Schule spielen?

48. B: Gute Frage. Es sollte nicht totalitär sein. Wir können nicht permanent glücklich sein. Es sollte nicht irgendwie riert oder erzwungen werden, aber es sollte die Regel sein. Vielleicht ist es so – die Regel – es sollte Normalzustand vielleicht sollte es auch so sein, dass es als nachwendig ist. Das es gar nicht irgendwie gesprochen oder angezeit zu rnsicht. Sondern dass es in guten Interaktionen, in gutem, kreativem, herausforderndem Lernen einfach erlebt r das es zur Sprach gebracht wird.

49. B: Sowieso – das werden Sie eh wissen – Wer dem Glück direkt nachgeht oder verjagt es in der Regel auch schon.

50. I: Würde das heißen, es braucht gar keinen Unterricht der auf diese emotionalen, persönlichen/sozialen Faktoren ewart etc. hinweist?

51. B: Ich denke, das sollte jeder Unterricht sein.

52. I: Gibt es den idealen Glücks unterricht?

53. B: Das gibt es schon. Das ist ein begeisterter Lehrerin, selber zufrieden mit dem was er oder sie tut, An die Kinder r ihnen positiv zumutend, sie soweit wie möglich individuell behandelt – nicht alle über den gleichen Kamm schert.

11. B: Das ist natürlich organisatorisch sehr sehr schwierig. Aber Jahrgangsbügreifend würde ich nicht schlecht finden.

11. I: Montessor macht das ja.

11. B: Auch ja und gemäß dem Jener Plan spielt es eine wichtige Rolle, in der Freinet Pädagogik und sowieso an den Otto ist das ganz zentral.

11. B: Also dann auch einige der erfolgreichsten Reformschulen – ich weiß nicht ob sie auf die schon gestoßen sind – die ue in Bielefeld. Da habe ich die frühere Direktorin gekannt. Da war es 35 Grad warm und sie hat Hitzefrei gegeben. prin hat den Schülern gesagt es ist schuffel und die Kinder haben gejubelt und viele haben dann gefragt: "Dürfen wir n" ich glaube nicht, dass das in jeder österreichischen Schule passieren würde.

11. I: Herzlichen Dank

Interview-Transkription Chibici-Revneanu

1 Vorab Gespräch: Wie sind Sie zum Glück gekommen?

2 B: Das Glück hat uns wirklich von Anfang an verfolgt. Mit so einem Erfolg haben wir alle nicht gerechnet. Über so viele Jahre, denn ursprünglich haben wir gedacht wir probieren es vier Jahre lang. Wobei wir in der Steiermark im Bereich der Persönlichkeitsbildung viel Vorarbeit geleistet haben. Die gibt es schon seit über 20 Jahren in der LehrerInnen Fortbildung in der Steiermark und sie läuft auf Selbstwert, Kommunikation und Konfliktbewältigung. Der Boden war demnach bereits.

3 B: Das Glück ist eine ganzheitliche Gesundheitsförderung, wenn man es genau ansieht. Mit Schwerpunkt psychosoziale Gesundheit aber auch Bewegung und Ernährung und hat sich für viele auf die Persönlichkeitsbildung draufgesetzt - als Weiterentwicklung. Dadurch haben wir auf einem hohen Level anfangen können.

4 I: Das sieht man bei der Personenbeschreibung, dass da viele aus der Persönlichkeitsbildung kommen.

5 I: Darf ich Aufzeichnen für die Transkription.

6 B: Natürlich das bin ich gewohnt.

7 I: Perfekt, ich wollte nur noch von Ihnen das Ok holen.

8 Start Interview

9 I: Starten wir vorab mit der Definition von Sie für Glück

10 B: Ich möchte anfangen mit der Definition, die wir für das Projekt genommen haben: Das ist Wohlbefinden und Zufriedenheit, das ist also die kleine Schwester von Glück im Prinzip, die aber ganz viel mit Glück zu tun hat. Da gehört noch die Freude an den kleinen Dingen dazu, die ist etwas ganz lebensnotwendiges, aber natürlich auch das Know How "Wer bin ich, was kann ich", zu sehen, was steckt in mir drinnen und eine gesunde Basis zu haben, damit ich offen bin dafür und weiß, dass es mir für meine Weiterentwicklung viel bringt.

11 B: Glück ist natürlich auch kein Dauerzustand. Ein Leben lang auf Wolke 7, das kann nicht sein und das soll auch so nicht sein. Ein Teil in unserem Unterricht ist natürlich auch umzugehen mit Scheitern, mit Schlägen, die es im Leben ganz einfach immer wieder gibt. Hier zu wissen wie ich mir selbst immer helfen kann und wie ich es schaffe, dass es mir selber wieder besser geht. Es deckt ein sehr breites Spektrum ab.

12 B: Für mich selber kann ich mich da nur anschlüssen. Glück sind spezielle Momente zwischendurch. Ich bin sehr glücklich wenn ich meine Enkelkinder um mich scharen kann. Das ist etwas, was mir sehr gut tut und wo ich merke da geht mein Herz auf. Das ist denke ich auch ein Weg Glück zu definieren - aber nur ein Beispiel davon. Sie unterscheiden mich wenn Sie mehr dazu wissen wollen?

13 I: Ja, genau.

14 B: Mich hat zum Thema Glück die mittlerweile 20 jährige Erfahrung in der Persönlichkeitsbildung mit den Schwerpunkten Selbstwert, Konfliktbewältigung und Kommunikation gebracht. Das war für mich viele Jahre das Thema - auch in der Lehrerfortbildung. Ich habe auch hierzu Bücher geschrieben, die den Aufbau zeigen, das es zuerst bei mir anfängt, dann geht es weiter damit, wie ich gelegend kommuniziere und wie ich diese Konflikte so dass wir einander danach noch in die Augen schauen können - also konstruktiv. Das heißt diese Offenheit und Kompetenz in diesen Bereichen sowie auch durch die Ausbildung in längeren Lehrgängen, was durchaus in unserem Sinne war, dass sich auch die LehrerInnen ganz stark weiterentwickeln und sie selbst ganz stark davon profitieren. Schultag ist keine einfache Sache heute zu Tage.

15 B: Ich war auch sehr gerne Lehrerin aber es ist nicht einfach weil man sehr große Herausforderungen hat, heutzutage. Wenn ich hierbei weiß, auch als Lehrerin wie ich das gut vermitteln kann und wie kann ich auch mir gutes tun, dann hilft das schon sehr weit. Auch im Hinblick zur Lebensbewältigung zuerst in der Schule aber dann auch privat und später im Beruf. Also meine Schüler, die ich noch in diesem Bereich unterrichtet habe, die haben sich auch nach 4 Jahren in diesem Unterricht so kompetent gefühlt, dass sie sagten, sie würden es noch weiter tragen in die nächsten Schulen und werden das multibilisieren.

16 I: Sie waren in der Lehrerweiterbildung tätig?

17 B: In der Ausbildung nicht so sehr, eher in der Fortbildung. Mein Herz war in der Fortbildung, ich habe zwar in der Ausbildung auch einiges gemacht, aber in der Fortbildung sind das Lehrkräfte, die schon aus der Praxis kommen und die sehr offen für diese Themen waren und gut mitgemacht haben - auch die Kindergärtnerinnen, die

wir ausgebildet haben.

18 I: Dann auch der Schritt, die Kinder sollen das direkt gleich von Start an mitkriegen?

19 B: Unsere Initialzündung war seinerzeit das Buch von Ernst-Fritz Schubert "Das Schulfach Glück". Er hat uns auch am Anfang ein bisschen beraten, wie wir in der Vorbereitung waren. Diese Definition Zufriedenheit und Wohlbefinden findet sich ja auch bei ihm. Er hat nur begonnen mit einer Sekundarstufe - also einer Berufsstufe - Sekundarstufe 2. Wir haben eben durch diese jahreelange Erfahrung in der Persönlichkeitsbildung entschieden gleich in der Volksschule zu beginnen. Kindergruppen sind erst später dazu gekommen. Das heißt, wir haben angefangen mit Volksschulen, Hauptschulen, neue Mittelschulen, AHS und BMS (Berufsbildende mittlere Schulen) Wir haben von Anfang an von 6 bis 19 Jahren abgedeckt. Das ist natürlich was sehr schönes. Auf die Lehrkräfte kommt es später noch.

20 B: Vierte Frage gibt es Forschungsergebnisse?

21 B: Ganz viel geholfen haben uns die Ergebnisse der Neurowissenschaften der letzten 15 Jahre. Vieles von dem haben wir gespürt, aber dann haben wir ganz einfach auch wissenschaftlich bewiesen gehabt, welche Wirkung es wirklich hat. Da gab es für uns sehr viele, sehr positive Ergebnisse mit denen wir auch weiter gearbeitet haben. Wie auch Martin Seligmann stark gezeigt hat, die Wirksamkeit der einzelnen Übungen - beispielsweise die des Dankbarkeitsstagebuch. Hier hat sich wissenschaftlich nachweisen lassen, wenn die Studierenden das nur 14 Tage lang gemacht haben, hat sich bereits eine deutliche Verbesserung in ihrem Wohlbefinden gezeigt. Die Wirksamkeit ist von vielen Wissenschaftlern bewiesen worden und das hat uns natürlich sehr geholfen, dieses Wissen auch adaptiert für die Schule weiterzugeben.

22 I: Fällt Ihnen dazu noch etwas ein oder auch andere Entwicklungen in der Gesellschaft, wo Sie sagen wo Sie mir dessen bewusst geworden bin, was es für mich klar, das was man hier was ändern muss.

23 B: Ausschlaggebend war es schon auch bei der Persönlichkeitsbildung, dass es ein unglaublich positiver Zugang in einem System das oft in einem negativen Diskurs ist. Schule hat für viele einen negativen Touch. Schule ist immer wieder auch in den Medien mit Veränderungen, die notwendig sind etc. Das Glück ist in diesem System ein ganz positives Thema mit einem ganz positiven Herangehen, denn man kann hier eine gute Basis schaffen.

24 B: Es geht noch weiter, mit einer gefestigten Persönlichkeit, sprich einem gesunden, stabilen Selbstwert habe ich auch die Basis, das Lernen leichter gelingt - aber auch Lehren. Da könnte man jetzt ausschweifen, aber beispielsweise die positiven Emotionen, wo wir wissen dass Lernen mit positiven Emotionen besser gelingt. Das ist was der Herr Bacher ja exzellent kann. Genauso profitieren die Lehrkräfte auch davon und können das was mitnehmen.

25 I: Hat es am herkömmlichen Schulsystem etwas gegeben, wo Sie meinen das gehört verbessert. Das muss jetzt gar nicht Glücksspezifisch sein, kann etwas was für Sie persönlich sein.

26 B: Ich finde das ist jetzt Gott sei Dank passiert in den letzten Jahren - aber als ich angefangen habe mit der Ausbildung - Sie haben sehr viele Sachhalte vermittelt bekommen, aber damals noch kaum Persönlichkeitsbildung. Da waren die jungen Leute auf der PADAR genauso gierig und haben es wie Schwämme aufgesaugen, denn sie haben sich ja selbst mit ihrer Persönlichkeit noch nie so auseinander gesetzt, wie es dafür nötig ist. Gerade in der Situation mitten im Erwachsenen werden und auf einen Beruf zu studieren, habe ich das für Lebensnotwendig.

27 B: In den Lehrplänen und das ist ein ganz wichtiger Punkt - in der Volksschule wo der Gesamtunterricht ist, passt das Glück überall hinein. Sie können im Sachunterricht im Bereich Gemeinschaft was machen, sie können in Werken Schattkästchen machen, die für die persönlichen Stärken dienen können. Sie können in Turnen - Bewegung und Sport - Spiele machen sowohl Selbstwertstärkende sowie Teamfähigkeitsbeschungen, sie können eigentlich in der Volksschule in allen Fächern Glück unterbringen. In der weiterführenden Schule ist es so, dass es einen Kernstoff und einen Erweiterungsstoff gibt. Der Kernstoff ist zwei Drittel, der Erweiterungsstoff ist ein Drittel. Unser Landesschulinspektor beispielsweise empfiehlt auch bei jeder Tagung, bei der er dazu kommt es zu sagen, dass man im Erweiterungsstoff ganz stark persönliche stützende Dinge macht - sowohl theoretisch als auch praktisch, da es so wichtig ist. Im Erweiterungsstoff hat man wunderbar die Möglichkeit, es muss allerdings dem Lehrer oder der Lehrerin ein Anliegen sein, sonst funktioniert das nicht.

28 I: Es hat also jede Schule soviel Spielraum, dass sie das ohne Probleme einbauen könnte, es hängt aber vom jeweiligen Lehrer ab?

29 B: Immer ja. Das muss demjenigen, derjenigen ein Anliegen sein, sonst wird es nicht funktionieren. Dann gehört

natürlich auch eine gute Ausbildung dazu. Die Lehrerpersönlichkeit ist natürlich auch ein ganz ausschlaggebender Faktor, das haben wir ja ein auch durch viele Studien wieder bewiesen bekommen.

30 I: Gibt es da Ihrer Meinung nach Schulmodelle, die das schon besser oder von woher ein schon mehr integrieren?

31 B: Na ja, man kann es nie allgemein sagen. Viele von unseren Volksschulen, da haben wir viele von den insgesamt 131, nehmen es schon sehr ernst. Bei denen ist es integrativer Bestandteil. Bei den höheren Schulen ist natürlich auch die Größe der Schulen nicht einfach. Da sind wir auch sehr zufrieden, wenn nur eine Klasse das macht und die anderen dann auf den Geschmäcker kommen, das wissen wir von der Persönlichkeitsbildung, und sich die anderen dann auch entschließen, weil sie merken, wie sich die Schüler verändern. Ich habe gerade jetzt vor Kurzem mit einer Kollegin gesprochen, die Glück in einem Gymnasium macht und sie hat gesagt, dass die anderen schon "lange Zähne" bekommen, weil sie sehen wie ihre Kinder miteinander und mit den Lehrern umgehen. Das ist dann spürbar und sichtbar.

32 I: Schön, dass das so schnell sichtbar ist.

33 B: So breitet es sich auch immer mehr aus.

34 I: Was halten Sie von den Ansätzen der Montessori Schulen oder Waldorfschulen?

35 B: Wir haben keine Montessori Schulen, ich verstehe es nicht warum, aber wir haben keine. Der Montessori-Grundsatz ist "Hilf mir, damit ich es selber kann." Viele Schulen arbeiten überhaupt Reformpädagogisch aber auch nach Freinet, nach Dalton und haben viele Montessori Elemente. Natürlich sind die Schulen, die diese Wege gehen auch offener für Glück, weil die wissen schon wie wichtig diese Inhalte und die Selbsttätigkeit der SchülerInnen ist. Sowie dass es vielmehr bringt, wenn sie es selbst verarbeiten, als wenn ich es vorkaue.

36 I: Abseits von der Arbeit: Warum glauben Sie ist das in den Regeschulen noch nicht umgesetzt?

37 B: Auch da hängt es davon ab, ob es der Lehrkraft ein Anliegen ist. Ich kann niemandem zu einem Seminar zur Persönlichkeitsbildung oder auch Glück verpflichten. Das bringt nichts. Es kommen nur Leute, die offen dafür sind und diese machen soviel Theorie und Übungen, dass sie dann auch Übungen, die zu ihnen passen können auswählen, die sei authentisch länger bringen. Natürlich wäre unser Ziel, dass sich das Österreichweit noch weiter ausbreitet. Wir haben ja auch einige sehr zukunftsversprechende internationale Kontakte, wo wir gefunden worden sind. Für PR haben wir keine Zeit. Also man kann es in jeden Unterricht einbauen - egal was es muss nur ein Anliegen sein.

38 I: Das heißt es gibt's vielleicht schon in vielen Schulen, weil es schon ein Anliegen ist.

39 B: Es arbeiten ja auch nicht alle VolksschullehrerInnen nicht nach den neuesten Erkenntnissen. Es ist so, man muss in der Realität bleiben. Die 6te Frage war für mich sehr spannend - was ist gut und was ist ausbaufähig? Gut ist die sichtbare Entwicklung aller Beteiligten. SchülerInnen genauso wie Lehrkräfte. Da bin ich dann schon in der Zukunft drinnen. Wir haben so viele Anfragen aus anderen Bundesländern zur Lehrerausbildung oder Multiplikatoren Ausbildung aber zeitlich so ein enges Konzept, dass wir das kaum schaffen. Wir waren ein paar mal in einigen Bundesländern und haben eintägige Grundseminare zum Hinführschuppen gemacht, das andere haben wir zeitlich nicht geschafft. Man muss sich da auch an der Realität orientieren. Aber es sind auch sehr gute Leute aus den anderen Bundesländern bei uns in der Fortbildung gewesen, die das hinaus tragen und ihre eigenen Talente mit hinein bringen.

40 B: Natürlich wäre ob das Unterrichtsprinzip oder Verankerung überhaupt wäre wünschenswert aber was gut daran ist, dass es uns eine große Freude macht, dass wir europaweite Kontakte knüpfen konnten. Beispielsweise mit Schweden und Deutschland da hat sich viel ergeben, auch im Austausch mit Arbeitsmaterialien. In unserer Dimension sind wir europaweit mit Abstand vorne. Nun überlege ich ob ich einen Zusatz mache - nehmen Sie es nicht als Reden über jemandem das Thema auch macht. Aber wir haben uns sehr geigert, weil wir eines Tages darauf gekommen sind, dass Herr Schubert unsere Glücksschulen auf seiner Homepage auflistet.

41 I: Ist mir aufgefallen ja.

42 B: Also für mich gehört da eine gemeinsame Arbeit, wenn mir das ein Anliegen ist - dann kann es keine Rivalität gibt. Wir haben einfach so viele Schulen, aber es hat uns frustriert.

43 I: Weil er Ihre 148 Schulen zu sehen dazuzeit?

44 B: Ich weiß nicht ob er das noch macht, denn ich habe ihm damals ein Mail geschrieben. Wir teilen alles gerne, aber ich bzw. wir möchten nicht dass er nun unsere als seine Glücksschulen tituliert.

45 I: Ich habe es so verstanden, dass er aufzeigt wie viele Schulen in der Schweiz, wieviele in Österreich - da sind es mehr als in Deutschland - wo er auf einer Landkarte die Flächen reingezeichnet hat - sprach wieviele. Kann man natürlich auflisten, als wäre es seine, aber für mich war es so, als könnte er hier gar nicht überall seine Hände im Spiel haben, sondern als zeige er die allgemeine Lage auf.

46 B: Das war eigentlich wenn ich das jetzt ehrlich sag, das einzige Frusterlebnis das wir hatten. Ansonsten sind wir eigentlich nur auf der Erfolgswelle geschwommen. Toll ist auch, dass im vorigen Jahr eine Universitätsprofessorin von der Universität in Taipei kontaktiert und sie war auch im Sommer hier. Wir haben ein Auslandspraktikum besprochen: 11 Studierende kommen nach Graz und schauen sich das Glückssjekt in mehreren Schulen an. Das ist nicht nur europaweit sondern auch interkontinental. Sie ist festbestimmten, sie leitet dort die Lehrerausbildung - sie ist festbestimmten das einzubringen.

47 I: Dazu kann ich nur gratulieren.

48 B: Da haben wir uns wirklich sehr gefreut. Was für uns auch gut war, dass wir von Anfang an von einem Buch mit Arbeitsanleitungen und der wichtigsten Theorie mit Übungen herauszubringen, gerade auch für die, die nicht in die Seminare kommen können. Wir haben 5 Jahre gebraucht, bis wir angefangen haben, das in die Wirklichkeit umzusetzen. Wir haben lange gemittelt und vor rund einem Jahr ist unser Buch dann erschienen im Krebs Verlag und das ist für uns auch richtigemal ein Meilenstein. Da ist das Wissen von Expertinnen von so vielen Jahren hineingeflossen und man kann gut damit arbeiten.

49 I: Das habe ich mir noch gar nicht bestellt. Ich dachte ich spreche vorher mit Ihnen.

50 B: Ja da ist sehr viel Herzblut drinnen, Sie werden es lesen.

51 I: Werde ich machen.

52 B: Unsere Fortbildungen vor allem in der Lehrerfortbildungen in der 6teligen Seminarreihe, die das 8te Jahr läuft - diese Seminare sind immer noch ausgebucht und überbucht. Das ist was, was sehr erfolgreich ist. Wir haben auch einen Forschungsauftrag erhalten und diese Forschung hat auch bestätigt, wie wertvoll es für die persönliche Entwicklung ist, aber auch das Klima in der Schule verändert sich. Das Klassenklima, die Konflikte mit allen werden anders gelöst - wir sind ja alle Menschen. Es hat da auch vorwiegend - eigentlich ausschließlich - positive Ergebnisse gebracht.

53 B: Natürlich tun sich die Volksschulen leichter, da ist immer die gleiche Lehrkraft drinnen. Aber es geht auch wenn es wirklich ein Anliegen ist in beispielsweise der Elektrotechnik. Wir haben ja von Anfang an auch eine HTL dabei gehabt und auch dort gehts. Was gut daran ist, daran haben wir auch viele Jahre gearbeitet, wir haben eine Zertifizierung erarbeitet. Das hat es noch nie gegeben - das Glück Schulen die Möglichkeit erhielten sich zertifizieren zu lassen. Das hat mein tolles Team gemeinsam entwickelt und vor einhundert Jahren haben wir die erste Zertifizierung gemacht, wo sich beim ersten Mal 17 Schulen angemeldet haben. Das war mehr als wir uns erhofft hatten, denn der Kriterienkatalog war sehr aufwendig und das war auch viel Arbeit das für die Schulen zu bearbeiten. Das war auch ein Highlight für das wir auch öffentlich viel Anerkennung erhalten haben.

54 I: Kennen Sie auch andere Konzepte wie Ihres in Österreich? Wollen Sie es schon selbstständig Dinge entstanden sind?

55 B: Ich weiß, dass es eine niederösterreichische Volksschule gibt, die mit Glück gearbeitet hat.

56 I: Die in Od - das ist in meiner Heimatstadt?

57 B: Ja genau. Wirklich?

58 I: Ich bin ich aus Amstetten. Da habe ich schon überlegt ob ich hier mal vorbeischaue sollte. Die sagt Ihnen also was.

59 B: Ich weiß nicht ob sie es noch machen. Aber das war auch zu einer Zeit wo wir angefangen haben, haben sie auch ein Konzept erarbeitet. Sonst denke ich wird aus dem was wir da jetzt in 8 Jahren weitergegeben haben mit den einzelnen Kompetenzen der handelnde Personen sicher auch ein oder andere entstanden sein. Da muss ich aber sagen, habe ich im Detail nicht das Wissen. Es ist nicht so, dass die zurückmelden welche Projekte sie machen. Das hätte ich wahrscheinlich einfordern sollen, aber da kommt man immer erst nachher drauf.

60 I: Kommen wir nun zum 3. Block. Das ist auch der für die Arbeit am spannendsten. Der zukunftsweisende. Welche Rolle spielt Glück idealerweise in österreichischen Schulen.

61 B: Idealerweise wäre es fix verankert. Es ist ein unendlich weiter Weg dahin. Nicht so wie es jetzt organisiert ist -

Wer interessiert ist macht eine Ausbildung und bringt rein - ich meine die Ausbildung muss nicht bei uns stattfinden, es gibt gerade im Persönlichkeitsbildenden Bereich andere die Ausbildungen anbieten. Man kann niemanden zwingen. Es hat keinen Sinn wenn jemand wider Willen diese Ausbildung macht. Ziel war natürlich schon, dass es sich weiter ausweitet und dass es auch im Ministerium Fuß fasst. Einigenmal war ich eingeladen zum Vorstellen - ist immer sehr gut befunden worden, es ist aber dann stecken geblieben. Wir sind ganz einfach Steinermark und nicht Wien. Da wäre es schön, wenn es sich weiter etablieren könnte, wie es auch viele wünschen. Gerade die Schule hat momentan so viel um die Ohren, da ist das ein winziger Puzzlestein im Getriebe.

82 I: Sehen Sie das persönlich auch so, dass das nur ein winziger Teil ist - die Persönlichkeitsbildung?

83 B: Nein, gut dass Sie nachfragen. Ich sehe die Persönlichkeitsbildung nicht als winzigen Teil, aber in dem allem was Schule gerade dabei ist zu reformieren, veraltungsunfähig etc. Da ist die Bedeutung für die Entscheidungsträger nicht die große.

64 I: Ja für die Entscheidungsträger. Wie sehen Sie Glück im Idealfall? Als Fach oder als Seminarwochen?

65 B: Sie haben gefragt wie der ideale Glücksunterricht aussieht?

66 I: Ja unbedingt!

67 B: Das ist eine gute Ausbildung der Lehrkräfte. Dass sie eine gute, kompetente Ausbildung erhalten, die für sie die Basis ist.

68 I: Aller Lehrkräfte?

69 B: Jetzt kommen die, die wollen?

70 I: Im Idealfall für Sie?

71 B: Natürlich wäre es super, wenn es überall ankommen würde, aber da bin ich Realistin genug. Wir haben es auch niederschwellig angeht. Wir haben auch gesagt, es muss nicht eine ganze Schule sich melden, gerade bei den höheren Schulen mit 120 Lehrkräften waren wir froh wenn sich ein paar gemeldet haben. Ich kann nicht erwarten dass 120 Lehrkräfte sich melden und sich freuen das zu machen. Wir haben einige Schulen, wo die ganze Schule dabei ist, zu unseren großen Freude, die immer tolle Projekte machen. Andere Schulen hat dann so zwei Klassen, eine Kollegin arbeitet immer mit den ersten und zweiten. Da gibt es aber schon von den Schülern Multiplikatoren die wenn sie größer sind helfen die Kleinen auszubilden. Das ist toll.

72 B: Wertschätzung und Respekt sind die Hauptfächer, dass das ganze gelingen kann. Dazu gehört, dass man nicht runter machen sondern ganz einfach positiv herangeht. Da schafft man, wie wir, das auch aus der Forschung wissen, eine positive Atmosphäre. Es gehört das Wissen der Lehrkräfte, die Authentizität der Lehrkräfte dazu. Wenn sie eine Übung machen, bei der sie nicht dahinter stehen, ist die Wirkung minimal. Es gehört dazu, dass die Lehrkräfte empathisch sind. Ohne die Empathie geht es nicht.

73 I: Sprechen Sie da jetzt nur vom Glücks Unterricht oder sprechen Sie vom ganzen?

74 B: Na ja jetzt sage ich mal das gilt für alles. Wenn ich jetzt schaue - Wissen, Authentizität und Empathie brauche ich zusätzlich zum Fachwissen in allen Fällen, oder?

75 I: Genau.

76 B: Schauen wir mal was die Lehrerbildung neu zustande bringt!

77 B: Ich bin bei Frage 11 angehängt. Das war vorhin ihre Frage integrativ oder eigenes Fach? Wir haben in den Glücksschulen beides. Wir haben viele, die es integrativ machen teilweise wenn eine Chemie-eminin sagt, dass es ihr wichtig ist, dann bringt sie das in ihren Unterricht ein. Auch in IF, ganz egal wo es dann auch für die Lehrkraft passt, diese Inhalte zu vermitteln.

78 I: Weil Sie ja dieses Drittel Erweiterungsstoff haben?

79 B: Ja laut Lehrplan. Wir haben mit beidem gute Erfolge. Wir haben manche die es als eigenes Fach machen. Wir haben eine AHS in Graz, wo die Schülerinnen auch die Möglichkeit haben darin zu maturieren. Das sind die einzigen, weil wir normal nicht benoten. Da ist es dem Direktor ein sehr großes Anliegen. Es hat beides Vorteile.

80 B: Was ein Nachteil sein könnte, wenn es ein eigenes Fach ist, ist dass die anderen Lehrkräfte sagen: "Oh, darum brauch ich mich nicht kümmern. Ich mach mein Fach und das passiert eh dort." Das wollen wir natürlich nicht. Es muss halt der Lehrkraft selbst ein Anliegen sein.

81 B: Ob die Glücksausbildung veröffentlicht sein soll? Wenn wir von einem weit in der Zukunft liegenden Ideal sprechen würde, wäre es schön - auf der anderen Seite jetzt gerade die Curricula für die Lehrerinnen Bildung neu entstanden und das war schon ein unglaublicher Aufwand und da findet ganz viel Persönlichkeitsbildung statt. Auch im Sinne wo viele Elemente von Glück dabei sind. Weil man erkannt hat, dass Sachwissen eine Sache ist, aber die eigene Persönlichkeit zu kennen ist auch ganz wichtig. Persönlichkeitsbildung im neuen Curriculum.

82 I: Die Lehrschule für Sie - da dürfen sie jetzt Traumhäuser bauen.

83 B: Die Traumschule ist die, wo die ganze Schulgemeinschaft - also die Schulleitung, die Lehrkräfte, die Schüler aber auch die Eltern - sagen, dass es ihnen ein wichtiges Anliegen ist, dass sich die Schülerinnen persönlich weiterentwickeln und dass wir auch damit wissen, lernen und lehren gelingt dann besser.

84 B: Wir haben auch unter dem Motto "Auch Eltern haben Glück" Seminare für Eltern angeboten, die sind sehr gut angenommen worden. Wenn alle in die gleiche Richtung arbeiten ist das natürlich auch verstärkend. Fachlich und pädagogisch kompetente Lehrkräfte und ganz wichtig ein Schulklima der konstruktiven Konfliktlösung. Das wissen wir aus den Forschungen, dass das toll funktioniert. Dass der Umgangston ein anderer wird.

85 I: Welche Schritte würden Sie jetzt sofort und später anwenden?

86 B: Jetzt darf ich ein bisschen träumen. Jetzt darf ich mir wünschen, dass die Ausbildung in der Form weitergeht, dass die Hochschule das weiterhin in dem Umfang auch anbieten kann - denn sie wissen ja den Sparstift gibt es überall. Aber die Hochschule ist da ein ganz wichtiger Player im Team, denn ohne die Ausbildungen über die Hochschule hätten wir nicht so viele Lehrkräfte erreicht. Das das weiterläuft und dass es möglich wäre, das Projekt "Glück macht Schule" auch noch stärker in andere Bundesländer zu bringen - noch stärker als es jetzt durch die KollegInnen passiert, die die Ausbildung bei uns gemacht haben. Das wäre für uns schön. Auch die Ausweitung der internationalen Kontakte.

87 B: Später wünsche ich mir die Etablierung österreichweit und dass es sich weiterentwickelt, denn es kommen ja laufend neue Erkenntnisse, die wertvoll sind und die man in Theorie und Praxis einbauen kann. Ich wünsche mir, dass es nicht stehen bleibt, sondern sich kontinuierlich weiterentwickelt. Es kommen ja jedes Jahr tolle neue Bücher dazu. Kennen Sie das Buch "Limbi" vom Autor von "Simplify your Live", der unglaublich erfolgreich ist und er hat auch ein Buch über das Glück geschrieben. Umbi ist stellvertretend für das limische System wo ja die ganzen Emotionen zu Hause sind.

88 B: Weitere Öffnung, Multiplikation auch durch die Schüler, die das erleben in ihrem weiteren Leben. Ich glaube schon, dass man nur in ganz kleinem Maß, aber dass mit einer konstruktiven Konfliktkultur wie wir sie leben, dass man im Alltag später - also wenn die Schüler im eigenen Leben stehen - ganz viel bewegen kann. Wir haben Kommunikation und Konfliktlösung nicht gelernt. Da kann man soviel für Positives sorgen, wenn man das Know How hat und wenn man weiß wie man es auch anwendet. Das ist auch wichtig, denn wenn ich nicht weiß wie man es anwendet nutzt es mir auch nichts. Es klingt vielleicht ein bisschen bescheiden, aber wir haben gelernt in ganz vielen Schritten zu denken. Wir haben aber in der Persönlichkeitsbildung die Erfahrung gemacht und machen sie auch jetzt noch - und die Persönlichkeitsbildung haben wir viele Jahre mehr - es geht weiter, es entwickelt sich weiter und es wird immer größer. Diese Bescheidenheit ist wichtig, denke ich. Es gibt ein Ziel wo wir hin möchten, aber die Schritte dahin, das wissen wir, müssen kleine sein.

89 I: Das Ziel in einem Satz ist?

90 B: Das sich das durch den Unterricht weiterhin auf das Wohlbefinden der Schülerinnen, der Lehrerinnen, der Eltern auswirkt. Also dass es wirklich weite Kreise zieht, denn dann können wir was verändern.

91 I: Was verändert sich denn dann genau? Für die Gesellschaft? Was würden Sie da sagen?

92 B: Die Menschen verändern sich. Die Menschen lernen erstmal zu wissen, was sie können und das ist lebensnotwendig. Auch wenn ich später mal schauen muss in welchem Beruf ich Fuß fassen möchte - da ist es ganz wichtig, dass ich weiß was ich kann und wo meine Stärken liegen. Damit verändert sich schon einmal was.

93 B: Wenn ich weiß, wie ich gelingend kommunizieren verändert sich ganz viel. Wenn ich eben Konflikte konstruktiv lösen kann und - und das sind wir beim Kern vom Glück - wenn ich für mich und mein eigenes Wohl befinden sorgen kann. Niemand anderer schaut so gut auf mich wie ich. Wenn wir Menschen haben, die reflektionsfähig sind - da gehört viel Reflektion dazu - und die auch wissen, wie sie sich selber was gutes tun können. Damit meine ich jetzt keinen Shoppingauftrag oder wenn ich ein Problem habe zu tun als wäre es alles kein - sondern ein in die Tiefe gehendes, also ich weiß wie ich mit mir gut, achtsam und respektvoll umgehen kann.

94 I: Eine Frage noch zu den Kindern, da Sie ja am Kern sind - haben Sie schon einen Unterschied bei den Kindern

bemerkst bzw ab wann würden Sie sagen, merkt man das bei den Kindern? Denn ich habe zu meiner Betreuerin gesagt, dass ich keine Studien bei den Kindern durchführen möchte, denn ich nahm an, wenn der Unterricht gut ist, zeigt sich das erst im späteren Leben. Wie sehen Sie das?

95 B: Es zeigt sich eigentlich relativ rasch. Das ist etwas was wir durch die Bank erlebt haben und das wir auch von den Rückmeldungen von den Glücksschulen immer wieder haben. Es zeigt sich sehr rasch. Wo wir mehr Geduld haben müssen sind die schwierigen Kinder. Und zwar ganz logisch erklärbar - die haben so einen schwachen Selbstwert. Kinder die auffällig sind stören viel und kriegen dadurch relativ viel negative Rückmeldungen. Wenn man denen nun etwas Positives rückmeldet, dann sind sie das nicht gewohnt. Da habe ich auch meine Erfahrungen gemacht und als Lehrerin lernen dürfen, die brauchen länger. Wir alle ermuntern die Auszubildenden und die Lehrkräfte damit, dass wir sagen "Habt Geduld". Wenn ein Erwachsener ein Kommunikationseminar macht, heißt das auch nicht, dass der dann immer gut kommunizieren kann. Bei den schwierigen Kindern dauert's länger, aber es funktioniert. Man kann viele Dinge damit von vornherein auf eine andere Ebene bringen. Die Lehrkräfte haben es nicht einfach mit den schwierigen Kindern. Da sind oft zwei drei in denen die 80% der Energie verbrauchen.

96 I: Super, ich überlege noch kurz ob ich Sie noch eine wichtige Frage stellen kann.

97 B: Ich möchte Ihnen ein Angebot machen - wenn Sie später das Gefühl haben, dass noch etwas offen ist kontaktieren Sie mich doch bitte jederzeit!

98 I: Herzlichen Dank.

99 B: Ich freue mich immer, wenn ich mit dem Thema zu tun hab - und es macht mich selber auch glücklich.

Innsbruck für einen Tag - das macht kein Mensch, der bei gesundem Verstand ist. Für einen Tag an einer Fachhochschule - also für ein Wochenende kriegt ich 1200 Euro. Das hat Einfluss auf die Angebote an den PHS - und das Geld macht es einfach kleiner.

80: B: Viele engagierte Lehrer suchen sich ja dann extern zusätzlich Weiterbildungsmöglichkeiten.

81: I: Ist das dann aus eigener Tasche?

82: B: Ja zum Teil schon. Aber sind wir uns ehrlich - ich zähle auch meine Weiterbildungen selber und meine Supervisionen, weil es einfach für mich ist. Die Idee, dass man Lehrern alles... ist keine gute Idee. Auch der Urlaub - angeblich wird der benötigt um sich weiterzubilden. Aber das tun von 100 Lehrern vielleicht 3. Der Rest hat halt lange Urlaub und meldet sie haben ein Anrecht darauf - nein haben sie nicht - sie sollten ihre Aufgabe erfüllen. Viele tun das, aber halt nicht alle - und alle haben den Urlaub.

83: I: Ich frage den Satz dann nochmal - die einschlägigen Fragen - Wie ist die Glücksthematik mit dem jetzigen Schulprinzip idealerweise vereinbar?

84: B: Durchwegs. Man kann diese Konzepte in Schulen vollinhaltlich umsetzen indem man eben wirklich dazu steht, dass Schüler kreativ, kritisch sind. Also ist die Förderung nach politischer Bildung - als Pflichtfach politischer Bildung - wäre selbstverständlich eine Frage von "Glück macht Schule" ja klar, selbstständig denkende Bürger, die gesellschaftliche Verantwortung übernehmen, das hat was mit Glück macht Schule zu tun - wir wollen ja keine fröhlichen Trottel produzieren, sondern Menschen die die Qualität ihres Lebens bestimmen und auch schätzen können. Das sind sicher viele einzelne Pustzesteine die man natürlich im Schulsystem in vielen Bereichen als Forderungen gibt, in vielen Bereichen sind es Projekte aber das zu einem großen Ganzen formen und wie ein Baukastensystem pro Schulen gewisse Module herausnehmen können - und involvieren möglichst viele - um es zum Gesamtkonzept zu machen. Das wäre natürlich eine bildungspolitisch interessante Geschichte. Ich bin nicht böse wenn der Staat irgendwie auf die Idee kommt er macht "Glück macht Schule."

85: I: Welche Schritte sind die ersten die jetzt sofort getan werden müssen?

86: B: Ein bisschen davon hat man schon gemacht indem man jetzt den Schulen mehr Freiheiten gegeben hat. Also der Bereich Schulautonomie. Bis jetzt war es im Personalbereich ganz schwierig sich Lehrer auszusuchen oder auch wieder loszulassen. Sie konnten ganz kleinen Alkoholiker sein - so so wie gesagt - so lang sie keinen Schüler krank machen und geschlagen haben bleiben sie. Das ist nicht unbedingt hilfreich. Es sollte eine gewisse Selektion geben.

87: B: In der Lehrer Ausbildung wird schon einiges getan. Hier bin ich der Meinung wären mehr finanzielle Mittel notwendig. Nicht nur dass ich besser bezahlt werde, sondern dass man mehr Angebot gibt - so die PHS aufzupicken. Die AHS Lehrer Ausbildungen sind bisschen mehr an die PHS heranzuführen. Tatsächlich den Schwerpunkt ein bisschen weg von Fachkompetenz - Achtung ich sage nicht Fachkompetenz sei nicht wichtig, Fachkompetenz ist wichtig, aber es ist nicht das Wichtigste. Weil das Niveau dessen was ich vermitteln tue deutlich unter dem was ich auf der Uni gelernt habe - aber es kommt darauf an wie ich es vermittele. Diese Kompetenz muss stärker in die Ausbildung.

88: I: Also die Didaktik soll genauso wichtig wie die Fachkompetenz?

89: B: Ich halte sie für wichtiger und wie gesagt alles was im Bereich soziale Kompetenz, emotionale Kompetenz usw. geht. Wenn man mit Kindern gut umgehen kann - kann man auch mit schwierigen Kindern oft umgehen. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass schwierige Kinder oft recht clevere Kinder sind, die sich nicht alles gefallen lassen.

90: I: Schulautonomie, Lehrerselektion, Ausbildungen - der Hebel sitzt

91: B: Multiprofessionelle Teams an Schulen in einem ausreichendem Ausmaß psychosoziale Betreuung für Schüler, Eltern und Lehrer für die die es brauchen und in einem Ausmaß in dem es Sinn macht. Angefangen von Schülereaching über Supervision für Lehrer usw. zu wissen, das jemand da ist, der sich um sowas kümmern kann und zwar in einem ausreichendem Maß. Einmal alle 14 Tage eine Stunde pro Schule kann man sich sparen. Altbildungen - da kann man sich das Geld sofort sparen.

92: B: Dazu ganz banale Dinge wie Drittmittelfinanzierung, das man solche Projekte finanziert bekommen kann. Das man sich als Schule Sponsoren holen kann um solche Angebote hauptsächlich intern umzusetzen und da nicht eher dagegen arbeiten.

93: I: Da wird dagegen gearbeitet?

94: B: Das ist natürlich nicht ganz so beliebt, wenn die Schulen finanziell unabhängiger werden und eigene Projekte starten. Also man trifft schon interessante Dinge im Schulsystem. Es ist ein sehr rigides System. Man kann schon sehr viele Dinge trotzdem machen. Lehrer sind ja professionelle Jäger - aber wenn man in Konferenzen geht und es zählt dann wird den ganzen Tag nur geklärt. So ist es nicht, denn man kann wenn man will auch was Geschicktes machen. Das es intensiv gefördert und unterstützt wird darf man sich nicht erwarten.

95: I: Sehr gut. Kurz zum persönlichen - welche Schulen sagen eher "Ja" zum Glück und wer ist da in den Schulen der Initiator. Kann man da eine Tendenz sagen?

96: B: Ganz unterschiedlich. Wir werden sehr oft von sehr jungen Lehrern angefragt, die halt was tun wollen, aber dann am System scheitern. Dann machen wir halt kleine Projekte mit der Klasse, mit den Lehrern. Wenn wir von der Direktion geholt werden kann man interessante Schulprojekte machen. Auch da gibt es immer wieder massiven Gegenwind von Teilen des Lehrkörpers. Muss man sagen, das ist ganz selten so, dass wir von allen mit offenen Armen empfangen werden. Man muss tatsächlich bei den Schülern eine Idee, dass sie an ihrer Schule was mitverändern können - also selbst bei Schülern ist es nicht am Anfang, dass sie total begeistert sind wenn man 5000 Projekte auf den Tisch legt, also die muss man erstmal sozialisieren, dass sie wirklich ein ernst zu nehmender Partner sind.

97: B: Es gibt ja Schulgemeinschaftsausschüsse wo ja Schüler, Eltern und Lehrern dabei sind, aber die Idee, dass da Schüler nur ansatzweise gleichwertig behandelt werden ist absurd. Schüler sind ja in der Schule Leistungsempfänger im besten Fall. Das zu ändern bedarf von Seiten der Direktion sehr viel Mut. Die jungen Menschen dann als gleichwertig und deren Meinung ernst zu nehmen ist selten und das setzt eine gewisse Reife und menschliche Größe auch von den Verantwortlichen voraus. Da müssen dann schon sehr gute Direktoren und Direktorinnen sitzen, dass man solche Projekte umsetzen kann.

98: B: Echte Demokratisierung der Schule. Macht extrem viel Spaß das zu tun. Wenn man dann sieht wie das funktioniert ist es wirklich toll, aber es ist nicht einfach.

99: I: Kann man sagen, dass das für dich ein Stückweit für dich die Idealschule ist, wenn alle gleichwertig betrachtet werden?

100: B: Na ja also gleichwertig sollten sie sein, sie sind nicht gleich. Natürlich haben Lehrer dort einen Auftrag und Schüler einen anderen und man muss gewisse Regeln einhalten und Strukturen befolgen. Natürlich muss eine Direktion verantwortlich sein und man einen Lehrplan verfolgen. Aber dass Schüler und ihr Anliegen hauptsächlich ernst genommen werden und sie als ernsthafter Gesprächspartner überhaupt gewürdigt werden und man nicht über sie drüberfährt - das bedarf einiges an Mut und gleichzeitig auch am Anfang Motivation der Schüler. Für sie ist das auch ungewohnt.

101: I: Ab wann glaubst du verliert man das als Schüler? Ab welcher Schulstufe oder im Kindergarten oder ein schon in der Familie?

102: B: Also erstmal glaub ich schon dass wird schon in der Familie gelernt - nicht aufzufallen, nicht aufmucken, nicht besonders kritisch sein und nicht besonders fragen. Dem kann man aber entgegenwirken. Ich habe festgestellt wenn man Kinder und junge Menschen ordentlich behandelt, kommen von denen unglaublich Projekte und tolle Ideen und man kann mit ihnen unter Anführungszeichen wie mit Erwachsenen sprechen, nein man kann was ordentliches tun. Man muss natürlich auch darauf eingehen - natürlich haben sie noch nicht 40 Jahre am Buckel. Das hat Vorteile und hat Nachteile.

103: B: Aber Schule geht um die, das ist die nächste Generation. Wie hätten wir sie gerne? Ich finde es immer wieder lustig wenn ältere Menschen - und da zitiere ich mich jetzt schon fast dazu - über die Jugend von heute mault. Die haben wir ja so gemacht. Das heißt, wir sind Schuld oder verantwortlich, dass sie so geworden sind. Wir hätten die Möglichkeit, dass sie anders werden und eine Generation nach uns die selben Dummeten nicht produziert. Schule kann das - könnte das.

104: I: Wie lange glaubst du geschätzt für dich - wenn wir sagen der Hebel ist eigentlich bei der Lehrerausbildung, wir wissen das System ist rigide - was schätzt du wie lange braucht es bis man bei einer Art Idealzustand ist?

105: B: Wenn ich bedenke, dass unsere Schule nur für bedingte Fortschritte seit der Maria Theresia gemacht hat, wenn wir die Zeit hochrechnen dauert es ewig. Einmal es ist ja schon gute Systeme. Wenn man es wirklich intensiv angehen würde, könnte man in einer Lehrergeneration ja schon einiges verändern. Würde man Mut haben, eine echte Bildungsreform durchzuführen, wäre das von der politischen Seite schon ein wesentlicher Punkt. Schüler sind nicht Teil der Verhandler.

56: B: Also erstmal laute ich natürlich durch Österreich und es gibt großes Interesse, wobei ich aber größtenteils in Westösterreich gebürtig bin. Ich glaub aber das hat eher was damit zu tun - Prophet und eigenes Land. Es gibt wirklich viele Konzepte in Schulen - da steht halt nicht Glück drauf. Aber auch wenn "Glück macht Schule" Glück im Titel hat, machen wir viele andere Dinge. Ich fass das jetzt unter Selbstorganisationsfähigkeit zusammen. Man könnte genauso Erfolg, Weisheit, soziale Kompetenz dazu sagen. Da gibt es von dem was wir so tun, was bei uns ein Teil des Konzeptes ist, schon sehr viel. Es gibt in Schulen schon sehr viele gute Konzepte, die ganz fördernd sind, auch wenn nicht "Glück" draufsteht.

57: I: Ist das dann meist schulinterner oder dann doch...

58: B: Ja, aber in der Steiermark ist das vom Landesratsrat. In den Schulen in denen wir sind und in den meisten anderen Schulen ist es auf Grund von persönlichen Initiativen von Direktoren, Lehrern usw. Da wird schon sehr viel an den Schulen gutes gemacht. Ich habe im März erst einen Vortrag gesehen, dass die psychosoziale Betreuung in Wien so schlecht ist durch die Schulpsychologen. Es gibt für 3000 Kinder einen Schulpsychologen - das wäre nicht notwendig. Das könnte man ja verändern und ich habe das für ein ganz wichtiges Konzept, sowohl für die Lehrer als auch für die Schüler, das jemand da ist, an den sie sich wenden können in der Schule, der halt nicht unbedingt der Lehrer ist. Schülereaching gibt schon in vielen Bereichen auch Lehrersupervision wird angeboten - man muss es halt annehmen. Man muss es einführen, annehmen und gemacht. Aber alle zwei Wochen eine Stunde Schulpsychologie kann man sich sparen. Das sind Konzepte da ist es schade ums Geld. Und wenn man da sowas anplant kommt in Wien sofort der schulpsychologische Dienst und tut alles um solche Konzepte zu verhindern. Als da gibt es dann staatspolitische Interventionen, die sehr unehrlich sind.

59: I: Was ist aus deiner Sicht der Idealzustand? Dass es weiterhin Eigeninitiativen der Schulen bleiben oder dass hier auf politischer Ebene was gemacht wird?

60: B: Sowohl als auch. Ich finde das die Schulen von Eigeninitiativen lebt. Wenn von oben etwas vorgeschlagen wird und unten findet es keine Resonanz, das darf nicht stattfinden. Das diese Möglichkeiten - sei es von der Finanzierung, was natürlich an Schulen ein Thema ist, aber auch tatsächlich soll die Zielsetzung gefördert wird in Stärkenorientierung, in Modularen Unterrichten - da passiert schon einiges. Man muss halt, was dagegen spricht, sind staatspolitische Gültigkeit und leider politische Schwierigkeiten.

61: B: Wenn man an Schulen geht, findet man sehr schnell heraus, dass es dort nicht um Schüler geht. Sondern es geht um Lehrer. Es geht um Berufserhaltung von Lehrern und die guten setzen sich dann eher gegen die Personalerbetreuung durch und werden dann zum Teil auch von Kollegen angefeindet. Denn wenn jemand so engagiert ist wird das auf die die weniger engagiert sind kein gutes Licht. Aber wenn man es politisch betrachtet will die Lehrer Gewerkschaft ist kein besonders hilfreicher Partner.

62: I: Hilfreich im Hinblick auf?

63: B: Je ängstliche Art der Veränderung in Schulen.

64: B: Es gibt eine Schulqualität der Allgemeinbildung. Wenn man sich das Handbuch (SOA Schulqualität Allgemeinbildung), das sehr umfangreich ist, kommen die Bürgermeister der Gemeinden wo Schulen sind auf 3 Seiten, also 3seitig werden diese Behörde, Schüler und Lehrerinnen in einem 3-Zeiler. Also in dem gesamten Bereich Schulqualität kommen Schulen defacto nicht vor. Ich hab mit den zuständigen Damen gesprochen und gefragt wo bei es in den Schulen geht? Sind das Lehrerbefähigungsaussagen? Sie meinte probieren es mal anders zu schreiben und dann bei der Lehrergewerkschaft durchzukriegen. Das sind einfache Strukturen... Da sieht es in Privatschulen anders aus. Das sind dann die realpolitischen Schwierigkeiten.

65: I: Dann kommen wir von dem Letzt-Bild zum dritten Bild - und zwar Glück und Schule Zukunft oder die Idealschule. Wir haben es zwar vorher schon erwähnt - aber bitte noch einmal - Welche Rolle sollte Glück in österreichischen Schulen spielen?

66: B: Es wäre ein interessanter Indikator dafür, ob Schule gut funktioniert. Ich habe bei einer Konferenz mit den Schulsprechern wo zwei gute Lehrer dabei waren, da habe ich ihnen den Schülern die Frage gestellt, wie sie ihre Schule gerne hätten. Das war sehr spannend weil sehr lange kam nicht. Alleine die Frage wenn man Schüler fragt, wie sollte Schule sein, verblüfft sie schon massiv. Ich kann mich erinnern in der Schulsprechern meinte, es wäre ein guter Anfang wenn wir keine Angst haben müssten. Die beiden Lehrer die dabei waren, sehr gute Lehrer, denen ist sprichwörtlich "die Leder runtergeflogen". Sie fragten ob ihr Angst in der Schule hat. Die Schalter in antwortete "Ja natürlich." Natürlich Prüfungen, Leistungsstress, Machverhältnisse, alle Arten negativen sozialen Kontakts machen Schule halt nicht unbedingt, nicht in den meisten Fällen zu einem erfreulichen Ort.

67: B: Die meisten Kinder freuen sich nicht, wenn die Schule wieder beginnt. Das wäre ein Indikator. Also wenn

10	I: Also im Idealfall ist es eine Lehrergeneration?
6	
10	B: Ja klar. Im schlimmsten Fall funktioniert es gar nicht. Wenn man sich anschaut wie unsere Gesellschaft sich insgesamt entwickelt kann man aus der Geschichte eins lernen, nämlich dass man aus der Geschichte nichts lernt.
7	Also ich sehe nicht unbedingt Fortschritte zu einer gemeinsamen, besseren menschlicheren Gesellschaft. Mein Beitrag ist Glück macht Schule - ich arbeite dagegen. Aber ich leide unter akutem Don Quichotismus und ich kämpfe gegen Windmühlen. Schließt nicht aus dass ich vielleicht irgendwann gewinne.
10	I: Es werden mehr.
8	
10	B: Und wir sind viele.
9	
11	I: Ich sage jetzt nochmal herzlichen Dank für die ganzen Antworten. Es waren ein paar super Sätze, die ich perfekt als Zitate verwenden kann dabei.
0	

Interviewbericht 1

Interviewpartner: Prof. Dr. Anton Bucher

Datum: 18.1.2016

Zeit: 14:30-15:30

Ort: Salzburg, Universität

Anmerkungen zur Kontaktaufnahme:

Schon während der Vorlesungsreihe zum Thema Glück von Herrn Bucher fand der erste persönliche Austausch über das Thema Glück in Österreichs Schulen statt. Als ich schließlich meine Bachelor-Arbeit diesem Thema widmete, nahm ich sofort Kontakt mit Herrn Bucher auf. Es fand ein ausführliches Gespräch über das Thema in seinem Büro an der Universität statt, dieses Gespräch wurde noch nicht aufgezeichnet und war sehr allgemein gehalten. Er erklärte sich sofort bereit, für ein Interview oder etwaige Hilfe zur Arbeit zur Verfügung zu stehen.

Anmerkungen Ambiente:

Das Interview fand im Büro von Herrn Bucher und seiner äußerst liebevollen Sekretärin Frau Ehn-Debus statt. Kekse und die als Dankeschön von mir mitgebrachte Schokolade standen willkommen heißend auf dem Tisch und trugen zur lockeren Atmosphäre bei.

Anmerkungen Klima:

Herr Bucher vermittelt das Gefühl des Interesses und hält einen respektvollen Umgang was ein absolut angenehmes Gesprächsklima zu Folge hatte. Dass das Thema Herrn Bucher am Herzen liegt, war spürbar und motivierte wiederum zu dieser Arbeit.

Anmerkungen Technik:

Ein Diktiergerät und zur Absicherung das Diktiergerät des Handys zeichneten das Interview einwandfrei auf.

Sonstige Anmerkungen:

Ich erhielt den Eindruck, dass Herr Bucher Interview Situationen gewohnt ist und über einen enormen Wissen sowie Empathie verfügt. Das Gefühl ihm wertvolle Zeit zu rauben war latent das gesamte Interview über vorhanden.
Herrn Bucher erneut als Interview- oder Gesprächspartner zu gewinnen würde mich sehr freuen.

Interviewbericht 2

Interviewpartner: Mag. Dr. Eva-Maria Chibici-Revneanu

Datum: 21.1.2016

Zeit: 14:00-14:50

Computerunterstützt via Videotelefonie mittels Facetime

Anmerkungen zur Kontaktaufnahme:

Im Laufe der Recherchen ist mir Frau Chibici-Revneanu mehrmals begegnet. Da sie sich seit 2016 langsam in die Pension zurückziehen möchte, war es etwas schwieriger ihren Kontakt zu erhalten. Sobald dieser hergestellt war, bekundete mir Frau Chibici-Revneanu sofort ihre Bereitschaft zum Interview und offerierte sehr rasch einen Termin.

Anmerkungen Ambiente:

Frau Chibici-Revneanu befand sich zur Zeit des Interviews in ihrem Büro zu Hause – ich ebenso. Demnach befand sich jeder in einem für ihn angenehmen Umfeld.

Anmerkungen Klima:

Frau Chibici-Revneanu vermittelte von Anfang an Begeisterung für dieses Thema und war sehr engagiert meine Fragen zufriedenstellend zu beantworten. Ich habe Frau Chibici-Revneanu als sehr herzliche Gesprächspartnerin mit Charm und Power erlebt.

Anmerkungen Technik:

Die Aufnahme erfolgte via Diktiergerät sowie zur Absicherung durch den PC. Der Internetempfang war durchwegs hervorragend, sodass wir beide einander immer in sehr guter Auflösung ansehen konnten sowie natürlich auch verstehen. Einzig der kurze Moment als Frau Chibici-Revneanus Hund den Raum betrat führte zu Verständigungsproblemen, da das Geräusch der Pfoten auf dem Parkett die Worte übertönte.

Sonstige Anmerkungen:

Durch die Video-Telefonie konnte eine persönliche Beziehung aufgebaut werden und – vermutlich besser als nur durch Telefonie – auf den Gesprächspartner gut eingegangen werden. Es war im Prinzip als wäre mir Frau Chibici-Revneanu in einem Besprechungszimmer gegenüber gesessen, allerdings ohne den zeitlichen und infrastrukturellen Aufwand sich in Graz zu treffen. Damit sie sich vorab einen groben Überblick über den Inhalt des Interviews machen kann, habe ich Frau Chibici-Revneanu die Leitfragen vor der Befragung per Mail zugesandt. Sie hat dies sehr genau genommen und sich zur Hälfte der Fragen schon Notizen gemacht und ist manchmal während des Interviews beinahe in einen Vorlese-Modus gefallen. Durch Fragen zwischendurch habe ich versucht hier eine Auflockerung zu schaffen.

Interviewbericht 3

Interviewpartner: Stefan Gros

Datum: 28.1.2016

Zeit: 14:00-15:00

Videotelefonie mittels Handy (Herr Gros) und PC über Skype

Anmerkungen zur Kontaktaufnahme:

Im Laufe der Recherchen ist mir das Projekt Konzept „Glück macht Schule“ gleichnamig wie die Schulen in der Steiermark zugefallen. Um einen etwaigen Zusammenhang zwischen der Steiermark und diesem Unterfangen herauszufinden, bzw. allgemeine Informationen über den Verein herauszufinden rief ich Herrn Gros im Dezember an. Schon dieses erste Gespräch dauerte über eine halbe Stunde und lieferte mir äußerst interessante Ansätze und Informationen zum Thema Glück im Unterricht und motivierte mich sehr, die Forschungsrichtung hinsichtlich zukünftiger Entwicklungen zu lenken.

Anmerkungen Ambiente:

Herr Gros befand sich in seinem Büro was eine sehr gemütliche Atmosphäre ausstrahlte. Wir wechselten sofort zum „Du“, was wiederum sehr zu einer angenehmen Gesprächsbasis beitrug.

Anmerkungen Klima:

Herr Gros vermittelte mir sofort den Eindruck von fundiertem Fachwissen, dass er als Mann der Praxis stets mit Erlebnissen aus seinem Berufsalltag stützte. Ich konnte Herrn Gros´ Herzblut für das Thema und das große Engagement, die Welt ein Stückchen besser zu machen, förmlich fühlen.

Anmerkungen Technik:

Die Aufnahme erfolgte via Diktiergerät sowie zur Absicherung durch die Aufnahme App des Handys. Da Herr Gros über sein Handy telefonierte, frierte manchmal das Bild ein und die Sprache verzögerte sich etwas. Dies fand hauptsächlich dann statt, wenn er einen Anruf erhielt und hielt sich somit in Grenzen. Würden wir nochmal ein Interview in dieser Weise führen, würde ich bitten Skype über einen PC zu nutzen.

Sonstige Anmerkungen:

Durch die Video-Telefonie konnte eine persönliche Beziehung aufgebaut werden und vermutlich besser als nur durch Telefonie auf den Gesprächspartner eingegangen werden. Es war im Prinzip, als wäre ich mit Herrn Gros in einem Besprechungszimmer gegenüber gesessen, allerdings ohne den zeitlichen und infrastrukturellen Aufwand sich in Wien zu treffen.