

Förderverein Schulbiologiezentrum Hamburg e.V.

# Lynx



Druck 01 / 2013



**Geglücktes Leben in der Schule –  
Glück als neues Schulfach?**  
Interview mit Dr. Eckart von Hirschhausen

Vorworte .....	3
1. Dr. Eckart von Hirschhausen im Lynx-Interview über die Frage, ob man Glück lernen kann und warum es Glück und Gesundheit als Schulfächer für alle geben sollte .....	4
2. Ist dauerhaftes Glück wirklich erstrebenswert? Oder was Kinder wirklich glücklich macht .....	6
3. Glück ist das Ergebnis von Beziehung .....	9
4. Die Philosophie der Stiftung Kinderjahre .....	11
5. Beteiligte Projekte mit der Stiftung Kinderjahre .....	12
5.1 „Die Zauberflöteninsel“ – Musiktheater an der Elbinselschule Wilhelmsburg .....	12
5.2 Der Profilerbereich „Natur und Umwelt“ an der Elbinselschule Wilhelmsburg .....	17
5.3 Sammeln, bauen, wohnen: Wir präsentieren unser Insektenhotel .....	18
5.4 Mit LebensArt zum Glück an der Schule Fraenkelstraße .....	19
5.5 Schulfach Glück an der Ganztagschule Lämmersieth .....	24
5.6 Die Kunstetage an der Ganztagschule Lämmersieth .....	26
5.7 Natur erforschen an der Ganztagschule Lämmersieth .....	28
5.8 Leseparadies und LeseOase – Orte des Glücks in der Schule an der Seebek .....	30
6. Schulfach Glück und Bezug zu den Hamburger Bildungsplänen .....	32
7. Kritische Reflexion zum Schulfach Glück: Vom Sinn und Unsinn neuer Fächer .....	34
8. Praxisbeispiele aus Hamburger Schulen .....	35
8.1 Machen feste Rituale und kooperative Lernformen das Schulleben glücklich? .....	35
8.2 Wertschätzende Abschiedsbücher in der Grundschule .....	39
8.3 Renaturierung der Engelbek – ge Glückter Unterricht? .....	40
8.4 Glückliche Schülerinnen und Schüler – glückliche Lehrerinnen und Lehrer? .....	42
9. Materialien zum Thema Glück .....	43
9.1 Projekt GlückSchmiede: Gemeinsam für die Gemeinschaft .....	43
9.2 Definition und Befragung zum Thema „Glück in der Schule“ .....	50
9.3 Glück im internationalen Vergleich .....	53
9.4 Neurobiologie und Glücksmessung: Kann Schokolade glücklich machen? .....	56
9.5 Lichttherapie zur Stimmungsaufhellung .....	58
9.6 Gestaltung eines Glückstagebuches .....	59
10. Pflanzen, die Glück bringen .....	60
11. Der Prickelknopf – eine erstaunliche Pflanze .....	63
12. An apple a day keeps the doctor away .....	65
13. Mimis Reise – Geschichtenlieder .....	68
14. Materialien für den Unterricht: Link-Liste „Glück“ .....	69
15. Materialien für den Unterricht: Medienliste „Glück“ .....	73
16. Materialien für den Unterricht: Literatur-Liste „Glück“ .....	78
17. Glückstee – selbst gemacht .....	81
18. Neu – im ZSU-Schulgarten .....	82
19. Familien- und Geburtstagsprogramm des FSH .....	83
20. Neues aus dem ZSU .....	84
Lageplan ZSU .....	85
FSH-Aufnahmeantrag .....	86
Impressum .....	87



Foto: Markus Scholz



Liebe Leserinnen  
und Leser!

Die Schule kann das individuelle Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern steigern. Trägt ein Schulfach „Glück“ zur verstärkten Zufrieden-

heit von Schülerinnen und Schülern in der Schule bei? In den Hamburger Bildungsplänen ist die Förderung von Selbst-Kompetenzen und sozialen Kompetenzen verbindlich verankert. Aufgabe der Schulen ist es, diese Kompetenzen in ihr Schulcurriculum zu implementieren. Die vorgestellten Schulen, die das Thema Glück in Unterricht und Schulleben berücksichtigen, nehmen also den Bildungsplan ernst. An der Willy-Hellpach-Schule in Heidelberg ist bei den Schülerinnen und Schülern, die die Kurse zum Thema „Glück“ besucht haben, eine signifikante Stärkung der Persönlichkeit festgestellt worden. Das Selbstvertrauen, die Zuversicht und das Gemeinschaftsgefühl der Schülerinnen und Schüler haben sich maßgeblich verbessert.

Ich danke allen Beteiligten, besonders der Stiftung Kinderjahre mit Hannelore Lay und Dirk Vorwerk, für ihr Engagement und die kreativen Beiträge zur Gestaltung einer zukunftsfähigen Schule.

*Regina Marek*

Regina Marek  
1. Vorsitzende des FSH

Liebe Leserinnen  
und Leser!

Ich möchte mich Ihnen in dieser Ausgabe als neue Fachreferentin „Umwelterziehung“ an der Behörde für Schule und Berufsbildung vorstellen. Im August habe

ich die Nachfolge von Regina Marek angetreten. Ich komme vom Alexander-von-Humboldt-Gymnasium (AvH), einer Schule, die mit dem Leitbild „Bildung für nachhaltige Entwicklung - Entwicklung von Gestaltungskompetenz“ auf ein zukunftsfähiges Lernen der Schülerinnen und Schüler setzt. Das Motto „Die Gegenwart verstehen, die Zukunft gestalten!“ zeigt sich hier in vielfältigen Projekten, die in den Regelunterricht integriert werden. So wurde das AvH bereits zum 18. Mal als Umweltschule in Europa/Internationale Agenda 21-Schule ausgezeichnet. Zudem ist meine Schule zum 4. Mal als Weltdekadeprojekt „Bildung für eine nachhaltige Entwicklung“ der UN ausgezeichnet worden. Sind unsere Schülerinnen und Schüler nun glücklicher als andere? Dies haben wir noch nicht empirisch untersucht. Ein wichtiges Anliegen ist die Förderung sozialer Kompetenzen in möglichst vielen Fächern. Unsere Schülerinnen und Schüler lernen, Verantwortung übernehmen zu können für sich als Person, den eigenen Lernprozess, die Umwelt, die schulische und globale Gemeinschaft, und dieses auch zu wollen, z. B. lernen jüngere Schülerinnen und Schüler von älteren im Engelbekprojekt (vgl. S. 40).

Mit den in diesem Lynx vorgestellten Materialien möchten wir Ihnen Anregungen geben, wie es im Umfeld Schule gelingen kann, das Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler zu erhöhen, denn Lebenskompetenz und Lebensfreude sind erlernbar und bestimmen maßgeblich die Entwicklung unserer Schülerinnen und Schüler.

*Yvonne Musolff-De Nardo*

Yvonne Musolff-De Nardo  
Fachreferentin Umwelterziehung



Foto: Privat

# 1. Dr. Eckart von Hirschhausen im Lynx-Interview über die Frage, ob man Glück lernen kann und warum es Glück und Gesundheit als Schulfächer für alle geben sollte

**Lynx: Herr Dr. von Hirschhausen, kann man Glück tatsächlich lernen?**

Das klingt erst einmal erstaunlich, aber warum eigentlich? Wir gehen selbstverständlich davon aus, dass man Sprachen erlernen kann, sowie Mathe, Geschichte und Biologie. Wenn man unter Glück z. B. Genießen-Können, Achtsamkeit, Stärkenorientierung, Beziehungspflege, Widerstandsfähigkeit in Krisen und Sinnsuche versteht, dann ist die Antwort ein klares „Ja“. Das können Sie lernen – und es lohnt sich, z. B. bietet die Stiftung Kinderjahre Weiterbildungen für Lehrkräfte an. Wie viele Wege kennen Sie, sich aus schlechter Laune zu befreien? Wenn ich mich und meinen Körper besser kenne, muss ich weder auf Glotze oder Schokoriegel zurückgreifen, dann bewege ich mich, kümmere mich um andere oder habe gelernt, negative Gedankenschleifen zu unterbrechen. Wenn man sich vor Augen hält, was Übergewicht, Rückenschmerzen und Depression volkswirtschaftlich und seelisch an Kosten verursacht, ist es höchste Zeit, mehr Gesundheit und Psychologie an dem Ort zu lehren, wo wir am schnellsten lernen: in der Schule. Wenn ich überlege, was von meinem Schulwissen ich tatsächlich im Leben jemals wieder gebraucht habe, und was nicht, wirkt die Forderung, Glück als Schulfach einzuführen, nicht utopisch, sondern sehr vernünftig.

**Lynx: Für welche Altersgruppen sollte es das Fach geben? 1. Klasse bis Abitur?**

Der amerikanische Psychotherapeut Milton H. Erickson soll einmal gesagt haben: „Es ist nie zu spät, eine glückliche Kindheit zu haben.“ Aber gibt es ein „zu früh“? Ich glaube nicht. Ganz pragmatisch gesehen, sollte man ab der ersten Klasse damit anfangen.

**Lynx: Wie müssen Schulen dafür aufgestellt sein? Welche Rahmenbedingungen müssen geschaffen werden?**

Die allerwichtigste Rahmenbedingung sind gut geschulte Lehrer. Zum Beispiel bietet die Stiftung Kinderjahre Weiterbildungen für Lehrer an: Da geht es um Theaterpädagogik, Motivation, Re-

silienz – also seelische „Steh-auf-Qualitäten“ und vieles mehr. Die Lehrkräfte, die das Schulfach Glück unterrichten, müssen nicht unbedingt jeden Tag glücklich sein – schließlich sind sie auch nur Menschen – aber sie müssen zumindest für sich selbst erfahren haben, wie es gehen kann, glücklicher zu sein. Und sie müssen lernen, wie man diese Erfahrungen weitergibt.

**Lynx: Und was sagen Sie Kritikern, die meinen, die Schülerinnen und Schüler sollen lieber besser Mathe lernen? Angesichts vieler potentieller Arbeitgeber, die beklagen, dass es bei vielen Schulabgängern schon an einfachsten Kompetenzen mangelt?**

Gegenfrage – können wir uns es leisten, es weiter nicht zu tun? Wirtschaftskrise und Bildungskrise zeigen ja gerade, dass wir uns neue Konzepte einfallen lassen müssen. Wir brauchen starke und glückliche Menschen, um die Krisen zu meistern. Damit sind Eltern, Lehrkräfte und Schülerinnen und Schüler gemeint. Da bestätigt die moderne Glücksforschung viel von dem, was in Weisheitslehren rum um die Welt enthalten ist: eine rein materielle Orientierung macht uns arm. Der Optimist sagt, das Glas ist halb voll, der Pessimist sagt, das Glas ist halb leer. Und ein Unternehmensberater sagt: Sie haben 50% mehr Glas als Sie bräuchten.

**Lynx: Wie kann aus Ihrer Sicht dieses Fach benotet werden?**

In Japan gibt es Smiling-Schools. Wenn man dort nicht lernt, anständig zu lächeln, ist der Job gefährdet. So soll das natürlich nicht sein. Glück an sich kann nicht geprüft werden – aber das Bemühen darum. Für die Benotung gibt es viele Möglichkeiten. Eine davon heißt „Portfolio“. Das ist eine Art Tagebuch zum Schulfach Glück. Wird es ordentlich geführt, gibt's eine gute Note.

**Lynx: Wie waren Sie selbst als Schüler?**

Um ehrlich zu sein, fiel mir die Schule leicht. Mich interessierten schon damals der Umgang mit Sprache und die Medizin. Und weil es das nicht als Fach gab, nahm ich Bio und Deutsch, als ich wählen konnte.

**Lynx: Was macht eine gute Lehrerin bzw. guten Lehrer aus? Hatten Sie eine solche Lehrkraft in Ihrer Schulzeit?**

Ja, ich erinnere mich noch gut an einige. Und das, obwohl meine Grundschulzeit ja schon über 35 Jahre her ist. Kaum zu glauben, denn sie sind mir immer noch sehr präsent, nicht so sehr, was sie mir beigebracht haben, sondern durch ihre Persönlichkeit. Und von jeder Lehrerin und jedem Lehrer weiß ich noch, ob sie oder er Humor hatte – oder nicht. Die wichtigste Unterrichtsvorbereitung ist also, sich kurz vor dem Betreten des Klassenraums klar zu machen: Ich präge gerade Hirne für ein Leben und ich freue mich, meine Begeisterung für mein Fach zu multiplizieren. Und wer bei dem Gedanken nicht anfängt zu lächeln, sollte gleich wieder ins Lehrerzimmer zurück ...

**Lynx: Wenn Sie unseren Schülerinnen und Schülern drei Tipps geben könnten, wie man „glücklicher“ durch die Schulzeit kommt, welche wären das?**

1. Lernen lernen. Und sich kennenlernen. Jede Schülerpersönlichkeit hat ihre eigene Art, wie man sich am besten Dinge merkt und aneignet. Je mehr diese meinen eigenen Stärken entsprechen, desto besser.
2. Hobbys außerhalb der Schule pflegen. Das war bei mir segeln, Gitarre spielen und Zauberei. Heute singe ich auf der Bühne und mach Kabarett, hätte ich damals nicht gewusst, wofür es mal gut ist. Dinge die scheinbar „nutzlos“ sind, zeigen oft viel später ihren Wert.
3. Dranbleiben. Die tiefsten Glücksgefühle haben wir, wenn wir etwas lernen. Solange ich das als Zwang verstehe, nehme ich mir die Freude daran. 90% der Weltbevölkerung wäre sehr froh, in Deutschland zur Schule gehen zu dürfen, nur wir nicht. Weil wir das für selbstverständlich halten.

**Lynx: Und zum Schluss: In Ihren TV-Sendungen und Shows gibt es immer viel zu lernen – was würden Sie denn gern noch mal lernen?**

Ich kann überhaupt nicht kochen (lacht). Ich würde auch gern richtig gut singen können. Und ich fände es schön, noch besser Spanisch und Französisch zu sprechen, weil man sich mit jeder Sprache auch wieder eine andere Art des Denkens aneignet.

## Dr. Eckart von Hirschhausen



(Jahrgang 1967) studierte Medizin und Wissenschaftsjournalismus in Berlin, London und Heidelberg. Seine Spezialität: medizinische Inhalte in humorvoller Art und Weise zu vermitteln, gesundes Lachen mit nachhaltigen Botschaften. Seit über 15 Jahren ist er als Komiker, Autor und Moderator in den Medien und auf allen großen Bühnen Deutschlands unterwegs. Durch die Bücher „Arzt-Deutsch“, „Die Leber wächst mit ihren Aufgaben“ und „Glück kommt selten allein“ wurde er mit über 5 Millionen Auflage erfolgreichster Sachbuchautor 2008 und 2009. Im September 2012 erschien sein neues Buch „Wohin geht die Liebe, wenn sie durch den Magen durch ist“. Mit dem aktuellen Bühnenprogramm „Liebesbeweise“ tourt er durch ganz Deutschland. Im NDR führt er monatlich durch die Talksendung „Tietjen und Hirschhausen“, in der ARD moderiert Eckart von Hirschhausen die Wissensshows „Frag doch mal die Maus“ und „Das fantastische Quiz des Menschen“.

2008 gründete er seine eigene Stiftung HUMOR HILFT HEILEN für mehr gesundes Lachen im Krankenhaus.

Mehr über Eckart von Hirschhausen erfahren Sie unter:

[www.hirschhausen.com](http://www.hirschhausen.com)

[www.humorhilftheilen.de](http://www.humorhilftheilen.de)

## 2. Ist dauerhaftes Glück wirklich erstrebenswert? Oder was Kinder wirklich glücklich macht

Annika Lohstroh und Michael Thiel

Natürlich wollen wir am liebsten glückliche Kinder haben, in strahlende Gesichter sehen, tief aus dem Bauch hervorglucksendes Kinderlachen hören, das so ansteckend ist. Weinende, schimpfende, wütende Kinder, die sauer sind, weil sie im Spiel verloren haben oder weil sie in der Schule trotz üben eine Fünf in Mathe kassiert haben, sind dagegen anstrengend. Und nicht nur anstrengend: oft genug möchten wir dann die Welt geraderücken und würden uns wünschen, dass unserer Kinder nur noch glücklich sind, alles klappt, sie kein Spiel verlieren und nur noch Einsen in Mathe kassieren.

Doch ist dauerhaftes Glück überhaupt erstrebenswert? Geht das überhaupt? Denn stellen Sie sich einmal vor, Sie wären dauerhaft glücklich, es gäbe nichts, worüber Sie jammern müssten. Geld genug, arbeiten müssen Sie nicht. Prachtweib oder Supermann an der Seite. Das Paradies auf Erden. Was würde passieren? Genau: Gar nichts! Sie würden sich nicht bewegen, faul in der Hängematte liegen und Ihren Cocktail schlürfen. Prima, denken Sie. Wo kann ich mich dafür anmelden?

Doch hier das Horrorszenario: Eine gewisse Unzufriedenheit ist das Erste, was sich in Ihnen breit macht. Ein inneres Kribbeln. Ihre genetisch festgelegte Neugier braucht Futter. Was kann ich denn noch tun, außer faul abhängen und Cocktails schlürfen? Inzwischen haben Sie durch Untätigkeit und Alkohol ordentlich zugelegt, was Sie wiederum daran hindert, sich zu bewegen. Sie werden noch unbeweglicher. Vielleicht zehrt der Alkohol auch schon an Ihren Nervenzellen. Resultat: Gedächtnisprobleme. Der körperliche und geistige Verfall schreitet voran. Sie sterben schließlich im vermeintlichen Paradies an Demenz und Verfettung.

Aber genau diese Entwicklung ist im Bauplan des Lebens nicht vorgesehen. Denn die Evolution will aus gutem Grund nicht, dass der Mensch permanent glücklich ist. Wäre er es, würde die Menschheit sich nicht weiterentwickeln und der Mensch wäre längst ausgestorben. Das dem nicht



Abb.: Michael Thiel und Annika Lohstroh

so ist, verdanken der Homo sapiens auch dem Gegenteil vom Glücklichein: Dem Jammern.

Jammern, Unglücklichsein, Aufbegehren – diese Dinge können bei Kindern wie bei Erwachsenen Motoren zur Weiterentwicklung sein. Die Unzufriedenheit mit einer Situation, die Herausforderung, einiges zu ändern und der Wille, etwas wirklich zu schaffen gepaart mit Neugier und Optimismus sind wichtige Bestandteile jeder menschlichen Weiterentwicklung.

Besonders Kinder entwickeln sich nur dann weiter, wenn ihnen Aufgaben gestellt werden, die in ihrem Schwierigkeitsgrad zwischen „das ist nicht leicht, aber ich kann es schaffen“ und „das ist viel zu schwer und macht mir Angst“ liegen. In diesem Spannungsfeld kann das Gehirn sich in einem optimalen Anregungszustand eingeln: es entsteht der glücklich machende Zustand des „Flow“, der völligen Vertiefung und des Aufgehens in einer Tätigkeit, wie ihn der amerikanische Psychologieprofessor Mihaly Csikszentmihalyi beschrieben hat.

Probieren Sie einmal, ein Kind zum Mittagessen zu bewegen, wenn es völlig vertieft seinen Riesenturm aus Bauklötzen baut. Es wird Sie nicht einmal wahrnehmen: Es ist im „Flow“ und glücklich.

Glück entsteht also unter anderem im Tun, in der Bewältigung von Herausforderungen. Wenn wir glückliche Kinder haben wollen, sollten wir ihnen spannende Aufgaben geben, die sie mit einer wohl dosierten Anstrengung bewältigen können. Dazu müssen wir sie aber beobachten, ihre Fähigkeiten und Interessen kennenlernen, um sie dann mit den passenden Problemen zu konfrontieren und ihnen deren Lösung zutrauen.

Wir müssen uns mit ihnen auseinandersetzen, ihnen auch mal eindeutige Grenzen setzen und uns rechtzeitig überflüssig machen, damit sie ihre Aufgaben allein bewältigen können. Das stärkt ihr Selbstwertgefühl und macht sie fit für die nächsten, schwierigeren Aufgaben. Dazu brauchen wir Erwachsene Zeit und viel Empathie, also Einfühlungsvermögen.

### **Empathie ist ein weiterer wichtiger Glücksbaustein bei Kindern**

Kinder strotzen immer dann vor Idealismus und Glück, wenn eine sichere Bindung zwischen ihnen und ihren Eltern besteht. Das heißt: wenn sie das Glück haben, so einfühlsame Eltern zu besitzen, dass diese ihre Signale und Bedürfnisse verstehen und relativ prompt und richtig darauf reagieren. Nicht jedes Baby, das schreit, hat beispielsweise Hunger. Vielleicht ist ihm langweilig, vielleicht drückt die Windel oder der Bauch tut

weh. Empathische Eltern können schon am spezifischen Schreien ihres Babys erkennen, was los ist und entsprechend für Abhilfe schaffen.

### **Nur nebenbei**

Die Idee, dass Eltern ihre Babys absichtlich länger schreien lassen sollten, damit die Babys sie nicht manipulieren können und nur um der Aufmerksamkeit willen schreien, gehört glücklicherweise der Vergangenheit an. Man hat herausgefunden, dass es besonders sehr kleinen Kindern sehr gut bekommt, wenn die Eltern recht schnell auf ihr Unwohlsein, aber auch auf ihr Lachen und Gurren reagieren: Sie fühlen sich tief verstanden und entwickeln so ein festes emotionales Band zu ihren Bezugspersonen. Mit diesem sicheren Gefühl entdecken sie die Welt, fühlen sich stark und unbesiegbar. Ein Zustand, dem so mancher Erwachsene sehnsüchtig hinterher trauert ...

Zu dem kindlich-naiven Weltbild gehört auch die Vorstellung, dass schöne Ereignisse unendlich lange andauern werden und diese das Resultat eigener Verdienste sind. Wenn einmal etwas Schlechtes passiert, ist das halb so schlimm: Es wird schnell wieder verschwinden. Kinder haben das Lebensgefühl, nur für die positiven Geschehnisse verantwortlich zu sein – Schlechtes tun immer nur die anderen.



Foto: yanlev/fotolia.com

Für den amerikanischen Optimismus-Experten Prof. Martin Seligman hat sich dieses optimistische Lebensgefühl von Kindern im Laufe der Evolution entwickelt:

„Ich bin überzeugt, dass die Evolution für dieses Verhalten gesorgt hat. Das Kind trägt den Keim der Zukunft in sich, und die Natur hat das größte Interesse daran, dass Kinder ungefährdet die Pubertät erreichen und die nächste Generation von Kindern produzieren. Die Natur hat die Kinder nicht nur körperlich geschützt – vor der Pubertät haben Kinder bei allen Krankheitsarten die niedrigste Sterblichkeitsrate – sondern auch seelisch, indem sie ihnen ein verschwenderisches und irrationales Maß an Hoffnung mitgegeben hat.“ (aus: „Pessimisten küßt man nicht“, S.159)

Und genau diese Sichtweise entscheidet, ob Kinder und später Erwachsene mehr zum glücklichen Optimismus oder zum unglücklichen Pessimismus neigen.

#### Glücksempfinden durch LERNEN AM MODELL

Kinder bekommen ihre Sichtweise des Lebens, ihre Erklärungsmuster, wie die Welt funktioniert, in erster Linie durch die Familie vermittelt. Untersuchungen von Prof. Seligman haben ergeben, dass Mütter, die mehr zum Pessimismus neigen, auch eher pessimistisch veranlagte Kinder haben. Die Erklärung dafür: Wenn ein Kind täglich von seiner Mutter hört, dass alle kleinen und großen Unglücksfälle im Alltag, z.B. ein missratener Kuchen

1. persönlich sind („Es ist meine eigene Schuld, dass der Kuchen angebrannt ist“),
2. dauerhaft sind („Ich werde nie einen vernünftigen Kuchen hinbekommen“) und
3. global sind („Der verbrannte Kuchen ist nur wieder ein Beweis dafür, dass ich sowieso nichts richtig kann“),

so wird es diese Erklärungsmuster auch auf sein eigenes Leben übertragen. Kinder nehmen sich immer den einflussreichsten Menschen ihres Lebens als LERNMODELL und achten sehr genau darauf, wie dieser Mensch über erfreuliche und unerfreuliche Ereignisse spricht.

Kinder sind darauf angewiesen, dass Erwachsene ihnen erklären, wie die Welt funktioniert. Daher ist es kein Zufall, dass in einem bestimmten Alter die Frage „Warum?“ den Geduldsfaden aller Eltern arg strapaziert. Kinder hören sehr auf-

merksam zu, wenn Erwachsene erklären, warum etwas geschieht – besonders, wenn etwas schief geht. Und wenn diese Erklärungen überwiegend pessimistisch sind, wird das Kind sie wahrscheinlich so übernehmen.

Genauso kann es auch eine optimistische Lebenseinstellung durch das „Lernen am Modell Erwachsene“ übernehmen. Wenn Kinder häufig erleben, dass Erwachsene schwierige Lebenssituationen

1. als vorübergehend („Der nächste Kuchen wird mir nicht mehr anbrennen!“),
2. als Rückschläge, die nur auf diesen Fall beschränkt bleiben, erklären („Ich bin sonst eine sehr gute Köchin, der misslungene Kuchen eine absolute Ausnahme“) und
3. sich die schwierige Lebenssituation nicht nur persönlich zuschreiben, sondern auch äußere Umstände, andere Personen zur Erklärung heranziehen („Natürlich musste gerade meine Mutter anrufen, als ich den Kuchen aus dem Ofen holen wollte!“),

werden sie eher mit optimistischen Erklärungsmustern und damit glücklicher durch die Welt gehen.

Glückliche Eltern haben demnach eher glückliche Kinder. Doch es geht noch weiter: Je mehr wir Erwachsene ein Leben führen, das uns zufrieden macht, indem wir u.a. die kleinen Glücksmomente im Alltag wahrnehmen, ein sicheres Netz von sozialen Beziehungen pflegen und immer wieder die Welt neugierig entdecken, umso mehr werden wir für andere ein Lernmodell in Sachen Glück – nicht nur für unsere Kinder.



#### Literatur:

**Annika Lohstroh & Michael Thiel.** „Deutschland, einig Jammerland – Warum uns Nörgeln nach vorne bringt“. Gütersloher Verlagshaus. 2011

**Martin E. P. Seligman.** „Pessimisten küßt man nicht – Optimismus kann man lernen“. 2002

### 3. Glück ist das Ergebnis von Beziehung

Dr. Jan-Uwe Rogge

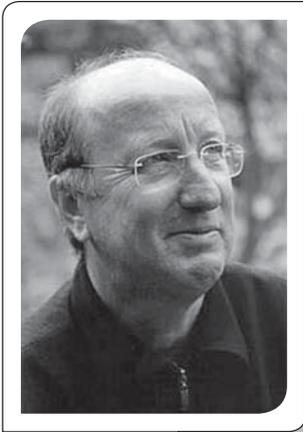


Abb.: Dr. Jan-Uwe Rogge

„Unsere Konsum- und Marktwirtschaft“, so hat Erich Fromm einmal geschrieben, „beruht auf der Idee, dass man Glück kaufen kann, wie man alles kaufen kann (...) Dass Glück aber etwas ganz anderes ist, was nur aus der eigenen Anstrengung, aus dem Inneren kommt und überhaupt kein Geld kostet (...), das ist den

Menschen noch nicht aufgegangen.“ Ob Glück nun erlernbar ist, wie es Ernst Fritz-Schubert annimmt, mag dahingestellt sein, auf alle Fälle verbirgt sich hinter dem Glück kein Geheimnis, wie Steve Biddulph es in immer neuen Wendungen behauptet, wenn er vom Geheimnis glücklicher Kinder oder Familien redet. Glück hat vielmehr zu tun mit Bindungen und Bildung, mit Bemühung und Begrenzung.

Kinder brauchen das Gefühl, aufgehoben und angenommen zu sein – so wie sie sind und nicht, wie man sie gerne haben möchte. Kinder wollen auch gemocht werden, wenn sie traurig, unsicher, wenn sie zornig und wütend sind. Wenn man Kinder nur dann als glückliche Wesen betrachtet, wenn sie selig lächeln, der nimmt sie nicht ernst. Wenn Kinder von ihren Eltern oder sie betreuenden Erwachsenen hören, sie bräuchten doch keine Angst zu haben, dann fühlen sie sich alleingelassen in ihrer Gefühlswelt. Welch' Glück haben jene Heranwachsenden dagegen, die sich in solch bedrängenden Situationen in Arme schmiegen können, in Arme, die Halt und Geborgenheit geben.

Dann ist da noch das Recht auf Bildung. Doch ist Bildung mehr als die Vermittlung von Wissen. Bildung trägt zur Ausbildung von Urvertrauen und Selbstbewusstsein bei, lässt eine Persönlichkeit wachsen, die die Werte von Humanität und Mitmenschlichkeit verinnerlicht hat. Bildung unterstützt die Heranwachsenden dabei, ihre

Entwicklungsaufgaben, die sie sich in jeder Entwicklungsphase stellen müssen, zu erfüllen. Die wichtigsten Entwicklungsaufgaben sind die körperlich-motorischen, die emotionalen und die sozialen Aufgaben. Erst dann folgen die sprachlichen und die kognitiven. Schon Pestalozzi hat darüber nachgedacht, dass jeder intellektuellen Erfahrung eine körperliche vorausgeht, indem er schrieb, dass das Verstehen, das „In-der-Welt-stein“, eben das Geerdet-Sein, dass das abstrakte Erfassen von Sachverhalten das Fassen, das Greifen voraussetzt.

Im „Lied vom Hänschen klein“ ist die Relevanz der Körperlichkeit für die kindliche Entwicklung enthalten. Dort heißt es: „Hänschen klein, geht allein“, Hänschen geht, er wird nicht gefahren. Hänschen sucht sein Glück in der Ferne, Hänschen will weg vom Erreichten, will Neues, Unbekanntes kennenlernen. Hänschen ist in Bewegung, macht sich auf den Weg, erprobt sich und seinen Körper. Renate Zimmer hat darüber ein wichtiges Buch mit dem herausfordernden Titel „Toben macht schlau“ geschrieben. Wer Bewegung aus Bildungsprozessen ausgrenzt, der begrenzt Entwicklung, erzeugt Stillstand.

Erziehung wird häufig in einem Atemzug mit Bildung genannt, Erziehung als das Geschwisterteil von Bildung, wobei Erziehung meist vorschnell auf die Anwendung von Techniken und Kompetenzen verengt wird. Doch hat Erziehung nichts mit Ziehen zu tun, vielmehr mit Beziehung und Begleitung. Kinder, die sich in Beziehung wissen, die Begleitung erfahren, sind zufriedene, sind starke Heranwachsende. Sie spüren Halt, Aufgehoben-Sein, fühlen sich sicher und angenommen, sie sind „wunschlos glücklich“, weil sie sich so geben können, wie sie sind.

Wer Kinder begleitet, lebt mit ihnen im Hier und Jetzt, betrachtet sie nicht unter einer Zukunftsperspektive. Erziehung ist nicht Vorbereitung auf das Leben, Erziehung passiert in jedem Augenblick, hat nichts mit Tempo machen und Beschleunigung zu tun. Denn so wie man dem Gras beim Wachsen zusieht, nicht am Halm zieht, damit es schneller wächst, so gilt Gleiches

für die Begleitung von Heranwachsenden. Sie bestimmen das Tempo und das kann sehr unterschiedlich sein. Wer am Grashalm zupft, entwirzelt es, wer an Kindern ständig zerrt, wirft sie aus der Bahn, lässt Selbständigkeit und Selbstbewusstsein nicht aufkommen.

Doch verlaufen Bildungs- und Erziehungsprozesse nicht widerspruchsfrei, sie sind ein Neben- und Nacheinander von wunderbarer Euphorie und schlimmer Enttäuschung, von Augenblicken voll des Glücks und Momenten tiefer Niedererschlagenheit. Dieses Gemenge gilt es auszuhalten,

denn, so der chinesische Philosoph Konfuzius: „Wer ständig glücklich sein möchte, muss sich oft verändern.“ So entsteht keine in sich stimmige, authentische Persönlichkeit, die ihre Wurzeln spürt, sondern eine, die zwar Flügel hat, aber flatterhaft daherkommt. Es gibt kein Geheimnis um das Glück, Glück ist das Ergebnis einer Beziehungsarbeit mit sich und anderen, die manchmal gelingt, aber dann auch Ergebnisse zeigt, die es auszuhalten gilt.

Mehr über Jan-Uwe Rogge erfahren Sie unter: [www.jan-uwe-rogge.de](http://www.jan-uwe-rogge.de)

**Jan-Uwe ROGGE**  
Autor, Familien- und Kommunikationsberater

- Startseite
- Biographie
- Rogge-NEWS
- Wandzeitung
- Bücher
- Audio
- Video
- Rogge international
- Beratung
- Termine
- Presse
- Presse-Material
- Kooperation
- Kontakt
- Impressum

Hallo,

vielen Dank für Ihr Interesse an meiner Homepage. Sie können sich über meine Vortrags- und Seminartermine informieren und Sie können meine Bücher kennenlernen.

Wollen Sie einen Vortrag oder ein Seminar besuchen, so wenden Sie sich an den örtlichen Veranstalter.

Beabsichtigen Sie, mich zu einem Vortrag oder zu einem Seminar einzuladen, so nehmen Sie bitte schriftlich Kontakt zu mir auf. (per Fax an die 04532 - 260084 oder via E-Mail).

Bitte haben Sie Verständnis dafür, wenn ich über den Weg der E-Mail keine Beratung durchführen kann. Sie können sich aber jederzeit telefonisch einen Beratungstermin holen.

Zudem bin ich im Ausland gerne bereit, im Rahmen meiner Seminar- und Vortragsreisen Einzelgespräche einzuplanen.

Seit Ende 2009 ist die neue Webseite Familienzirkus online. Hier erhalten Sie jede Menge Informationen und Materialien von Angelika Bartram und mir.

» Dr. Jan Uwe Rogge empfiehlt: [www.familienzirkus.com](http://www.familienzirkus.com)

Herzlichst Ihr Jan-Uwe Rogge

» zur Bildergalerie

**Jan Uwe Rogge**  
zum ersten Mal auf DVD  
Live in Ingelheim.

**JAN UWE ROGGE**  
Was Kinder und Jugendliche heute eigentlich brauchen ...  
18. August 2011 Live in Ingelheim

## 4. Die Philosophie der Stiftung Kinderjahre

Hannelore Lay und Dirk Vorwerk

Leitgedanke der Stiftung ist es, benachteiligte Kinder zu begleiten bis, sie eigene Entscheidungen treffen können. Vom Beginn des Lebens bis zur Selbstständigkeit ist die Verbindung zu den Eltern das Wichtigste, was es für Kinder gibt. Diese Verbindung prägt für die nächsten Generationen. Das Bedürfnis nach Geborgenheit und Zuwendung ist dabei genauso elementar wie auch ausreichende Ernährung und Pflege. Nur Kinder, deren körperliche und psychische Grundbedürfnisse befriedigt sind, können sich entwickeln.

Chancen und Perspektiven von Kindern und Jugendlichen sind zu ungleich verteilt. Sehr viele Kinder in der Bundesrepublik leben in bildungsfernen Haushalten und darüber hinaus an der Armutsgrenze. Dadurch wird die Chancengerechtigkeit immer größer. Deshalb unterstützt die Stiftung Kinderjahre Kinder und Jugendliche mit verschiedenen Förder- und operativen Projekten bereits im Vorschulalter, wie z. B.:

- Musikalische Früherziehung im Kindergarten
- Anschaffung von Instrumenten und Musikinstrumentalunterricht an Hamburger Schulen
- Lern- und Leseförderung in Schulen und Leseclubs
- Kinderolymp – Erlebnisausstellungen für Kinder im Altonaer Museum
- Einführung von Schulkleidung an Hamburger Schulen
- LearningKids – das Business-Netzwerk für Kinder
- LebensRetter – Erste-Hilfe-Training für Kinder

- Unterstützung von Jugendfußball
- Ferienaktionen
- Sommerfeste und Einladungen zu Familienkonzerten
- Planetariums- und Zooschulbesuche im Tierpark Hagenbeck
- Vorträge und Veröffentlichungen, die Anregungen für ein kinderfreundliches Familienleben bieten und den Dialog zwischen den Generationen fördern sollen.

Das sind Beispiele aus unserer ganz besonders wichtigen, täglichen Basis-Arbeit. Wir helfen und fördern nach unseren Möglichkeiten, immer unter dem Gesichtspunkt der Nachhaltigkeit.

Dieser Aspekt hat die Stiftung Kinderjahre dazu bewogen, sich dem Thema Glück, insbesondere dem „Schulfach Glück“ zu widmen. Zusammen mit Pädagogen, Erziehungs- und Familienberatern setzt sich die Stiftung Kinderjahre zum Ziel, dass in Hamburg das „Schulfach Glück“ ein anerkanntes Schul- und Prüfungsfach wird. Denn nur glückliche Kinder können soziale Kompetenz aufbauen und so ihr Leben positiv gestimmt und selbstbestimmt in die Hand nehmen. Darum geht es – um glückliche Kinder! Wir arbeiten daran! Denn Glück kommt nicht von allein, wir müssen auch etwas dafür tun!

### Kontakt und Information

Stiftung Kinderjahre

Sierichstraße 48, 22301 Hamburg

Tel. 040 - 539 49 41, Fax 040 - 539 49 42

[info@stiftung-kinderjahre.de](mailto:info@stiftung-kinderjahre.de)

[www.stiftung-kinderjahre.de](http://www.stiftung-kinderjahre.de)



Abb. (von links): Die Stiftung Kinderjahre unterstützt die frühe Musikerziehung in der Kindertagesstätte Rube 1-2-3. · LearningKids: Mit diesem Projekt verfolgt die Stiftung Kinderjahre das Ziel, Kindern aus bildungsfernen Elternhäusern, schon während der Grundschulzeit einen positiven Zugang zur Unternehmens- und Wirtschaftswelt zu vermitteln. Fotos: Stiftung Kinderjahre

## 5. Beteiligte Projekte mit der Stiftung Kinderjahre

### 5.1 „Die Zauberflöteninsel“ – Musiktheater an der Elbinselschule Wilhelmsburg

Dr. Bettina Knauer, Peter Krause, Ingrid Reinhard, Andrea Schubert und Dirk Vorwerk

#### Unterstützung der Stiftung Kinderjahre

Die Stiftung Kinderjahre will mit dem Schulfach Glück in emotionaler, kognitiver und psychologischer Dimension die schulische Bildung ergänzen, da diese bisher in erster Linie auf Wissensvermittlung ausgerichtet ist. Denn Schule muss in Zukunft dem ganzheitlichen Bildungsanspruch, im Sinne der Erziehung von Schülerinnen und Schülern zu gebildeten und kultivierten Menschen, wieder gerecht werden.

Kunst, Kultur, Musik, Sport, Bewegung und ein neues Bewusstsein für Ernährung müssen in den Mittelpunkt rücken. Diese Fächer fördern Intelligenz, Eigeninitiative und Lebensfreude und damit den gesellschaftlichen Zusammenhalt – gegen Ausgrenzung, Armut und Jugendgewalt!

Mit dem Musiktheater „Die Zauberflöteninsel“ und seinen Fortsetzungen „Die Nysen“ und „Tanz des Lebens“ an der Elbinselschule in Wilhelmsburg lassen sich die Ansprüche und der Philosophie der Stiftung Kinderjahre mit hervorragenden Ergebnissen umsetzen.

#### Musiktheater an der Elbinselschule

Die Elbinselschule ist eine Modellschule, gelegen auf Europas größter Flussinsel in Wilhelmsburg. Vorschul- und Grundschulkinder besuchen diese Schule. Sie ist reformpädagogisch konzipiert und steht auf einem interreligiösen Fundament. Die meisten Schülerinnen und Schüler der Elbinselschule stammen aus Elternhäusern, in denen Türkisch oder Albanisch gesprochen

wird. Deswegen wird Interkulturalität und Theaterpädagogik, Kunst und Musik als Möglichkeit der Sprachförderung groß geschrieben.

„Die Zauberflöteninsel – Reise zum Musiktheater“ ist ein von der Stiftung Kinderjahre initiiertes Projekt, welches gemeinsam mit den Kindern und Lehrern der Elbinselschule in Wilhelmsburg und unter Begleitung eines speziell dafür zusammengestellten, professionellen Projektteams durchgeführt wird.

Seit Anfang Dezember 2009 läuft mit wöchentlichen Proben an der Elbinselschule ein innovatives, fach- und jahrgangsübergreifendes Musiktheater-Projekt für Schülerinnen und Schüler der ersten und zweiten Klassen.

Unter der Leitung des Musiktheater-Regisseurs Jan Eßinger und den Lehrerinnen und Lehrern der

Schule setzten sich 40 Kinder aus vier Kunst- und Musik-Lerngruppen mit Mozarts „Zauberflöte“ darstellerisch, musikalisch und bildkünstlerisch auseinander. Sie entwickelten dabei ihre ganz eigene Dramaturgie und ihre Rollen, indem sie die Szenen und Elemente der Oper auswählen, die mit ihrer Lebenswelt verbunden werden können: Interkulturelle und lebensweltliche Vielfalt gespiegelt in der integrativsten aller Kunstformen – der Oper!

Für die musikalische Umsetzung hat sich ein eigenes Lehrer-Orchester gegründet, das Bühnenbild wird aus den Ideen der Kinder entwickelt und mit professioneller Unterstützung erstellt und die „Lieblingsnummern“ der Kinder aus der „Zauberflöte“ werden musikalisch neu



arrangiert und mit Unterstützung zweier Opernsänger von den Kindern präsentiert. So erhält die Elbinselschule ihre eigene, ganz unverwechselbare „Zauberflöte“.

Die „Zauberflöten-Insel“ wurde am Samstag, den 5. Juni 2010 auf dem gesamten Schulgelände der Elbinselschule, das sich damit zur „Zauberflöten-Insel“ verwandelte, aufgeführt.

Damit war die erste Station unserer Reise zum Musiktheater erreicht. Da wir den Kindern eine nachhaltige Auseinandersetzung mit der Musiktheaterwelt ermöglichen möchten, geht die Reise weiter. Nachdem die Schüler auf intuitive und mit der Kindern oft so eigenen vorurteilsfreien Weise in die Welt der Oper eingetaucht sind, werden wir die nächsten Schuljahre darstellerisch und choreografisch weiterarbeiten mit dem Ziel, für das Jahr 2013 eine eigene Elbinsel-Komposition, die die kulturelle Vielfalt der Kinder aufnimmt und widerspiegelt, in Auftrag zu geben und umzusetzen.

Wenn die Schülerinnen und Schüler im Jahr 2013 ihr neues Schulgebäude in Wilhelmsburg beziehen, soll der Einzug, das ist unsere gemeinsame Vision, mit der Entstehung und Aufführung einer großen Elbinsel-Musik-und-Theater-Inszenierung gefeiert werden.

Der Migrationshintergrund der Kinder an der Elbinselschule liegt bei 95%. Daher sind für das Gelingen der produktive Umgang mit kultureller Vielfalt und der Integrationsgedanke entscheidend.

Im Vordergrund stand zunächst die musikalische Kommunikation. Die Kinder haben sich nach erstem gemeinsamen Annähern der „Zauberflöte“ ihre Instrumente gewählt, mit denen sie die Oper umsetzen möchten, haben über Geräusche, Töne, kleine Melodien nach und nach die Ausdrucksskala ihres Instruments oder ihrer Stimme erprobt und sie in den Zusammenhang der Oper gestellt.

Die „Zauberflöte“ war von Anfang an „ihre“ Oper, es gab keinerlei Schwellenprobleme zum klassischen Werk. Entscheidend hierfür war, dass neben dem Regisseur Jan Eßinger, der den gesamten Prozess betreute, bei Beginn der szenischen Umsetzung zwei professionelle Sänger in der Elbinselschule waren und den Kindern die großen Partien der Königin der Nacht und des Papageno vorgesungen haben. Dieses Zusammenwirken auf Augenhöhe mit Profis hat die Kinder wesentlich bestärkt, denn so kamen sie dem Operngesang ganz nahe, durften zum Beispiel die Sängerin berühren, ihren Kopf auf den



Abb. (von links): Die Schülerin Giulia Tuttolomondo malt ihre Idee einer Operninszenierung · Die Zauberflöteninsel – das Musiktheater-Projekt an der Elbinselschule in Wilhelmsburg war ein großer Erfolg. Fotos: Elbinselschule Wilhelmsburg/Stiftung Kinderjahre

Bauch legen und ganz sinnlich wahrnehmen, wie Gesang den Körper bestimmt und verändert – Musik, die hautnah verbindet und direktes Miteinander schafft. Dazu gehört auch das Anfassen und Fühlen eines anderen Kindes bei dem gemeinsamen Verbeugen vor dem Publikum.

Durch das Erleben dieser für die Kinder völlig neuen, sinnlichen Wahrnehmungen und damit verbundenen Erkenntnissen erfahren sie über das Projekt „Zauberflöte“ neue Arten und Wege des „Miteinander“ – unabhängig des unterschiedlichen Kulturkreises, aus dem die Kinder kommen.

Die Elbinsel-Schule wurde mit all ihren Facetten und Möglichkeiten zu einer gemeinsamen Spiel-Bühne. Die Kinder haben das Bühnenbild, die Figuren, die Kostüme und dergleichen selbst gestaltet. Die Lebenswelt „Schule“ wurde so zu einem völlig anderem und spannendem neuen Erlebnisraum. Jedes Kind konnte seine eigenen Fähigkeiten besonders einbringen, auch wenn nicht jedes Kind automatisch zum „Papageno“ wurde: Malen, zeichnen, werken, bauen, schaffen und kreieren verband dabei die Kinder so sehr, wie es bisher an dieser Schule nicht stattgefunden hatte.

Die Kinder lernen über dieses Projekt viele neue Begrifflichkeiten: „Was ist eine musikalische, was eine schauspielerische Rolle?“, „Was ist eine Bühne?“, „Wo ist auf einer Bühne rechts und links?“. Spielerisch werden Grenzen erlebt und erfahren: „Dir persönlich mag es gerade schlecht gehen – aber der auf der Bühne stehende Darsteller Papageno, der lächelt und hat gute Laune“.

Alles wird selbstverständlich sehr nahe und pädagogisch begleitet – die Kinder konnten persönliche Entwicklungen mit der Zauberflöte erleben. Eigentlich schüchterne Kinder fanden plötzlich Gefallen an einer bestimmten Rolle, z. B. am „Spielen des Schlangenkopfes“ – einer besonders begehrten und beliebten Darstellungsrolle.

Ebenso spannend und erlebnisreich werden auch die verschiedenen „Prüfungen“, die es in der Oper gibt, von den Kindern auf einem eigens auf dem Schulgelände geschaffenen „Prüfungspfad“ begreifbar und erlebbar gemacht. Hier

muss auch das Publikum erleben, was eine „Feuer-/Wasser-Probe“ ist – gleich der Idee des „Fühl-Museums für Kinder“ wird hier auf einer kleinen Wegstrecke einiges an Überraschung für das Publikum bereit gehalten.

Zu Beginn 2010 haben die Elbinsel-Kinder eine Zauberflöten-Inszenierung im Winterhuder Fährhaus besucht. Mit ganz kritischem Blick haben sie dort ihre Vorstellungen der Oper reflektiert und sich selbst darin bestärkt, ihre eigene Inszenierung weiter zu verfolgen.

Für die szenische Umsetzung war die Thematisierung von Gefühlswelten in der Oper Voraussetzung. Begriffe wie Tapferkeit, Freude, Traurigkeit, Ruhm und Tugend wurden erarbeitet und in Verbindung zur Lebenswelt der Kinder gestellt. Zugleich konnten über diese Gefühlswelten und Begriffe bisher eher diffuse Erfahrungen der Kinder versprachlicht werden, was oft zu sehr emotionalen Antworten führte.

Bei der szenischen Umsetzung und Verteilung der Rollen sahen sich Regisseur und Lehrer oft einer komplexen Gruppensituation ausgesetzt. Kommunikationsbarrieren und Animositäten untereinander mussten überwunden werden, bis die Sozialisation in der jeweiligen Gruppe (Papagenos, Taminos, drei Damen etc.) funktionierte.

Die parallel laufende szenische Umsetzung ihrer „Zauberflöte“ in Bildern und Skulpturen hat die Arbeit an der Inszenierung weiter vertieft. Die Kinder haben zum Beispiel Bäume, Mobiliar und Schulutensilien benutzt und diese als Träger ihrer „Zauberflötenwelt“ neu definiert. Aufgrund der Ergebnisse wurde deshalb auch seinerzeit beschlossen, die „Zauberflöte“ auf dem Schulgelände aufzuführen, teilweise im Freien, teilweise in den Räumen, Eingangshallen, Gängen sowie in der Aula.

In der Schlussphase der Arbeit an der „Zauberflöteninsel“ wurden die einzelnen Szenen und Elemente verbunden. Zur Wiedererkennung der Mozartschen Vorlage hat sich ein eigenes Lehrerinnen- und Lehrerorchester gebildet, das die Melodien der „Zauberflöte“ spielt.

Dieses bisher einzigartige Projekt vernetzt Kinder, Lehrer, Eltern, Theater und Oper. Un-



Abb.: Impressionen aus dem Musikwerktheater der Elbinselschule – Proben zur „Zauberflöteninsel“. Fotos: Elbinselschule Wilhelmsburg

sere Vision ist, dass mit unserer langfristig und nachhaltig angelegten Betreuung, dieses Projekt zu einem Musterprojekt für Hamburger Schulen wird. Dieses Projekt ist ein Vorzeigeprojekt gegen Ausgrenzung, Armut und Jugendgewalt – für mehr Integration und gesellschaftlichen Zusammenhalt!

### Die Elbinselschule (EIS)

Die Elbinselschule ist eine Modellschule, gelegen auf Europas größter Flussinsel in Wilhelmsburg. Vorschulkinder, Erstklässler und Zweitklässler besuchen die EIS. Die Schule ist reformpädagogisch konzipiert und steht auf einem interreligiösen Fundament. Die meisten Schülerinnen und Schüler der Elbinselschule stammen aus Elternhäusern, in denen Türkisch oder Albanisch gesprochen wird. Deswegen wird Interkulturalität und Theaterpädagogik, Kunst und Musik als Möglichkeit der Sprachförderung großgeschrieben.

[www.elbinselschule.de](http://www.elbinselschule.de)

#### Zielgruppe

Grundschul Kinder aus sozial schwachen Elternhäusern mit Migrationshintergrund. Die Kinder sind bei Projektbeginn in der Altersstufe der 1. und 2. Klasse und werden beim Abschluss im Jahre 2012 in die 3. und 4. Klasse gehen, d. h., das Projekt wächst und entwickelt sich mit den Kindern.

Eine Integration der neu eingeschulter Kinder ist vorgesehen, so dass es sich zu einem jahrgangsübergreifenden Projekt entwickeln wird. Es werden Kinder mit verschiedenen Talenten und Interessen einbezogen: Es wird gesungen, getanzt, geschauspielert und gemalt. Handwerkliches Geschick beim Bühnenbildbau und Anfertigen der Kostüme ist ebenso gefragt wie das Talent zum Kartenverkauf!

**Zahl der an dem Projekt beteiligten Kinder**  
zurzeit 70 Kinder

#### Mitarbeiter der Elbinselschule

- Andrea Schuberth, Projektverantwortliche für die EIS
- Ingrid Reinhard, stellvertretende Schulleiterin EIS
- viele Lehrerinnen und Lehrer der EIS



Abb.: Mit viel Liebe zum Detail entstanden durch das Engagement zahlreicher Schülerinnen und Schüler wunderschöne Kostüme und Bühnenbilder. Foto: Elbinselschule Wilhelmsburg

### Die Initiatoren

#### Die Stiftung Kinderjahre

Kinder und ihre Bildung sind lebenswichtig für die Zukunft unserer Gesellschaft. Chancen und Perspektiven sind ungerecht verteilt. Viele Kinder leben an der Armutsgrenze.

Deshalb setzt sich die Stiftung Kinderjahre für Chancen sozial und emotional benachteiligter Kinder ein mit mehreren Projekten und Initiativen, vorwiegend in sozialen Brennpunkten, unter den Maximen Bildung und nachhaltige Wertevermittlung.

Kunst, Kultur, Musik, Bewegung und Sport sowie ein neues Bewusstsein für Ernährung stehen dabei im Fokus. Denn diese Fächer fördern Intelligenz, Eigeninitiative und Lebensfreude und tragen damit zu mehr Integration und gesellschaftlichem Zusammenhalt bei – gegen Ausgrenzung, Armut und Jugendgewalt!

#### Kontakt Stiftung Kinderjahre

- Hannelore Lay, Vorsitzende des Vorstandes, [h.lay@stiftung-kinderjahre.de](mailto:h.lay@stiftung-kinderjahre.de)
- Peter Krause, Mitglied des Vorstandes, [krause@stiftung-kinderjahre.de](mailto:krause@stiftung-kinderjahre.de)
- Dirk Vorwerk, Mitglied des Kuratoriums, [vorwerk@stiftung-kinderjahre.de](mailto:vorwerk@stiftung-kinderjahre.de)

Stiftung Kinderjahre

Sierichstraße 48, 22301 Hamburg

Tel.: (040) 539 49 41, Fax: (040) 39 49 42

[info@stiftung-kinderjahre.de](mailto:info@stiftung-kinderjahre.de)

[www.stiftung-kinderjahre.de](http://www.stiftung-kinderjahre.de)

## 5.2 Der Profilbereich „Natur und Umwelt“ an der Elbinselschule Wilhelmsburg

Anne Harder, Sandra Klatte und Stefanie Quandt

Wer schon immer einmal forschen, experimentieren oder die Natur beobachten und entdecken wollte, der ist bei uns genau an der richtigen Stelle. Ein wichtiges Ziel unseres Profils ist es, die Kinder möglichst früh an naturwissenschaftliche Arbeitsweisen heranzuführen.

Bei uns können die Schülerinnen und Schüler durch verschiedene Projekte, welche die Bereiche Natur und Umwelt behandeln, ganzheitlich mit allen Sinnen begreifen. Gemeinsam soll ein naturnaher Erlebnisbereich auf dem Schulgelände in der Rahmwerder Straße aufgebaut werden.

### Dazu gehören zum Beispiel:

- Klein, aber oho: Im Insektenhotel finden Bienen, Käfer und allerlei kleinste Tiere einen Unterschlupf.
- Beim Bau unserer Kräuterspirale lernen unsere Kinder die Wirkung verschiedenster Pflanzen kennen.
- Wir ernähren uns gesund! Nach der Pflanzung unserer Streuobstwiese ernten die Kinder die Früchte und erstellen daraus leckere Produkte.
- Hoch hinaus geht es mit der Vogelstation. Hier lernen unsere Kinder unterschiedliche heimische Vögel kennen und bauen unseren fliegenden Freunden Behausungen für deren Nachwuchs.

### Unerklärbares wird erklärbar gemacht ...

Dadurch bieten wir den Schülerinnen und Schülern nicht nur einen naturnahen Raum, in dem sie sich und die Natur erleben, vielmehr können die Kinder bei der Gestaltung unserer Projekte aktiv mitwirken und ihre Ideen einbringen. Weitere spannende Projekte sind in Planung. Über tatkräftige Unterstützung der Eltern freuen wir uns sehr!

The screenshot shows the website for Elbinselschule Hamburg-Wilhelmsburg. The header includes the school logo and the name 'ELBINSELSCHULE Hamburg-Wilhelmsburg'. A navigation bar contains links for 'Schule', 'Kunst und Musik', 'Englisch Immersiv', 'Natur und Umwelt', and 'Konzept & Innovation'. The 'Natur und Umwelt' section is active, showing a menu with 'Aktuelles', 'Über uns', 'Grußwort', 'Lerngruppen', and 'Team 1'. Below this is a large photo of an outdoor area with tables and chairs. To the right of the photo is a search bar and an 'Information' menu with 'EIS-NEWS' and 'Schulbrochüre'. The main content area features three news items: 'Einladung zur Informationsveranstaltung Vorschule und Klasse 1' (dated 22.11.2012), 'Die neuen EIS-NEWS sind online', and 'Vorankündigung für die Anmeldung zum Vorschulbereich und Klasse 1'.

## 5.3 Sammeln, bauen, wohnen: Wir präsentieren unser Insektenhotel an der Elbinselschule Wilhelmsburg

Anne Harder, Sandra Klatte und Stefanie Quandt

Viele von uns brechen nicht gleich in Verzückungsschreie aus, wenn sie das Wort „Insekten“ hören. Meist denkt man automatisch an den Stachel einer Wespe oder das Summen einer Mücke im Halbschlaf. Warum also bauen wir ihnen ein Hotel?

Insekten sind nützlich: Viele Insekten, wie beispielsweise Florfliegen, Schwebfliegen, Bienen, Ohrwürmer oder Marienkäfer sind äußerst nützlich. Sie ernähren sich von Blattläusen und anderen Schädlingen. Weiterhin tragen viele Insekten zur Bestäubung unserer Obstbäume bei und bescheren uns somit im Herbst eine gute Ernte. Die Larve der Florfliege kann sogar beides: Während sich die Larven von Blattläusen ernährt, lebt das erwachsene Insekt vom Blütennektar. Daher wird die Florfliege auch als Nützling bezeichnet.

Ein Platz zum Überwintern: Leider gibt es inzwischen immer weniger Nützlinge in den Gärten und auch auf unserem Schulgelände, weil sie nicht genug geeignete Plätze finden, um ihre Eier abzulegen. Unser Insektenhotel soll den Tieren einen geeigneten Platz zur Eiablage und Über-

winterung bieten und uns im Sommer Beobachtungen mancher Bienenarten, die wir sonst niemals zu sehen bekommen, ermöglichen.

### Und dafür haben wir ordentlich geschwitzt:

Das Hotel haben wir ähnlich wie ein Regal gebaut. Dazu mussten wir sägen, bohren, lackieren, binden, hämmern, sammeln und vieles mehr. Um die Tiere vor Nässe zu schützen, durfte natürlich ein Dach nicht fehlen.

Alle unter einem Dach: Damit das Hotel von möglichst vielen verschiedenen Insekten angenommen wird, haben wir für den Bau der jeweiligen „Zimmer“ verschiedene Materialien verwendet: Tonziegel, durchbohrte Baumscheiben, Stroh, Bambusstäbe, Tannenzapfen und Astschnitt.

Danke für Ihre Unterstützung! Das Aufstellen war gar nicht so einfach ..., aber durch die tatkräftige Unterstützung einiger Eltern steht es jetzt an einem sonnigen und geschützten Ort, ganz in der Nähe unserer zukünftigen Kräuterspirale.



Abb. (von links): Schülerinnen und Schüler sägten, bohrten, hämmerten und lackierten für das neue Insektenhotel. • Durch die tatkräftige Unterstützung einiger Eltern konnte es an seinem jetzigen Standort aufgestellt werden. Fotos: Elbinselschule Wilhelmsburg

## 5.4 Mit LebensArt zum Glück

Rita Gerhardt, Frederike Warnholtz und Björn Lengwenus

### Das Schulfach Glück an der Stadtteilschule Barmbek, Standort Fraenkelstraße

Es klopft an die Tür im Leitungsbüro. Normalerweise ist nun ein Streit zu schlichten. Vielleicht sogar eine echte Krise zu überwinden oder eine Schülerin oder einen Schüler nach Hause zu schicken. Doch vor mir steht Dennis aus der fünften Klasse. Er ist aufgeregt und erzählt: „Wir haben uns in LebensArt so gut benommen. Zur Belohnung dürfen wir nun alle zusammen die ersten Sonnenstrahlen des Jahres auf dem Schulhof genießen. Machen Sie mit?“

Es ist Januar. Ich schaue durchs Fenster. An Sonnenstrahlen hatte ich an diesem arbeitsreichen Tag bislang nicht denken können. Also lege ich meinen Stift zur Seite und gehe mit. Auf dem Schulhof stehen sie: 25 Kinder der fünften Klasse. Viele mit haarsträubenden Problemen zuhause. Sie alle mussten die erste große Niederlage unseres Bildungssystems hinnehmen: Keine Empfehlung fürs Gymnasium. Aussortiert in der vierten Klasse. Zehnjährige Verlierer? Gefühlt schon. Sie stehen in einer Reihe und halten die

Augen geschlossen. Ich schließe auch meine Augen und sofort wird die Haut warm. Die Sonne. Oder ist es vielleicht das Herz, das warm wird? Immer wieder muss ich blinzeln zu den Kindern schauen.

Ist das, was ich gerade erlebe „Schulfach Glück“? Ist das „LebensArt – die Kunst des Lebens“? Haben wir mit unserer Idee auf ganzer Linie gewonnen? Natürlich nicht. Es ist kaum ein halbes Jahr her, dass wir unser neues Schulfach „LebensArt“ fünfständig in Klasse fünf eingeführt haben. Und so einfach – das müssen wir auch heute im vierten Schuljahr nach der Einführung feststellen – ist es wohl doch nicht, „die Kunst des Lebens“ zu erlernen.

Das Leben ist eben bunt. Und wäre es so einfach, wie an diesem Nachmittag zu durchschauen, bräuchte man weder das Schulfach Glück noch „LebensArt“. Aber warum ist das überhaupt nötig? Welche Veränderungen der Gesellschaft brachten uns dazu, über ein „neues“ Schulfach nachzudenken?



Abb. (von links): das Schulfach „LebensArt – die Kunst des Lebens“ an der STS Barmbek, Standort Fraenkelstraße · In Klasse 5 führen die Schülerinnen und Schüler ein Dankbarkeits-Tagebuch. Fotos: STS Barmbek, Standort Fraenkelstraße



Abb.: Neue Horizonte entdecken: Exkursionen, wie hier eine Wattwanderung an der Nordsee, sind ein belebender Bestandteil des Unterrichts. Foto: STS Barmbek, Standort Fraenkelstraße

Der rapide Wandel zur globalisierten Wissensgesellschaft stellt verschärfte Anforderungen an den Arbeitsmarkt und mittelbar auch an die Bildungsinstitutionen. Es kommen stets neue Anforderungen auf die Schulen zu. Von Schulen wird erwartet, neben fachlichen vor allem auch die sozialen Kompetenzen der Schülerinnen und Schülern zu entwickeln, mit dem Ziel, gesellschaftlich verursachte Defizite auszugleichen:

Durch die demographische Entwicklung und den Wandel der Lebensformen hat die Kleinfamilie ihre Stellung eingebüßt: Neben alternativen Lebensformen wie zum Beispiel nichtehelichen Lebensgemeinschaften und Patchwork-Familien steigt der Anteil der alleinerziehenden Eltern von Jahr zu Jahr. Somit müssen sich immer mehr Eltern dieser großen Verantwortung stellen und immer mehr Frauen und Männer fühlen sich überfordert, ihre Kinder aufzuziehen und zu erziehen.

Dadurch, dass traditionelle soziale Netzwerke, wie z. B. Familien, immer weniger die Vermitt-

lung von Grundorientierung leisten, bleiben Kinder, aber vor allem Jugendliche, bei Entscheidungen über ihre Lebensgestaltung zunehmend auf sich gestellt.

Auch geht im heutigen Medienzeitalter aufgrund der Heterogenität und Multikulturalität der Gesellschaft der Werte stiftende Einfluss von Religionen, Traditionen und politischen Institutionen immer weiter zurück.

Jugendliche sind dem Einfluss der Massenmedien, Peergroups und kommerziell geschaffenen Jugendtrends ausgeliefert und erhalten über sie Informationen und Impulse zur Lebensgestaltung. Somit fehlt ihnen eine Grundorientierung und eine Basis für ein zufriedenes und erfolgreiches Leben.

Nicht nur die schulischen Leistungen, sondern auch die Zukunftsperspektiven hängen im hohen Maße vom jeweiligen familiären Hintergrund und dem sozialen Umfeld der Schülerinnen und Schüler ab. Es scheint, als sorgen

soziale Ungleichheiten für unterschiedliche Voraussetzungen, das Leben so zu gestalten, dass es ein gelungenes, glückliches Leben wird. Viele unserer Schülerinnen und Schüler kommen aus sozial schwachen Familien, in denen wenig für Bildung, für die Stärkung des Selbstbewusstseins, für ein höfliches Miteinander und positive Freizeitgestaltung gesorgt wird.

Es ist zu beobachten, dass die Eltern mit bildungsfernem und sozial schwachem Hintergrund oftmals Lebensbewertungs- und Bewältigungsmuster verinnerlicht haben, die von Frust, Aggression, Pessimismus und Perspektivlosigkeit geprägt sind und diese auf die Kinder zurückwirken.

Hinzu kommt, dass unsere Schülerinnen und Schüler tatsächlich als „gefühlte“ Aussortierte in unsere fünften Klassen kommen. Auffällig ist, dass diese häufig ein sehr negatives Selbstbild von sich haben. Sie haben während der Grundschulzeit viele Enttäuschungen erfahren, waren oft von sich selber enttäuscht und von Versagensängsten geplagt. Oft ist zu hören: „Das schaffe ich doch nicht!“, „Das kann ich eh nicht!“, „Wozu?“.

Es ist darum sehr schwierig, in den direkten Unterricht einzusteigen. Woher sollen die Schüler innen und Schüler zum Beispiel die Motivation nehmen, Mathe zu lernen? Das geringe Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten und die geringe Selbstachtung wirken sich nicht nur auf das Lernen, sondern auch auf die Atmosphäre in der Klasse aus.



Abb.: Eine wichtige Aufgabe: Kinder entwickeln neue Bilder von sich und erarbeiten effektivere Muster, die für ihre Zukunft bedeutsam sind. Foto: STS Barmbek, Standort Fraenkelstraße

Es heißt immer, man muss die Schülerinnen und Schüler dort abholen, wo sie stehen. Wir stehen also vor der Herausforderung, den Kindern, die das Zutrauen zu sich selbst und zum eigenen Leben weitgehend verloren haben, einen neuen Zugang zum Lernen zu ermöglichen. Aber wie?

Eine wichtige Aufgabe sehen wir darin, dass die Kinder neue Bilder von sich entwickeln und effektivere Muster erarbeiten, die für ihre Zukunft bedeutsam sind. Wir haben für uns festgestellt, dass Schule sich zwar immer stärker mit dem Erziehungsauftrag konfrontiert sieht, dass aber die traditionellen Formen von Unterricht aufgrund ihrer Unterrichts- und Fächerstruktur dem gesellschaftlichen Umbruch und den Bedürfnissen unserer Kinder nicht mehr gerecht werden.

Die Schulreform ermöglichte es uns, diese Erkenntnisse aufzugreifen. Denn mit der Reform kam auch die Kontingenzstundentafel, die es Schulen ermöglicht, eigene Profile zu schärfen. Diese Chance hat die damalige Schule Fraenkelstraße (heute fortgeführt in der Stadtteilschule Barmbek) genutzt und zum Schuljahr 2009/2010 die „Didaktik der Lebenskunst“ implementiert.

Und dieses neue Fach bekam den Namen „LebensArt“. Genauso gut hätte es „Schulfach Glück“ heißen können. Aber auf den Namen kommt es dabei sowieso nicht an. Sondern auf die Haltung – besonders auf die Haltung der LebensArt-oder-Glück-unterrichtenden Lehrkräfte.

Als das Fach aus dem Pilotstatus hinausgewachsen war und sich aus der Beobachtungsstufe in die Mittelstufe ausbreitete, wurde wieder ein Antrag an die Schulkonferenz gestellt. Als neue Stadtteilschule Barmbek saßen auch drei Oberstufenschülerinnen und -schüler in dem Gremium, die sich genauere Gedanken machten: „Welche Qualifikationen müsse denn eine Lehrkraft besitzen, der LebensArt unterrichtet?“ Und während noch über die Antwort nachgedacht wurde, gaben sie sich selbst die Antwort: „Na, klar der muss einfach selbst das Leben lieben!“

Gibt es eine höhere Qualifikationsvoraussetzung? Die LebensArt-Lehrkräfte haben über die Jahre ein Curriculum zusammengestellt, das mit Themenfeldern arbeitet und auf diese Weise dynamisch bleibt.



Abb. (von links): Ein Hauch von Abenteuer: die Erkundung einer alten Lokomotive · Teilnahme an Wettbewerben: Der Mut, sich zu messen, die Niederlage zu kalkulieren und den Sieg zu riskieren. · Gemeinschaftliches Grillen im Rahmen der Aktion „24-Stunden draußen“. Fotos: STS Barmbek, Standort Fraenkelstraße

Das Hauptziel einer Didaktik der Lebenskunst ist es, den Jugendlichen unter dem Aspekt der Chancengleichheit Instrumente an die Hand zu geben, die sie stabiler und selbstbewusster machen. Schule kann nur dann das notwendige Wissen und die geforderten Arbeitsformen wirkungsvoll vermitteln, wenn es ihr gelingt, den Schülern Unterstützung bei der Bewältigung ihrer Lebensprobleme zu geben. Die wichtigste Hilfe besteht dabei darin, ihnen Erfahrungsräume zu öffnen, in denen sie ihre eigenen Stärken entdecken und erproben können. Durch die Inhalte des Fachs soll die Motivation, Lebensfreude und Lebensqualität der benachteiligten Schülerinnen und Schüler geweckt und gestärkt werden, damit kognitive, soziale und ästhetische Fähigkeiten und Fertigkeiten erworben werden können.

Vor allem den benachteiligten Kindern soll nahe gebracht werden: „Dein Leben ist eine Leinwand, du kannst dir das Leben in vielen Bereichen selbst gestalten, es beeinflussen und dich und dein Leben wertschätzen.“ Erst wenn die Schülerinnen und Schüler sich selbst achten und lieben und auch das Leben lieben lernen, ist eine Basis vorhanden, die Lernen einen Sinn gibt und die Motivation erzeugt. Die Schüler sollen Erfolge wahrnehmen, Glück verspüren und Misserfolge akzeptieren.

So finden sich in der fünften Klasse die Themenfelder Abenteuer Alltag, Achtung und Anerkennung, Selbstverantwortung und Selbstwertgefühl im Curriculum. Für jedes Themenfeld gibt es mittlerweile eine große Anzahl von Bausteinen, die je nach Klassensituation entworfen

wurden. Da stehen die Schülerinnen und Schüler auf Slacklines, um wie Beppo der Straßenfeger bei Momo zu lernen, dass große Aufgaben eben nur „Schritt für Schritt“ erledigt werden können. Es wird über Hygiene und Körperpflege diskutiert, ebenso wie sich „Zeit für Komplimente“ gelassen wird.

Feste Bestandteile des Curriculums sind die LebensArt-Pfeiler. Aktionen und Inhalte, die verbindlich in allen Unterrichtsgruppen stattfinden. Dazu gehört das Dankbarkeitstagebuch, in das ritualisiert Woche für Woche die guten Momente des eigenen Lebens eingetragen werden. Eine gute Erinnerungshilfe an schlechten Tagen. Selbstredend, dass auch die Lehrkräfte mitschreiben.

Dazu gehört auch die Teilnahme an Wettbewerben. Der Mut, sich zu messen, die Niederlage zu kalkulieren und den Sieg zu riskieren. Ohne Wettbewerb keine Siegchance.

Und auch die Aktion „24-Stunden draußen“, bei der sich die Lerngruppe 24 Stunden (meist von 10 Uhr bis 10 Uhr) außerhalb geschlossener Räume aufhalten muss. Das Programm wird von den Schülerinnen und Schülern selbst gemacht. Gleichzeitig ist es damit eine Einführung in die Spielpädagogik, denn während bei der ersten „24 Stunden“-Aktion noch so manche Langeweile ausbricht, weiß man spätestens beim zweiten Mal, was man „draußen“ so alles erleben kann. Oberste Regel: Die Lehrkräfte spielen gerne mit, leiten aber nichts an. Geschlafen wird unter freiem Himmel. Zelte sind nicht erlaubt. Wenn es

regnet, helfen Tarps. Gekocht wird am Feuer. Das klingt romantisch – wer allerdings schon einmal bei Regen ein Feuer entzündet hat, weiß, was er geleistet hat. Und manch einer stellt dann beim gemeinsamen Frühstück am Feuer fest, dass Apfelmus tatsächlich aus Äpfeln gekocht werden kann.

Drei intensive Jahre LebensArt liegen hinter uns. Gemeinsam mit anderen glückssuchenden Schulen arbeiten wir im „Schulfach-Glück“-Netzwerk der Stiftung Kinderjahre mit. Dort gehen alle unterschiedliche Wege für den gleichen Ansatz. Und dieser Austausch tut gut.

Und vielleicht gibt es von der Stiftung, bei all den Siegeln, die von Umweltschule bis „gesunde Schule“ an deutschen Schulgebäuden hängen, bald noch ein weiteres: „Glückliche Schule!“

Wäre das nicht mal ein Siegel: Glückliche Schule? Wie gerne würden wir dieses von uns behaupten! Aber es ist eine lange Straße und wir fegen gerade wie Beppo die ersten Meter.

Wir haben begriffen, dass Glück nicht erzwingbar ist, dass LebensArt nicht allein im Fachunterricht betrieben werden kann. Es muss in allen Fächern und von allen Lehrkräften getragen werden. Eine ganze Schule muss diese Einstellung leben. Und jeder muss auch seine eigene LebensArt pflegen und hinterfragen. So einfach und so schwer ist das.

Und ein Letztes: Wann haben Sie denn eigentlich das letzte Mal unter freiem Himmel geschlafen?

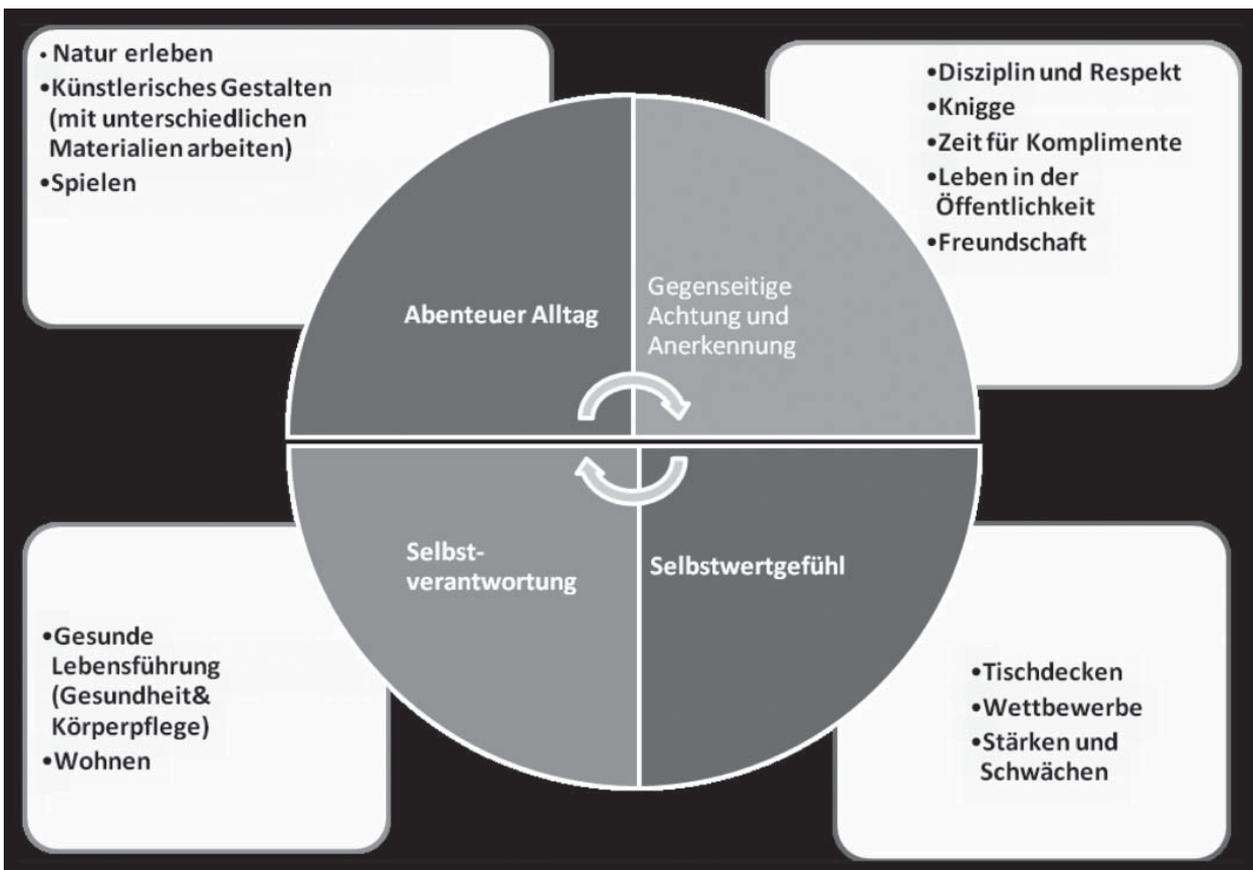


Abb.: Inhalte und Methoden des Faches LebensArt und Glück. Grafik: STS Barmbek, Standort Fraenkelstraße

## 5.5 Schulfach Glück an der Ganztagschule Lämmersieth

Michael Hahn, Rebekka Harning, Antje Kilicli und Patrizia Renz

Wir erfahren die Vielfalt unserer Schülerschaft als Bereicherung und stellen uns darauf ein. Wir möchten, dass unsere Schülerinnen und Schüler in ihrer Grundschulzeit vielfältige Erfahrungen machen, die sie stark werden lassen. Hierfür schaffen wir Lernsituationen, in denen sie zu Sichtweisen gelangen, die ein positives Empfinden und Lernen fördern:

- Ich bin einzigartig: sich selbst als wertvolle Persönlichkeit erfahren/eigene Stärken erkennen
- Ich Sorge für mich und andere: Selbstständigkeit, Stärke erfahren/anderen helfen gibt Bedeutung, Sinn
- Ich entdecke meine Welt: Neues entdecken/lernen, wachsen
- Ich erschaffe Wunderbares: etwas produzieren gibt Selbstwert/Spuren hinterlassen gibt Sinn
- Ich gehöre dazu – wir gehören zusammen: sich als Teil einer Gemeinschaft erleben/Geborgenheit erfahren

Die „Ich“-Formulierung drückt die Eigenverantwortlichkeit beim „Erlernen von Glück“ aus, das heißt, neben Zufallsglück und äußeren Umständen kann und soll auch jeder selbst etwas für sein Glück tun.

Im Schulfach Glück ist es wichtig, bestimmte Schlüsselerfahrungen in der Klassengemeinschaft zu machen, die die Bezugsgruppe ist, die das Kind in den Schuljahren trägt und spiegelt. An der Schule Lämmersieth verankern wir das Schulfach Glück im Unterricht als Lernbereich in der Klassengemeinschaft, sowie im Schulleben.

### Für die Klassengemeinschaft:

- Ein Musical, bzw. Theaterprojekt mit der Klasse, wird mindestens einmal in der Grundschulzeit durchgeführt.
- In der Kinderküche finden Koch-, Kinderrestaurant- und Catering-Projekte mit Profis statt.
- Die Klassen arbeiten regelmäßig in der Kunstetage mit Künstlern.

- Erleben und Reflexionen, die helfen, sich Glück zu schaffen. (Naturerfahrung, Resilienz-Übungen u. a.)
- Klassenrat und Kinderkonferenz.
- Regelmäßige Arbeit im Schulgarten.

### „Glücks“-Aspekte in unserem Schulleben:

- Präsentationen (z. B. Vernissage der Kunstetage) fördern die Freude an der eigenen Leistung.
- Gesundheits-Projekte schaffen ein Bewusstsein für körperliches Wohlbefinden.
- Karate, Sport- und Tanzangebote vermitteln Freude an Bewegung und Ausdruck.
- In Assemblys und Festen wird Gemeinschaft geübt und Freude an ihr erlebt.
- Besondere Räume – Bücherei, Insel, Yoga-raum, die Kunstetage – ermöglichen Erfahrungen, die die Grundlage für seelisches Wohlbefinden bilden.
- Auf dem Bauspielplatz werden Abenteuerlust und Gemeinschaft gelebt.
- Vielfältige Kurse ermöglichen den Kindern, eigene Interessen zu entdecken und sich darin zu erproben. (u. a. Schlagzeug, Schach, Arbeiten mit Ton, Werken, Nähen, PC-Werkstatt, Fußball für Jungs, Fußball für Mädchen, Tanz, Hip-Hop, Basteln, Kunstetage, Zeichnen, Knetwerkstatt, Spielhaus)
- Soziale Verantwortung wird erfahren durch Patenschaften und im Streitschlichter-Programm.
- Durch Ausflüge und Feste wird Lebensfreude gemeinsam erlebt.

### Projektresümee: Schulfach „Glück“ an der Schule Lämmersieth

Zum zweiten Mal wird an der Schule Lämmersieth für 4. Klassen ein Schulfach „Glück“ angeboten, für das Kapazitäten aus dem Kontingent des Religions-, Theater- und Musikunterrichts separiert und mit Stunden freier Gestaltung ergänzt werden. Mit einem derart gewährleisteten eigenen kontinuierlichen Unterrichtsprogramm können diverse Aktivitäten zum Lernbereich „Glück“ im Schulleben verankert werden, insbe-

sondere durch Mitwirkung der Schülerinnen und Schüler in der Kunst-Etage (siehe Artikel hierzu), die mit verschiedenen Kursen korrespondieren von der Ernährungsschulung und Gesundheitsförderung bis hin zum Theaterspiel, die in den jüngeren Klassenstufen durchgeführt werden.

#### Ein Beispiel aus der Praxis:

Ein Projektbestandteil des Lernbereichs „Glück“ ist die Arbeit im Schulgarten, die bei den Schülerinnen und Schüler auf derartige Begeisterung stieß, dass einige Schülerteams sich sogar eine Fortsetzung des Kurses in den Schulferien wünschten. Die gemeinschaftliche Gartenpflege förderte das Zusammengehörigkeits- und Verantwortungsgefühl, teamübergreifend waren alle gleichberechtigt und arbeitsteilig am Resultat beteiligt, bei den Schülergruppen war eine hohe Motivation festzustellen und Zufriedenheit angesichts der erbrachten Leistungen. Zu den grundlegenden Erfahrungen, die für die Schülerinnen und Schüler durch die Beschäftigung im Freien möglich sind, gehören auch die intensivere Wahrnehmung, die Steigerung der Aufmerksamkeit und Sensibilität für die Vielfalt von Flora und Fauna. So wurden zunächst verächtlich betrachtete oder übersehene Tiere wie die Regenwürmer oder die Lebewesen im Teich des Schulgartens erst nach einem mehrminütigen genauen Studium und der Erläuterung der unterschiedlichen nützlichen Funktionen richtig gewürdigt und mit zunehmender Freude nunmehr regelmäßig beobachtet.

Solche konzentrierten Reflexions-Phasen fördern immer wieder, mit dem entsprechenden Wissenszuwachs den Erkenntnis- und Entdeckungswillen der Schülerinnen und Schüler, noch mehr über die Voraussetzungen und Wirkungen der eigenen Arbeit in der Natur zu erfahren.

Auch die Resultate solcher intensiven Tätigkeit erfahren eine neue Wertschätzung und sorgen

für „Glück“ mit einfachen Mitteln: Nach der Ernte der im Schulgarten gezogenen und gepflegten Pflanzen und Früchte wird beim gemeinsamen Kochen die jeweils passende Zubereitung erprobt, etwa bei Zucchini oder Kürbis. Die dafür eingerichtete Kinderküche bietet vier Kochstellen für Küchen-Teams in kindgerechter Höhe, ihre Ausstattung wird mit Hilfe der Stiftung „Kinderjahre“ perspektivisch weiter vervollständigt.

Ein wichtiger Aspekt der genannten Arbeiten ist die Erfahrung, dass es oft keiner umfangreichen technischen und kostspieligen Voraussetzungen bedarf, um sich mit der gerade ausgeübten Tätigkeit wohlzufühlen und zufriedenstellende Ergebnisse zu erreichen – am wichtigsten sind Aufgeschlossenheit, Neugier und vor allem Zeit für das jeweilige Unternehmen, damit die gewählte Arbeit einen erholsamen Kontrast vom Alltag darstellt.

Wie bei den Tätigkeiten im Schulgarten wird den Schülerinnen und Schülern im Lernbereich „Glück“ klar, dass das Gefühl der Zufriedenheit sich nicht rasch und ohne Engagement einstellt. So erfahren die Akteure bei Theater-, Tanz- und Musikprojekten mit terminlich fixierten Aufführungszielen, wie unabdingbar für das Gelingen der Arbeit ihr Durchhaltevermögen ist. Das Gemeinschaftsgefühl, das sich bei der Vorbereitung von Aufführungen einstellt, gleicht auch manche Anstrengung aus. Spürbar bleibt – dies zeigen viele Reaktionen – die Freude über die Möglichkeiten, seine eigenen Fähigkeiten und seine Lebenswelt kennenzulernen.

Besonderer Dank geht an die Stiftung Kinderjahre für die engagierte Unterstützung.



Abb.: Kunst im Schulgarten der Schule Lammersbach

## 5.6 Die Kunstetage an der Ganztagschule Lämmersieth

Michael Hahn, Rebekka Harning, Antje Kilicli und Patrizia Renz

Die Schule Lämmersieth hat eine in Hamburg einzigartige Einrichtung: Im Oktober 2008 ist im dritten Stock des denkmalgeschützten Schulgebäudes die „Kunstetage“ entstanden, ein Kunstprojekt, das alle Schulklassen der Schule einbezieht. Die „Kunstetage“ bietet den Schülerinnen und Schülern großzügigen Schaffens- und Präsentationsraum für ihre künstlerischen Arbeiten.

Hier können die Schülerinnen und Schüler unter Anleitung von Künstlern und Kunstpädagogen ihre Kreativität entfalten und anschließend ihre Werke „professionell“ ausstellen. Sie erleben und lernen, wie eine Ausstellung entsteht, vom Kreieren des eigenen Kunstwerkes bis zur Präsentation in der Schulgalerie mit festlicher Ausstellungseröffnung. Die Schüler genießen dieses Kulturleben in der Schule und natürlich auch die Wertschätzung ihrer Arbeiten.

Aus Kartons, Pappe und Papier entstehen in gemeinschaftlicher Arbeit überlebensgroße Tiere und Figuren, Häuser, Masken oder dann in Einzelarbeit z.B. das „Lieblingstier“. Die Schüler werden ermutigt, ihre Fantasie zu entfalten, ei-

gene Formen und Farbkombinationen zu entdecken und zu entwickeln. Hierzu dient auch unsere Knetwerkstatt, die spielerisch das Ausprobieren von Farbe und Form ermöglicht.

Auch die Verbindung von Kunst und Naturwissenschaften ist ein Anliegen der „Kunstetage“. In der „Dürer-Werkstatt“ werden fachübergreifend biologische Formen erkundet und dann künstlerisch umgesetzt. So entstand ein riesiger Feuersalamander, zahlreiche Schlangen, Schildkröten, Schnecken oder der filigrane Insektenvorhang. Ein Farbenmisch-Projekt untersucht experimentell das Verhalten der Farben und veranschaulicht auf praktische Weise das Wesen der Farbkreise.

Die „Kunstetage“ soll nicht nur fester Bestandteil des Schullebens sein, sondern auch in den Stadtteil wirken. So werden Ausstellungen mit Plakaten bekannt gemacht, Kunstobjekte auch außerhalb der Schule gezeigt, Kooperationen mit anderen Schulen sorgen für einen Austausch verschiedener Projekte.

Dass die „Kunstetage“ ein wichtiger Baustein sein kann, um Schülerinnen und Schüler zum



Abb.: Hochkonzentriert und mit viel Begeisterung: Schüler stellen Pinguine aus Pappmaché her, die anschließend liebevoll bemalt werden. Fotos: Schule Lämmersieth



Abb.: Die Kunstetage bietet Platz und Raum für Kreativität: z. B. für Giraffen aus Pappmaché in XXL. Foto: Schule Lämmersieth

ganzheitlichen Lernen einzuladen und Spaß am kreativen Entdecken und Ausprobieren zu entwickeln, hat sich herumgesprochen: Neben dem Preis der „Bildungsinitiative der Kulturstiftung der Länder – KINDER ZUM OLYMP!“ – erhielt die „Kunstetage“ zuletzt auch den Hamburger Bildungspreis, ausgelobt von der Hamburger Sparkasse und dem Hamburger Abendblatt.

Durch die unterschiedlichsten Angebote und Möglichkeiten der umfassenden und zuge-

wandten sozialpädagogischen Begleitung und Betreuung, der intensiven Beschäftigung mit den vielfältigsten Materialien sowie den Raum, der den Kindern gegeben wird, sich auszudrücken und damit die eigene Wahrnehmung zu schärfen und sich selbst, das Gegenüber und die Welt ganz neu zu entdecken, stellt die Kunstetage in Ansatz, Umsetzung und Ergebnis die optimale Realisierung des Schulfaches Glück in der Praxis dar und ist damit ein Vorzeigeprojekt der Stiftung Kinderjahre – für mehr Bildung und nachhaltige Wertevermittlung und ein besseres und lebenswertes Miteinander!

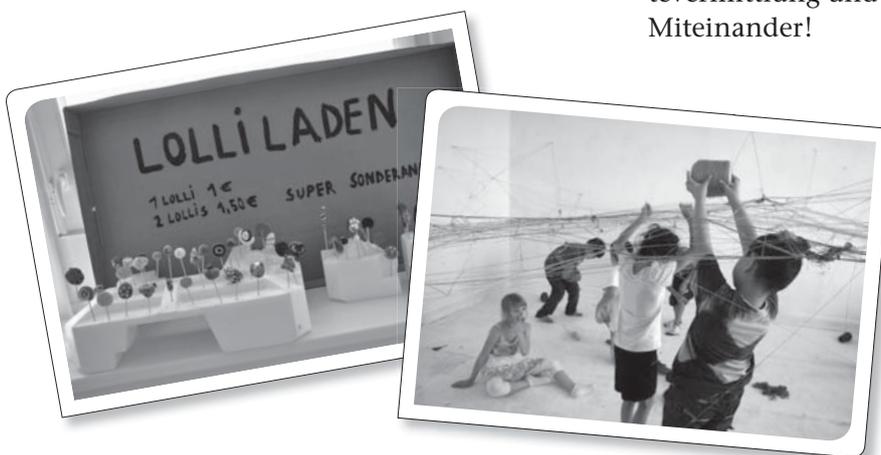


Abb.: Ob Lolli-Laden oder ein Kunst-Happening: Die Kunstetage ist ein wichtiger Baustein, um Schülerinnen und Schüler zum ganzheitlichen Lernen einzuladen und Spaß am kreativen Entdecken und Ausprobieren zu entwickeln. Fotos: Schule Lämmersieth

## 5.7 Natur erforschen an der Ganztagschule Lämmersieth

Henry C. Brinker, Volker Dümenil, Hannelore Lay und Tanja Oberreuter

Im Rahmen des Schulfachs Glück wird Gesundheitsförderung an der Schule Lämmersieth in Dulsberg groß geschrieben. Kochkurse, eine vollwertige Schulverpflegung, bewegte Pausen und gestaltete Lernräume werden im Lebensfach „Glück“ thematisiert und umgesetzt. Körperliches Wohlbefinden sind Grundvoraussetzungen, um dem Schulunterricht folgen zu können. Doch was passiert nach dem Schulunterricht?

Gerade bei Kindern, die in städtischen Umgebungen aufwachsen, dominieren Technik und Verkehr den Alltag, so dass viele Schülerinnen und Schüler nicht allein vor die Haustür gehen oder durch die Natur stromern. Mehr als die Hälfte der deutschen Kinder spielt fast ausschließlich in geschlossenen Räumen. Teilweise auch, weil bereits deren Eltern keinen Zugang mehr zur Natur haben. Der Alltag wird von Medien wie dem Fernseher und Computer gesteuert.

Dabei fördern Wald und Wiese die Psychomotorik zum Nulltarif! Die Natur hat einen großen Einfluss auf die Hirnreifung und wirkt sich positiv auf die Entwicklung der Sprache und Lernfähigkeit aus. Da Kinder für eine gesunde und vitale Entwicklung Bewegung und die Begegnung mit Tieren und Pflanzen brauchen, hat die Stiftung Kinderjahre das Projekt „Natur erforschen“ während des Ganztagsunterrichts an der Schule Lämmersieth ins Leben gerufen.

Das Unterrichtsfach „Natur erforschen“ führt die Kinder vielfältig an die Natur und den Umgang mit Tieren und Pflanzen heran und setzt sich aus folgenden Bausteinen zusammen:

### Besuch der Naturschutzzonen Wittmoor und Mellingburger Alsterschleife

Spielerisch und kindgerecht wird den Kindern der 3. und 4. Klasse die Natur vor Ort erklärt und näher gebracht. Die Lebens- und Verhaltensweisen heimischer Tiere können hier beobachtet werden. Sie können mit „einfachen“ Hilfsmitteln (z. B. Lupe und Kescher) untersuchen und erforschen, was sich alles in einem Bach, auf der Wiese oder in den Bäumen versteckt. Die hier gemachten Erfahrungen werden im naturwissenschaftlichem Raum der Schule gefestigt.

### Anlage eines Gartenteiches und Bach-Patenschaft für die Osterbek (zwei km)

Mit dem Bild der Naturschutzzonen vor Augen kann nun auf dem Schulgelände mit dem Anlegen einer eigenen Naturschutzzone begonnen werden. Die bestehende Freifläche vor der Schulkantine und Kinderküche im Hinterhof, bietet optimale Voraussetzungen für einen Gartenteich. Dieser Raum kann den Kindern später als Lebensraum dienen, um in den Pausen des Ganztagsunterrichts Energie und Kraft für kreatives Lernen zu schöpfen.



Im Sommer 2012 begann der Bau des Schulgartens im Rahmen des Projekts „Natur erforschen“. Durch die fleißige Unterstützung zahlreicher Freiwilliger entstand ein „grünes Klassenzimmer“, wo Natur erforscht werden kann.  
Fotos: Schule Lämmersieth

### Bachpatenschaft

Direkt an das Schulgelände angrenzend verläuft die Osterbek, ein Bach, der in Farmsen entspringt und in die Außenalster mündet. Mit der Reinigung und Pflege eines bestimmten Bereiches der Osterbek übernehmen die Kinder eine Bach-Patenschaft, die das Verantwortungsbewusstsein gegenüber der sie umgebenden Natur stärkt. Die Arbeit im Team und das Erreichen der gesteckten Ziele und die damit verbundenen Erfolgsergebnisse bringen nicht nur Spaß, sondern helfen den Kindern, soziale Kompetenzen aufzubauen.

### Wetterbeobachtung und -bestimmung

Ein weiterer wichtiger Punkt ist die Wetterbeobachtung und -bestimmung. Hier kann die Stiftung Kinderjahre auf einen langjährigen und engen Kontakt zur Sternwarte in Bergedorf und zum Planetarium verweisen. Es wird angestrebt, diese Einrichtungen in die Umsetzung einzubeziehen.

### Die Schule und das Schulgelände bieten großartige Voraussetzungen für die Umsetzung des Projektes „Natur erforschen“

Mit Herrn Wolf Kloebe, einem pensionierten Oberstudienrat mit den Fachbereichen Biologie und Chemie, steht dem Projekt ein ausgewiesener Fachmann zur Seite. Als aktives Mitglied des Naturschutzbundes hat Herr Kloebe Zugang zu verschiedenen Naturschutzzonen, wie dem Schutzgebiet Wittmoor und der Mellingburger Alsterschleife. Dort wurden unter seiner Anleitung Teiche angelegt und Nistplätze gebaut. Die Bachläufe wurden gereinigt und den besonderen Anforderungen zur Beobachtung der darin lebenden Tiere angepasst.

Die Schule Lämmersieth verfügt über eine Freifläche innerhalb des Schulgeländes, die sich ideal zur Anlage eines Schulgartens mit Gartenteich eignet. An das Schulgelände angrenzend verläuft die Osterbek. Der Bach kann, ohne eine Straße überqueren zu müssen, von der Schule aus erreicht werden. Die Schule verfügt über einen naturwissenschaftlichen Raum, in dem eine nachhaltige Aufarbeitung des vor Ort Erlernenen möglich ist. Dem Kollegium gehören unter anderem studierte Biologen und eine ausgebildete Gärtnerin an, die das Projekt „Natur erforschen“ mit den Kindern professionell und nachhaltig umsetzen können.

Die Schule Lämmersieth bietet als eine der wenigen Hamburger Schulen eine Ferien- und Anschlussbetreuung im Rahmen des Ganztagsunterrichts an. Das Lehrpersonal an dieser Schule zeichnet sich durch hohes Interesse an besonderen Aktivitäten aus, mit dem Ziel, die Schülerinnen und Schüler in ihrer Grundschulzeit vielfältige Erfahrungen machen zu lassen.

Kosten für die Besuche der Kinder und des Lehrpersonals in den Naturschutzzonen, der Sternwarte und des Planetariums entstehen für die:

- Vervollständigung der Ausrüstung des naturwissenschaftlichen Raumes der Schule,
- Übernahme einer Bach-Patenschaft sowie Arbeitsmaterialien,
- erforderlichen Arbeiten zum Anlegen eines eingezäunten Schulteiches und Garten, einschließlich Arbeitsmaterial und -geräte,
- Aufwandsentschädigung für den Pädagogen.

### Hintergründe

Das Projekt „Natur erforschen“ wird z. Zt. auch an der Elbinselschule unterrichtet. Beide Schulen befinden sich in einem Aufbauprozess als Ganztags- und Primarschule, um mehr Zeit für die Kinder und mit den Kindern zu haben. Es handelt sich um Kinder aus sozial schwachen Elternhäusern und/oder mit Migrationshintergrund. Die Kinder sind teilweise sehr schwierig zum Lernen zu motivieren, das Selbstwertgefühl ist bei einigen gebrochen und sie müssen lernen, soziale Kompetenzen aufzubauen.

Die Lehrerinnen und Lehrer der Schule Lämmersieth und der Elbinselschule haben sich für den Ganztagsbetrieb entschieden, um die Schülerinnen und Schüler eine glückliche Schulzeit erleben zu lassen, aus der sie Kraft für ihren weiteren Lebensweg schöpfen können.

Die Schule Lämmersieth ist eine Grundschule im Herzen von Dulsberg, einem der finanzschwächsten Stadtteile Hamburgs, mit 200 Kindern aus 50 Ländern.

Die Elbinselschule in Hamburg-Wilhelmsburg ist eine Schule, die zu 95% von Migrantenkinder besucht wird. Ein Zweig lernt bilingual. Die Kinder beider Schulen bringen von zu Hause teilweise krisengeprägte Biographien mit.

## 5.8 Leseparadies und LeseOase – Orte des Glücks in der Schule An der Seebek Susanne Krüger

Wir haben in der Schule An der Seebek vor fünf Jahren ein Paradies geschaffen und in diesem Jahr dazu eine Oase eingerichtet. Niemand wird abstreiten, dass beide Begriffe Glücksgefühle hervorrufen. Paradies und Oase sind positiv besetzte Orte, zu denen jeder sofort Bilder assoziiert, sich in seiner Vorstellung davontragen lässt.

Beide – das Paradies und die Oase – passen also wunderbar zu einem anderen Glück, das an unserer Schule das ganze Jahr über immer wieder neu erlebbar gemacht wird – zum Lesen!

Lesen soll Spaß machen, und wenn Lesen Spaß macht, dann erwirbt der Schüler so ganz nebenbei eine oder besser die zentrale Kompetenz für erfolgreiches Lernen – das sinnentnehmende Lesen.

Unsere Bibliothek „Leseparadies“ ist seit ihrer Eröffnung jeden Tag von 8.00 Uhr bis 13.00 Uhr geöffnet. Die Schülerinnen und Schüler leihen also nicht nur in den Pausen aus. Jede Klasse hat pro Woche eine Unterrichtsstunde fest gebucht. Es können aber auch kleinere Lerngruppen in der Bibliothek stöbern, lesen oder recherchieren.

Die Bibliothek ist von ehrenamtlichen Helfern besetzt, die auch dabei helfen, wenn die Kinder im angrenzenden Computerraum das Antolin-Programm nutzen wollen.

Die Kinder kommen gern, denn das „Leseparadies“ ist sehr gemütlich eingerichtet. Und – viel wichtiger – sie finden hier über 4000 Medien, die neuwertig sind und immer aktualisiert werden. Neben Bilderbüchern, Erstlesebüchern und angesagten Serien sind die vielen Sachbücher – insbesondere bei Jungen – sehr beliebt.

Das „Leseparadies“ ist aus unserem Schulleben mittlerweile nicht mehr wegzudenken. Kombiniert mit den regelmäßig im Schuljahr stattfindenden Autorenlesungen (in diesem November hatten wir zehn Autoren zu Gast!), dem schulinternen Vorlesewettbewerb im Frühjahr zum Welttag des Buches, dem Vorleseband (Lehrer lesen für Schülerinnen und Schüler aus ihren Lieblingsbüchern), dem Ferien-Leseclub, Bücherflohmärkten, der Aktion Hamburger Lesetürme etc. macht es unsere Schule zur Literaturschule.



Abb.: Die Kinder kommen gern, denn das „Leseparadies“ ist sehr gemütlich eingerichtet. Und – viel wichtiger – sie finden hier über 4000 Medien, die neuwertig sind und immer aktualisiert werden. Fotos: Schule An der Seebek



Abb.: Die neu geschaffene LeseOase bietet zusätzlichen Raum, der gern genutzt wird. Foto: Schule An der Seebek

Diese Auszeichnung haben wir 2008 auch erhalten. Und da wir an unserem zweiten Standort ebenfalls eine Bibliothek einrichten wollten, haben wir uns 2010 um den Hamburger Bildungspreis beworben und hatten Glück. Unser Engagement und unsere Arbeit wurden belohnt und ab Anfang Dezember 2012 können unsere Schülerinnen und Schüler in der „LeseOase“ aus über 2000 Medien ausleihen.

Lesen macht unsere Schulgemeinschaft froh und stolz, wir erleben sie interessiert und begeistert, sie ziehen sich in Bücherwelten zurück oder tauschen sich aus, sie reagieren neugierig und wissenshungrig, belustigt, erfreut, gespannt und strahlend auf die Welt der Buchstaben – Lesen ist Glück!

Wir haben unsere Bibliotheken an beiden Standorten mit der Unterstützung der HÖB (Hamburger Öffentliche Bücherhallen) eingerichtet und organisiert. Wenn unsere Schülerinnen und Schüler an weiterführende Schulen gehen, sind sie alt genug, die Bücherhallen im

Stadtteil zu besuchen. Sie sind gut vorbereitet und werden Leser bleiben. Zum Glück!



Abb.: Auch für Jungen gibt es im Leseparadies eine große Auswahl. Foto: Schule An der Seebek

## 6. Schulfach Glück und Bezug zu den Hamburger Bildungsplänen Regina Marek

2007 startete der Heidelberger Schuldirektor Ernst Fritz-Schubert an der Willy-Hellpach-Schule das Schulfach "Glück", in dem er zusammen mit anderen Lehrkräften sowie externen Mitarbeitern Grundlagen des Glücks vermittelt. Wie er bei der Schulfachentwicklung vorging und was er damit bezweckt, hat er u. a. in den Büchern "Schulfach Glück" (2012, Herder Verlag) und "Glück kann man lernen" (2011, Herder Verlag 2011) festgehalten. Die folgenden Informationen stammen aus diesen Büchern.

Fritz-Schuberts Anstoß zur Entwicklung des Schulfachs "Glück" kam vom "Wellington-College", einer Privatschule in England, in der Religionslehrer 14- bis 16-Jährige ein Mal pro Woche in den Schwerpunktthemen Selbstwahrnehmung, Persönlichkeitsförderung sowie Beziehung zu anderen Menschen, Umwelt und Technologie unterrichteten. Eingesetzt wurden Atem- und Entspannungsübungen, Phantasie Reisen, Rollenspiele und Wahrnehmungsübungen. Das Lernziel des Unterrichts war: "Wohlbefinden ist erreichbar und erlernbar".

Alle Maßnahmen und die Grundlage des Entwicklungskonzepts „Glück“ des Fritz Schuberts Institutes vgl. auch [www.fritz-schubert-institut.de](http://www.fritz-schubert-institut.de) beziehen sich auf die Generalversammlung der Vereinten Nationen, die 1959 die "Erklärung der Rechte des Kindes" verabschiedete, nach der die Menschheit dem Kinde ihr Bestes schuldet, damit es eine glückliche Kindheit hat. In der UN-Kinderrechtskonvention von 1989 heißt es, dass "das Kind zur vollen und harmonischen Entfaltung seiner Persönlichkeit ... umgeben von Glück, Liebe und Verständnis aufwachsen soll".

Der Heidelberger Ansatz bei der Entwicklung des Unterrichtsinhaltes soll einerseits Wissen zum Thema Glück vermitteln, also auf der kognitiv-rationalen Ebene bleiben, andererseits aber auch die affektive Ebene einbeziehen und Glücksgefühle "erfahrbar" machen.

Das Lernziel dieses Unterrichts heißt "Kinder stark machen". Konkrete Zielgruppen sind Be-

rufsfachschülerinnen und -schüler (nach der Hauptschule), die im Rahmen einer zweijährigen Ausbildung den mittleren Bildungsabschluss machen. Während dieser Zeit haben sie die Möglichkeit, das Wahlfach "Glück" zu belegen. Außerdem wird den Gymnasiasten in der Abitursklasse ein Seminarkurs "Glück" angeboten.

### Typische Lerneinheiten beider Kurse sind:

- Identitätsfindung, Selbstakzeptanz, Persönlichkeit, Sinnfindung;
- Wertehierarchien, Zieldefinitionen, Haltungsziele, Stärken, Strategien und Wege zur Zielerreichung;
- Körper- und Bewegungserfahrungen (z. B. durch Tae-Bo, Klettern);
- Ernährung und körperliches Wohlbefinden;
- Konzentrations- und Achtsamkeitsübungen, Kommunikationsübungen, Meditationsübungen, Wahrnehmungsübungen;
- Alltagsorganisation, Zeitmanagement, Umgang mit Stress, Umgang mit Geld;
- Umgangsformen miteinander, Bereicherung durch Kultur;
- Soziale Verantwortung, Hilfsbereitschaft, Selbstvergessenheit.

Eingebunden sind Lehrkräfte aus den Bereichen Deutsch, Religion, Ethik, Biologie und Sport. Unterstützt wird der Unterricht durch externe Mitarbeiter aus den Bereichen Medizin, Wissenschaft, Psychologie sowie Motivations- und Entspannungstrainer, Theaterschauspieler, Familientherapeuten sowie Theaterpädagogen.

Benotet wird der Lernerfolg durch die Bewertung von Projektdokumentationen und Präsentationen. Nicht benotet wird, ob und wie sich die teilnehmenden Schülerinnen und Schüler fühlen oder verändern.

Das Schulfach "Glück" wird durch wissenschaftliche Studien begleitet, die aufzeigen sollen, ob und wie das Gelernte Auswirkungen auf die Schülerinnen und Schüler hat. Erste ermutigende Ergebnisse liegen vor, weitere werden in den nächsten Jahren folgen.

## Hamburger Bildungspläne und der Bezug zum Schulfach „Glück“

In den Hamburger Bildungsplänen von 2011 sind Inhalte des Seminarkurses „Glück“, so wie diese in den Kursen der Willy-Hellpach-Schule berücksichtigt werden, verbindlich verankert. Einen deutlichen Bezug findet man in den überfachlichen Kompetenzen. Die Vermittlung von überfachlichen Kompetenzen ist gemeinsame Aufgabe und Ziel aller Unterrichtsfächer sowie des gesamten Schullebens. Die Schülerinnen und Schüler sollen überfachliche Kompetenzen in drei Bereichen erwerben (vgl. Hamburger Bildungspläne 2011):

- Bei den **Selbst-Kompetenzen** steht die Haltung der Schülerin bzw. des Schülers zu sich selbst im Mittelpunkt, darunter der Umgang mit den eigenen Meinungen, Gefühlen und Interessen, u. a. die Schülerin bzw. der Schüler hat Zutrauen zu sich und dem eigenen Handeln.
- Bei den **sozialen Kompetenzen** steht der angemessene Umgang mit anderen im Mittelpunkt, darunter die Fähigkeiten, zu kommunizieren, zu kooperieren und sich in Konflikten angemessen zu verhalten.
- Bei den **lernmethodischen Kompetenzen** stehen die Fähigkeit zum systematischen, ziel-

gerichteten Lernen sowie die Nutzung von Medien zur Beschaffung und Darstellung von Informationen im Mittelpunkt.

Die überfachlichen Kompetenzen sind als Leitkompetenzen zu verstehen, d. h., sie werden anders als die fachlichen Kompetenzen in den Rahmenplänen nicht für Jahrgangsstufen differenziert ausgewiesen. Die altersgemäße Entwicklung der Schülerinnen und Schüler in den drei genannten Bereichen wird von den Lehrkräften kontinuierlich begleitet und gefördert. Die überfachlichen Kompetenzen sind bei der Erarbeitung des schulinternen Curriculums zu berücksichtigen.

Körper- und Bewegungserfahrung als Thema im Kurs „Glück“ ist u. a. ein Bestandteil des Rahmenplans Sport. Die Themen Ernährung und körperliches Wohlbefinden sind u. a. im Rahmenplan Gesundheitsförderung und in den Fächern Naturwissenschaften und Technik und Biologie verankert. Das Neue an der Gestaltung eines Schulfaches „Glück“ an der Willy-Hellpach-Schule und den ebenfalls in diesem Bereich engagierten Schulen, unterstützt von der Stiftung Kinderjahre in Hamburg ist, dass diese ein schuleigenes Curriculum zum Thema „Glück“ entwickelt haben und dies Curriculum verbindlich in ihrer Schule umsetzen.



Abb. (von links): Musikunterricht unterstützt von der Stiftung Kinderjahre: Auftritt der STS Barmbek im amerikanischen Konsulat in Hamburg. • Mit dem Schulfach Glück soll die schulische Bildung der reinen Wissensvermittlung in emotionaler, kognitiver und psychologischer Dimension ergänzt werden. Fotos: Regina Marek, Stiftung Kinderjahre

## 7. Kritische Reflexion zum Schulfach Glück: Vom Sinn und Unsinn neuer Fächer

Dr. Jochen Schnack

### Das Schulfach Glück ist die falsche Antwort auf eine berechnete Frage

Mit den Schulfächern ist es so eine Sache: Sie prägen nicht nur den Schulalltag, sondern auch die gesamte Struktur von Schule sowie die Lehrerbildung. Die Schule erfüllt heute viele Aufgaben, aber im Mittelpunkt steht der Fachunterricht. Und dort geht es um die Vermittlung von fachlich gegliedertem Wissen. Die Gliederung des Wissens in Fächer macht es besser zugänglich, sie dient dazu, „die kulturelle Welt überschaubar zu ordnen, indem vor allem inhaltlich-fachliche Unterscheidungen getroffen wurden, Abgrenzungen und Zuordnungen vorgenommen wurden.“ (Moegling 2010, S.13). Der historisch gewachsene Fächerkanon ist allerdings ein zweiseitiges Schwert: Es erleichtert den Zugang zu Wissen, setzt aber zugleich Grenzen, die gerade in Zeiten einer stetigen und sich beschleunigenden Zunahme an Wissensbeständen oft zurecht als eng empfunden werden. Also werden immer mehr neue Fächer gefordert (vgl. auch Schnack 2011). Beispiele hierfür sind Informatik, Theater, Wirtschaft, Technik, Recht, Medienbildung, Verbraucherbildung – und eben auch Glück. Einige davon haben es in den letzten Jahrzehnten in den Fächerkanon geschafft, andere sind – bisher – außen vor geblieben. Die Zahl der zur Verfügung stehenden Stunden ist halt eng begrenzt, und für jedes neue Fach muss ein althergebrachtes aufgegeben oder zumindest gekürzt werden – und nicht nur das, denn es muss auch die Lehrerausbildung verändert, ein Lehrplan geschrieben und fachliche Standards entwickelt werden.

Bei vielen der oben genannten neuen Fächer ist die Herkunft leicht zu erklären: Die Welt verändert sich und wird komplizierter (Verbraucherbildung), neue Technologien entstehen (Informatik, Technik, Medienbildung), alte Kulturtechniken erlangen eine neue pädagogische Bedeutung (Theater). Woher aber kommt die Idee, ein Schulfach „Glück“ einzuführen, und was wird damit beabsichtigt? In der Werbung für das Buch „Schulfach Glück“ von Ernst Fritz-Schubert heißt es: „Wir müssen unsere Jugendlichen in dem Sinne für das Leben vorbereiten, in dem wir ihnen Chancen einräumen, sich aktiv und sinnvoll zu betätigen“, so Fritz-Schubert. Er

will mit dem Glücksfach Lebenskompetenz, Lebensfreude und Persönlichkeitsentwicklung fördern und diese auch im Schulalltag realisieren. Der Unterricht fußt auf dem Prinzip der Selbsterfahrung und ist mit erlebnisorientierten Projekten gestaltet. Durch Rollenspiele, Konzentrations- und Wahrnehmungsübungen, Sport oder Musik bekommen die Schülerinnen und Schüler Selbstvertrauen, übernehmen Verantwortung und üben sich in kollektivem Verhalten. Sie sprechen über Lebensziele, spüren ihre Stärken und Schwächen, erkennen Emotionen als wirkliche Ressourcen und erhalten Anerkennung.

Zweifellos: Eine gute Schule sollte die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder und Jugendlichen fördern und ihnen Lebenskompetenz vermitteln. Aber kann dies zur Aufgabe lediglich eines einzelnen Faches erklärt werden? Ist dies nicht vielmehr Aufgabe der Schule insgesamt? Die öffentliche Schule sollte ein Ort sein, an dem Kinder und Jugendliche sich gern aufhalten, wo sie Erfahrungen der Selbstwirksamkeit und des erfüllten Miteinanders machen können. Diese Aufgabe kann nicht an ein einzelnes Fach delegiert werden, womöglich noch mit der zweifelhaften Nebenwirkung, dass dies in allen anderen Fächern keine Rolle mehr spielt. Sie muss vielmehr von der Schule insgesamt geleistet und von allen Lehrerinnen und Lehrern gemeinsam getragen werden. Wir brauchen also kein neues Schulfach Glück, sondern die gemeinsame Anstrengung, um die eigene Schule zu einem Ort zu machen, an dem Lebenskompetenz, Lebensfreude und Persönlichkeitsentwicklung – übrigens nicht nur der Schülerinnen und Schüler! – gefördert werden.

### Dr. Jochen Schnack

ist Leiter der Abteilung Fortbildung im Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung und Mitglied der Redaktion von PÄDAGOGIK. E-Mail: jochen.schnack@li-hamburg.de

### Literatur

Moegling, K.: Kompetenzaufbau im fächerübergreifenden Unterricht. Immenhausen 2010

Schnack, J.: Fächerverbindendes Lernen: Immer wieder eine Herausforderung. Von den Grenzen der Fächer und der Lust, sie zu überschreiten. In: PÄDAGOGIK 7-8/2011, S.6ff

## 8. Praxisbeispiele aus Hamburger Schulen

### 8.1 Machen feste Rituale und kooperative Methoden das Schulleben glücklich? Monika Schlottmann

Sich an der Schule wohlfühlen, gern dorthin zu kommen, Freunde zu finden und nette Lehrerinnen und Lehrer zu haben – das wünscht sich jedes Kind, dann ist es ein glückliches und zufriedenes Schulkind! Gerade die ersten Schuljahre, die Grundschulzeit können sehr prägend für die weitere Entwicklung sein. Hier finden sich die unterschiedlichsten Kinder und Eltern mit vielfältigen Begabungen, Wünschen, Ansprüchen, Forderungen und Wahrnehmungen wie kaum in einer anderen Schulform in der Schulgemeinschaft wieder. Auf möglichst viele Kinder individuell einzugehen, sie entsprechend zu fordern und zu fördern, ihre Persönlichkeiten zu würdigen – hierbei können feste Rituale, gemeinsame Regeln und kooperative Lernmethoden sehr unterstützen.



„Wir vermissen dich!“ die Angst vor dem Zuspätkommen nehmen. Und eine stets gefüllte Knäckebox steht für all diejenigen bereit, die zu Hause zwar Frühstück fernsehen – aber kein Frühstück bekommen.

Zum Geburtstag steht eine persönliche Geburtstagskerze – mit Namen und Alter aus Knetwachs versehen – auf dem Platz. Diese Kerzen hatten bei meinen Schülerinnen und Schülern einen hohen Stellenwert – zeigten sie doch, dass wir an sie denken und eine kleine persönliche Aufmerksamkeit vorbereitet hatten. Auch das Ritual der „Warmen Dusche“ ist eine Möglichkeit, dem Kind gute Wünsche auszusprechen. Das tut jedem gut – dem, der sie ausspricht und erst recht demjenigen, der angesprochen wird.

#### Kleine Rituale – große Wirkung

Kleine Rituale können sehr motivierend in die gesamte Schulgemeinschaft wirken.

Da ist mir eine Grundschule bekannt, wo der Schulleiter jeden Morgen am Eingang steht und die Eltern und Kinder, die Schulgemeinschaft begrüßt. Er ist präsent, für jeden ansprechbar und hat immer ein offenes Ohr für Große und Kleine – eine tolle Geste zur Wertschätzung aller in der Schulgemeinschaft!

In vielen Schulen hängen gemeinsam formulierte Schulregeln, die direkt ansprechen, einbeziehen und ein Wir-Gefühl vermitteln als Poster gerahmt im Schulgebäude. Ist ein Grundschulkind schon am frühen Morgen selbstverantwortlich fürs rechtzeitige Aufstehen und pünktlich in die Schule kommen, kann bei Verspätung oder Nichterscheinen ein aufmunternder Anruf

Selbstbewertungsbögen zur Einschätzung des eigenen Lernfortschritts, der erworbenen Kompetenzen sind häufige Praxis am Ende einer Lerneinheit. Meine Bögen enthielten den Zusatz: „Das ist mir besonders gut gelungen . . .“ und auch „Das kann ich noch verbessern . . .“

Jedes Kind ist selbstkritisch, findet bestimmte Dinge besonders gut gelungen – oder auch nicht – und gibt mir als Lehrperson so einen konkreten hilfreichen Hinweis auf seine individuelle Einschätzung. Hier kann ich ansetzen zum Bestärken und Aufmuntern.

Auch ein schriftlicher Hinweis ins Mitteilungsheft oder ein persönlicher Anruf zu besonderen Erfolgen erfreuen Eltern und Kinder und machen glücklich!

Die Patenschaften der Jahrgänge und Lerngruppen untereinander verstärken Zugehörigkeit und

Verlässlichkeit, gemeinsame Veranstaltungen fördern dies zusätzlich. Der an vielen Grundschulen eingerichtete Kinderrat, das Kinderparlament kann vielfältig zur Stärkung der positiven schulischen Atmosphäre mit eingebunden werden. Hier können Ängste und Befürchtungen ernst genommen, besprochen und gemeinsam gelöst werden. Und hier können auch gut funktionierende Verfahren und Abläufe benannt und verstärkt werden.

Bei den üblichen Schulveranstaltungen zum Schuljahresende oder auch zu Weihnachten werden Kinder für besonderen Leistungen geehrt und ausgezeichnet – ein gängiges Ritual, das dazu beiträgt, sich wertgeschätzt – sich glücklich zu fühlen. Dies findet natürlich auch in den – oft wöchentlich stattfindenden – Stunden zum Klassenrat statt und fördert so die soziale Akzeptanz, das friedliche Miteinander.

Eine positive Klassenratskultur – die „kalte Dusche“ mit der warmen zu verbinden prägt die Bereitschaft, Konflikte konstruktiv anzugehen und zu lösen.

### Kooperative Lernmethoden

Viele Rituale zur Stärkung der individuellen Persönlichkeit sind eine Voraussetzung für eine gelungene Kommunikation und eine positive Schumatmosphäre. Kooperative Methoden benötigen und bestärken eine solche Schumatmosphäre.

Im Unterricht angewandte kooperative Methoden haben hohe Ziele. So sollen sie eigene Stärken und Schwächen bewusst machen, das Selbstbewusstsein, das Selbstwertgefühl durch Erreichen von realistischen Zielen und Erfolgen stärken und ein Gefühl des Erfolgs, der Anerkennung vermitteln. Es wird Sicherheit erworben, zur Gruppe zu gehören, als Persönlichkeit anerkannt und akzeptiert zu werden und sich innerhalb der Gruppenregeln wiederzufinden und wohlfühlen, Glücksmomente an der Schule zu erleben. Sicherlich sind kooperative Lernformen kein Allheilmittel – doch können sie erheblich dazu beitragen, dass gegenseitige Achtung und Anerkennung der eigenen und fremden Stärken und Schwächen bewusst angenommen werden, eine möglichst glückliche und zufriedene Atmosphäre in der Lerngruppe und auch in der gesamten Schulgemeinschaft zu schaffen.

Eine Grundschule, an der ich einige Jahre unterrichtet habe, hat es sich zum Prinzip gemacht, diese Methoden schulintern in allen Jahrgängen zu verankern. Alle Kollegen erproben bestimmte „Methoden des Monats“ verbindlich. Sind sie eingeführt, benötigt der Lehrer, die Lehrerin nur noch das Symbol-Schild – und schon ist der Lerngruppe klar, welche Methode nun praktiziert werden soll. Dies funktionierte hervorragend – sogar in spontanen Vertretungsstunden in fremden Lerngruppen. Auch die Konferenzen fanden nach diesen Prinzipien statt. Das war ein Gewinn für die Schule, denn die selbst erprobten und erfahrenen Methoden waren dann dem Prinzip und der Zielsetzung nach bekannt und wurden so auch schnell im Unterricht umgesetzt.

Unterrichten nach den Prinzipien des kooperativen Lernens bedeutet, dass sich nach und nach ein breites Methodenrepertoire entwickelt und regelmäßig genutzt wird. Die sozialen Fertigkeiten der Schülerinnen und Schüler werden geschult und bilden daraufhin die Basis für kooperative Arbeitsformen. Langfristiges Ziel ist der Aufbau gut funktionierender Lerngemeinschaften, in denen voneinander und miteinander gelernt wird, das Ergebnis nicht alleine durch Einzelleistungen sondern gemeinsam erreicht wird. Es entwickelt sich eine positive Abhängigkeit unter den Gruppenmitgliedern. Diese positive Abhängigkeit – ein positives Gemeinschaftsgefühl – entwickelt sich, wenn alle ein gemeinsames Ziel erreichen wollen.

Soziale Fähigkeiten werden in solch unmittelbarer Nähe zueinander weiter entwickelt und fördern die Gesprächsbereitschaft untereinander, schaffen Vertrauen, Offenheit, Bereitschaft zur Konfliktlösung und damit zur Wertschätzung der individuellen Meinungen und Persönlichkeiten – und damit zur Zufriedenheit in einem glücklichen Schulalltag

Besonders gern habe ich die Methoden Bienenkorb, Blitzlicht und den Austausch im Doppelkreis genutzt. Hier kommt jedes Kind ins Gespräch, wird als Partner ernst genommen und gehört und erfährt so die Anerkennung und Wertschätzung der persönlichen Darstellung in der Gruppe, erfährt glückliche Momente.

Auch die Kontrolle im Tandem versetzt die Kinder in die Lage, miteinander ernsthaft, kritisch abwägend und selbstständig miteinander umzugehen, Anerkennung und Bestätigung zu erlangen.

Und zum Geburtstag oder zu besonderen Anlässen gibt es eine warme Dusche – eine Runde positiver Rückmeldungen an das betroffene Kind. Ein glücklicher Moment.

Spontane Rückmeldungen gab es auch des Öfteren von Schülerseite am Ende der Stunden zu meinem Unterricht: „Das hat heute Spaß ge-

macht, vielen Dank!“ oder „Heute hab ich bei dir toll gelernt!“ aber auch „Heute hast du uns gehetzt, wir hatten gar nicht richtig Zeit . . .“. So etwas hatte ich an den anderen Schulen noch nicht erlebt. Das waren glückliche Momente und auch Momente der Selbstreflexion für mich – hatte ich wirklich so gehetzt, wie kann ich das Thema entspannter anbieten? Diese Kultur, kooperative Lernmethoden zu implementieren und selbstverständlich im Schulalltag zu nutzen hat sicherlich zu dieser entspannten positiven Stimmung an der Schule beigetragen und ist mit Ursache dafür, dass die Kinder selbstbewusst, unaufgefordert und spontan Stellung beziehen.

### Bienenkorb

- Diese Methode dient dem schnellen Informationsaustausch oder wird zur kurzen Beratung genutzt.
- Gruppengröße: drei Kinder
- Drei nebeneinander sitzende Kinder bilden eine Gruppe, das mittlere Kind rückt mit seinem Stuhl ein Stück nach hinten, es entsteht ein kleiner „Bienenkorb“.
- Die Schülerinnen und Schüler überdenken neue Informationen, tauschen Meinungen aus, besprechen flüsternd ihre Vermutungen oder auch das weitere Vorgehen.

**Glücksmomente:** In der Gruppe aktiv Zuhören, Gehört werden, Erfahren von Anerkennung und Entwickeln von Selbstwertgefühlen, sich zugehörig fühlen.

### Austausch im Doppelkreis – auch Kugellager genannt

- Mit dieser Methode können viele Fragen gestellt, Antworten gegeben werden und viele verschiedenen Kindern miteinander in Kontakt treten.
- Gruppengröße: alle
- Die Gruppe wird halbiert. Die eine Hälfte bildet einen Innen-, die andere Hälfte einen Außenkreis. Der Innenkreis sieht nach außen, der Außenkreis nach innen. So stehen sich immer zwei Kinder gegenüber. Auf ein Signal hin rotiert der Außenkreis/Innenkreis.
- Jedes Kind bekommt eine Auftrag, eine Abfrage zu einem Sachverhalt, einer Meinung. Die sich gegenüberstehenden Kinder stellen sich die Fragen, tauschen die Meinungen, Ergebnisse aus. Ertönt das Signals wird gewechselt und die Abfrage startet erneut mit dem nächsten Partner.

**Glücksmomente:** In der Gruppe aktiv Zuhören, Gehört werden, Erfahren, dass die eigene Meinung zählt, mit vielen ins Gespräch kommen, Anerkennung erfahren und Selbstbewusstsein im Umgang mit anderen erlangen, sich zugehörig fühlen.

### Blitzlicht

- Meinungen, Gedanken, Befindlichkeiten . . . werden kurz und knapp geäußert.
- Gruppengröße: beliebig
- Am besten ist es, alle Teilnehmer sitzen im Kreis.
- Jedes Kind äußert sich der Reihe nach zu einer Fragestellung kurz und knapp – wie ein Blitz – damit es nicht ermüdend wird und es auch wirklich ein „Blitzlicht“ bleibt. Die anderen Kinder sind Zuhörer.

**Glücksmomente:** In der Gruppe aktiv Zuhören, Gehört werden, Erfahren, dass die eigene Meinung zählt, sich zugehörig fühlen.

### Kontrolle im Tandem

- Die Kinder kontrollieren und vergleichen eigenständig ihre Ergebnisse miteinander.
- Gruppengröße: jeweils zwei Kinder
- Die Kinder suchen sich einen ruhigen Zweierplatz und besprechen flüsternd.
- Kleine Aufgabenstellungen mit geringem Zeitaufwand wurden zuerst selbständig in Einzelarbeit gelöst. Danach vergleichen zwei Kinder ihre Ergebnisse miteinander, tauschen sich bei Unstimmigkeiten aus. Sie überprüfen gemeinsam die betreffende Aufgabe und finden heraus, welches Ergebnis das richtige ist. In der Großgruppe sollen nun nur noch unstimmige Aufgaben besprochen werden.

**Glücksmomente:** Aktives Zuhören und Austausch von Meinungen/Begründungen zur Lösungsfindung, Wertschätzen und Achten der persönlichen Argumente, Anerkennung der eigenen Stellungnahme erfahren und Selbstbewusstsein im Umgang mit einem Partner erlangen.

### Warme Dusche zum besonderen Anlass

- Die Kinder äußern sich positiv und wertschätzend gegenüber dem (Geburtstags-)Kind
- Gruppengröße: beliebig
- Am besten ist es, alle Teilnehmer sitzen im Kreis. Das (Geburtstags-)Kind hat einen besonderen Platz und erhält die „warme Dusche“.
- Jedes Kind im Kreis sagt diesem Kind, was es an ihm schätzt, was ihm an diesem Kind gefällt, was es an ihm mag, was es besonders gut kann oder spricht gute Wünsche aus.

**Glücksmomente:** Erfahren von Wertschätzung und Achtung der Persönlichkeit, Stärkung des Selbstwertgefühls, Zugehörigkeit erfahren, Anerkennung und nachhaltig glückliche Momente.

## 8.2 Wertschätzende Abschiedsbücher in der Grundschule

Monika Schlottmann

Im Laufe der Grundschulzeit entwickeln Kinder, Lehrerinnen und Lehrer und die Eltern oft ein sehr vertrautes und persönliches Verhältnis. Man kennt sich gut, weiß um die besonderen Verhältnisse der Kinder und wertschätzt jedes Kind als eigene Persönlichkeit mit seinen besonderen Begabungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten, hat es kontinuierlich in seinem Selbstwertgefühl bestärkt und seinen individuellen Fähigkeiten entsprechend weit möglichst gefordert und gefördert.

Doch am Ende des vierten Jahrgangs ist es dann so weit – die Kinder nehmen Abschied und freuen sich auf die weiterführenden Schulen. Was wird die neue Schule, die neue Gemeinschaft, die neuen Lehrer an Herausforderungen bereithalten? Wir wünschen ihnen auf jeden Fall einen guten Start und gutes Gelingen, eine glückliche und erfolgreiche Schulzeit auch weiterhin.

Dies habe ich gern – zusätzlich zu den Abschiedsfeiern – mit einer bunten persönlichen Karte, geschmückt mit Fotos aus den vergangenen Jahren und einem besonderen Spruch zu den persönlichen guten Wünschen gestaltet.

Persönliche Sprüche, Wahlsprüche oder Zitate zu finden, ist eine ziemliche Herausforderung. So ist im Laufe der Zeit eine kleine Sammlung von besonderen Sprüchen für die Abschiedskarte – für Kinder und Eltern zum gemeinsamen Lesen, Entdecken und Philosophieren – entstanden.

Oft hat man Kinder mit besonderen Begabungen, besonderen Eigenheiten, die sich als Ausnahme empfinden und in der Gemeinschaft mit ihrer In-

dividualität eine Bereicherung sind, sich selber aber manchmal als außenstehend empfinden. Denen zeige ich mit diesen Sprüchen auf, wie schön es ist, etwas Besonderes zu sein: „Es ist traurig, eine Ausnahme zu sein. Aber noch trauriger ist es, keine zu sein!“ (Peter Altenberg) oder „Du bist was Besonderes. Ich wette, in dir steckt ein Geheimnis.“ (Misaho Kujiradou).

Einige Kinder stehen nicht immer gern im Mittelpunkt. Sie melden sich wenig und werden dann von mir auch so angefragt. Um ihnen für die weiterführende Schule Mut zu machen, sich mehr zu beteiligen, denn sie können ja vieles beitragen, wähle ich manchmal gern diesen Spruch: „Ein kluger kann sich dumm stellen. Aber ein Dummer wirkt echter.“ (Oliver Hassenkamp). „Weisheit, die sich nicht einschüchtern lässt, ist das aller wertvollste Gut und höchster Ehre würdig.“ (Demokrit) – auch dieser Spruch motiviert, Wissen beizutragen und anderen gegenüber zu äußern.

Auch Kinder stellen Vermutungen auf und finden dann heraus, dass alles ganz anders ist. Sie zu ermutigen, Dinge zu hinterfragen und zu neuen Erkenntnissen zu stehen, soll dieser Spruch motivieren: „So manche Wahrheit ging von einem Irrtum aus.“ (Marie von Ebner-Eschenbach)

Zurückhaltung und Ängstlichkeit kann man schnell durch freundliches Aufeinanderzugehen überwinden. Dies verdeutlicht der Satz: „Der kürzeste Weg zwischen zwei Menschen ist ein Lächeln.“ (Henry Sokal)

Sich nicht immer in den Vordergrund zu drängen, anderen Raum zu bieten und sich zur rechten Zeit einzubringen, sich in die anderen einzufühlen, dies sollen diese Zitate verdeutlichen: „Zu wissen, wie man abwartet, ist das große Geheimnis des Erfolges.“ (Joseph Marie de Maistre) und „Das Geheimnis des Erfolges ist, den Standpunkt des anderen zu verstehen.“ (Henry Ford)

Natürlich gibt es noch jede Menge weiterer schöner Sprüche und Zitate, den Kindern Glück und Erfolg im weiteren Schulleben zu wünschen!

Und wenn dann – gemeinsam von Eltern und Kindern gestaltet – ein Buch mit guten Wünschen für mich als Erinnerung an die gemeinsamen Jahre überreicht wird, fühle auch ich mich glücklich!



Abb.: Schülerinnen und Schüler gestalten wertschätzende Abschiedsbücher in der Grundschule. Foto: Monika Schlottmann

## 8.3 Renaturierung der Engelbek – geglückter Unterricht?

Christa Grimm, Yvonne Musolff-De Nardo und Henning Trost

Das Konzept „Lebendige Engelbek“ des Alexander-von-Humboldt-Gymnasiums verfolgt drei in fruchtbarer Weise miteinander verknüpfte Ziele. Zum einen die schrittweise Renaturierung des zu Beginn der 1970-er-Jahre begradigten Bach-Abschnitts kurz oberhalb der Außenmühle in Hamburg-Harburg. Zum anderen steht für die Schülerinnen und Schüler die Begegnung mit dem Gewässer in Erleben und tätiger Auseinandersetzung, durch die der Bach zu „ihrem“ Bach wird, im Mittelpunkt. Damit geht dieses Projekt deutlich über eine Bachpatenschaft hinaus. Die Bearbeitung jeweils einer komplexen Fragestellung im Unterricht, in die die Erfahrungen aus diesen praktischen Arbeitstagen einfließen können, z. B. „Was hat das Engelbekprojekt mit dem Klimaschutz zu tun?“ (2010); „Welche Makrophyten gibt es an der Engelbek und welche Aufgaben haben sie?“ (2011); „Warum fühlt sich ein Frosch an der Engelbek wohl?“ (2012), bewirken eine umfassende und selbstständige Auseinandersetzung der Schülerinnen und Schüler mit „ihrem“ Bach. Nebenbei erarbeiten sich die Schülerinnen und Schüler der fünften Klassen so ein zusammenhängendes Wissen über dieses Ökosystem. Bei jeder unserer Arbeiten an der Engelbek geht es immer darum, durch vielfältige Strukturen Voraussetzungen für vielfältiges Leben zu schaffen.

Das Engelbekprojekt ist ein Modellprojekt des Alexander-von-Humboldt-Gymnasiums, das seit 2005 im Regelunterricht durchgeführt wird. Unsere Schülerinnen und Schüler sollen sich nicht nur unzusammenhängendes Wissen aneignen, sondern lernen, Wissen und Kenntnisse angesichts immer neuer Anforderungen zu kombinieren und anzuwenden. Das nennen wir „zukunftsfähiges und nachhaltiges Lernen“, denn es trägt weit über die Schulzeit hinaus und legt die Grundlage für das lebenslange Lernen. Das beinhaltet neben fächer- und jahrgangsübergreifendem Unterricht auch zunehmende Selbstständigkeit, kooperatives und soziales Lernen sowie Mitbestimmung und Mitgestaltung. Das Projekt begleitet die Klassen über einen langen Zeitraum. Die Klasse 5e zieht jetzt sogar schon Erlensprösslinge für das Jahr 2013 vor, um sie im nächsten Frühjahr an der Engelbek auszupflanzen.

Etwa 170 Schülerinnen und Schüler haben so im Frühjahr 2012 an Projekttagen an der Engelbek unter Anleitung des Wasserbauingenieurs Timm Geissler den Bach abschnittsweise renaturiert. Die Fünftklässler werden dabei seit 2010 systemisch von den Oberstufenschülern des Profils 5 „Nachhaltigkeit in Natur und Gesellschaft“ betreut. Die Oberstufenschüler können so einmal im Unterricht eine ganz andere Rolle erproben. Sie sind Ansprechpartner, Mentoren und Ratgeber der jüngeren Schülerinnen und Schüler, tragen aber auch die Verantwortung für ihre jeweiligen Gruppen. So beschreibt Irina nach der Betreuung der 5. Klassen: „Durch die persönlichen Erfahrungen, die ich am Engelbek-Tag gesammelt habe, konnte ich viele persönliche Eigenschaften sowie Stärken und Schwächen meinerseits erkennen. Ich habe gespürt, dass mein persönliches Engagement die Schülerinnen und Schüler zu einer höheren Lernbereitschaft motiviert hat. Durch die Übertragung der Verantwortung hat sich mein Gespür für Eigenverantwortung sehr gut entwickelt. Ich empfand den Tag an der Engelbek als sehr erfolgreich und gelungen und denke, dass er den Fünftklässlern genauso viel Freude bereitet hat wie mir.“

Die Oberstufenschülerinnen und -schüler betreuen nicht nur die jüngeren Schülerinnen und Schüler, an ein bis zwei Beprobungstagen führen sie eine Gewässergütebestimmung für das Bezirksamt Harburg durch. Die Schüler der Sekundarstufe II können ihr theoretisches Wissen in Bezug auf die Dynamik und anthropogenen Beeinflussungen von Ökosystemen sowie der Gewässergütebestimmung in der Praxis an einem ihnen bekannten System anwenden und die von ihnen gewonnenen Daten verstauben nicht in einer Schublade, sondern werden direkt vom Bezirksamt genutzt, um die Europäische Wasserrahmenrichtlinie umzusetzen.

Kennzeichnend für das Projekt ist auch, dass die betreuenden Lehrerinnen und Lehrer kontinuierlich an der Weiterentwicklung des Projekts arbeiten. Neu erarbeitet wurde in diesem Jahr 2012 eine GPS-Bildungsrallye an der Engelbek. Unterstützt wurden wir dabei durch die Metropo-



Abb.: Seit 2005 arbeitet die jeweilige 5. Klassenstufe des Alexander-von-Humboldt-Gymnasiums unter Anleitung eines Wasserbauingenieurs daran, das Flüsschen Engelbek zu renaturieren. Die Kinder entfernen die alte Uferbefestigung und bauen Barrieren in das Bachbett, damit das Wasser wieder langsamer fließt und Frösche und Fische Laichplätze finden. Foto-Collage: Henning Trost

Region Hamburg (Fach AG-Naturhaushalt). Zukünftig wollen wir damit noch effizienter jeweils die neuen Fünftklässler innovativ an die morphologischen, biologischen und chemischen Zusammenhänge eines Baches und notwendiger Renaturierungsmaßnahmen heranzuführen. Bei dieser Rallye wird Technik kombiniert mit Natur und spielerischen Elementen, so dass die zukünftigen Teilnehmer handlungsorientiert nachvollziehen können, warum sich ein Frosch an der Engelbek wohl fühlen kann.

Eine breitere Öffentlichkeit kann diese Rallye auf den Sommerfesten an der Engelbek erleben, auf dem sich bereits seit 2011 Jahren auch das Alexander-von-Humboldt-Gymnasium engagiert.

Das vielfältige Engagement wirkt sich aber auch auf einer anderen Ebene aus. Das Projekt wurde 2012 gleich mit zwei bedeutenden Preisen ausgezeichnet. Zum einen mit dem Hanse-Umweltpreis (2. Platz), zum anderen mit dem Hamburger Bildungspreis. Dr. Vogelsang, der

Vorstandsvorsitzende der Haspa, überreichte den Hamburger Bildungspreis an das Alexander-von-Humboldt-Gymnasium. In der Woche zuvor hatte er bereits unsere Schule besucht, um sich über das Projekt an Hand des von Schülern erstellten Filmmaterials zu informieren. Dabei kam er dem Vorschlag von Carina aus der 6. Klasse „Wollen Sie nicht mal mit uns unser Froschspiel spielen?“ sehr interessiert nach. Er konnte so selbst erfahren, wie wichtig Renaturierungsmaßnahmen an der Engelbek sind, denn sein Spielfrosch konnte nur einmal von mehreren Versuchen die Straße unbeschadet überqueren. Im Hamburger Abendblatt vom 30.11.12 kann man in dem Artikel über die Preisverleihung Folgendes lesen: „Im Grunde ist es ganz einfach mit der Bildung. Sie muss Spaß machen. Unterhalten. Und begeistern. Sie muss die Menschen in ihren Bann ziehen, herausfordern und mitreißen. Sie muss bunt sein, spannend und manchmal ein wenig verrückt.“ Für die Schülerinnen und Schüler und Lehrkräfte des Alexander-von-Humboldt-Gymnasiums ist dies mit dem Engelbekprojekt geglückt.

## 8.4 Glückliche Schülerinnen und Schüler – glückliche Lehrerinnen und Lehrer? Iris Brückner

Glück ist etwas, das sich wohl jeder Mensch, ob groß oder klein von Zeit zu Zeit mehr oder weniger wünscht.

So gibt es Aussagen von Kindern, die da lauten: „Ich wünschte, ich hätte auch so ein Glück, ein eigenes Kinderzimmer zu haben“. Oder: „Hoffentlich habe ich Glück bei der nächsten Klassenarbeit.“

Aber es gibt nicht nur das Glück, welches man für sich selbst wünscht, sondern auch die Glückwünsche für andere, z. B., wenn sie Geburtstag haben.

Aber was genau macht denn nun Glück für Kinder aus? Was genau ist Glück für Kinder?

Um dem genauer auf die Spur zu kommen, habe ich mit meiner Klasse Glücksbilder gestaltet, bei denen es eine nach eigenen Wünschen und Vorstellungen gestaltete zweiflügelige Tür gab, hinter der sich das ganz persönliche Glück des jeweiligen Kindes verbarg. Die zweiflügelige Tür konnte geöffnet werden und dahinter waren Dinge wie Bilder von Fußballfeldern, Pferden, Mama und Papa oder Wörter wie Liebe, Zuhause oder auch Sätze wie „Ich habe Glück, denn ich bin gesund“ zu finden. Manche dieser Türen durften geöffnet und somit für alle sichtbar sein, manche Türen waren aber auch persönliche Glücksgeheimnisse und blieben für die Allgemeinheit verschlossen.

Alle Glücksbilder wurden jedoch in der Klasse aufgehängt und von den Kindern immer wieder begutachtet. Es entwickelte sich ein „Glücksprozess“.

Irgendwann, nach etwa zwei bis drei Wochen, kam das erste Kind zu mir und meinte: „Das, was ich da gemalt habe, stimmt heute gar nicht mehr. Kann ich das ändern? Heute bin ich über etwas ganz anderes glücklich.“ Vielen Kindern in der Klasse ging es ebenso und gemeinsam überlegten wir, wie wir eine Lösung finden könnten, die Glücksbilder auszutauschen.

So entstand ein Bild mit Glückstür, welches eine zusätzliche seitliche Öffnung hatte, in die man das, was momentan für einen das Glück war, hinein- und das nicht mehr aktuelle hinauschieben konnte.

Dadurch wurde den Kindern deutlich, dass es nicht nur ein momentanes Glück gibt, wie z. B. den Sieg in einem Fußballspiel oder ein Geburtstagsgeschenk, das man sich so sehr gewünscht hatte oder ein besonders schöner Klassenausflug, sondern auch ein Glück, welches dauerhaft ist, wie z. B. das Glück, ein Zuhause mit netten Eltern und evtl. Geschwistern, gute Freunde oder genug zu essen zu haben.

Und wieder wurde das Bild mit der Glückstür verändert: Es bekam eine weitere seitliche Öffnung für das länger andauernde Glück. Durch die Bilder angeregt, beschäftigten sich die Kinder fast täglich damit, achtsam zu sein, wo auch im ganz normalen Alltag Glück zu finden ist, und waren in der Lage, dies wahrzunehmen und in einer für sie angemessenen Art und Weise darzustellen oder zu benennen.

Auch die Glückwünsche zu den Geburtstagen der Mitschülerinnen und Mitschüler veränderten sich in dieser Zeit und bekamen eine andere Priorität. Es wird seitdem ganz ernsthaft darüber nachgedacht, welcher Wunsch wohl für welches Kind besonders geeignet ist.

Außerdem wird nun viel mehr über die schönen Dinge des Lebens gesprochen als über Streitigkeiten, was zu einem anderen, achtsameren und positiveren Umgang miteinander beiträgt.

Vielleicht auch etwas, was Lehrerinnen und Lehrer glücklich macht?

## 9. Materialien zum Thema Glück

### 9.1 Projekt GlueckSchmiede: Gemeinsam für die Gemeinschaft Maud Schaller

Die Ursprungsidee zum "Projekt-GlueckSchmiede - Gemeinsam für die Gemeinschaft" ist im Jahre 1997 als Projekt zur Vorbeugung von Jugendkriminalität von Maud Schaller entwickelt worden. Nach und nach wurde mehr daraus.

Das Projekt richtet sich inzwischen an Jugendliche in Schulen und Gruppen und hat zum Ziel, ihnen die Bedeutung jedes Einzelnen in und für die Gemeinschaft erkennbar zu machen und mit ihnen die individuelle Suche nach dem Glück oder dem Sinn des Lebens zu erarbeiten.

In unterschiedlichen Gruppierungen, z.B. in Projektwochen, Workshops oder im Konfirmandenunterricht wurden zusammen mit Jugendlichen von 12 bis 18 Jahren Ideen und Vorschläge entwickelt, sich über diese Fragen zu verständigen. Materialien werden gesammelt und selber hergestellt, die anderen bei ähnlichen Themen Ideen und Anregungen liefern können.

#### Beispiele:

Texte, Arbeitsbögen, Zeichnungen, Collagen, Photos, Videofilme, Theaterspiel, Pantomime

Teile dieser Materialien werden im Internet veröffentlicht und können dort von den Nutzern kommentiert und ergänzt werden. Der Sinn ist, sowohl in der Gruppe als auch im Internet sich gegenseitig zu inspirieren, zu motivieren und zu erkennen, wie unterschiedlich aber auch wie ähnlich wir sind.

Hier stellen wir einige Proben aus dem Projekt vor und wollen Leserinnen und Leser dazu anregen, es weiter mitzugestalten und wachsen zu lassen.

Ein Projekt zum Mitmachen und zum Weiterentwickeln. Feedback bitte an:  
[info@projekt-glueckschmiede.de](mailto:info@projekt-glueckschmiede.de)



Foto: Aramanda/Fotolia.com

## Was ist Glück und was ist Unglück?

Aus einem Interview mit Prof. Endruweit (ehemaliger Direktor des Instituts für Soziologie an der Uni Kiel):

Es gibt viele individuelle Vorstellungen von Glück. Die Soziologie untersucht, was ein relativ großer Anteil der Bevölkerung unter Glück versteht.

Glücklich sind die meisten Menschen, wenn ihre Vorstellung von einem Ereignis oder einer Situation von der Wirklichkeit übertroffen wird. Unglücklich fühlen sie sich, wenn die Wirklichkeit ihre Erwartungen nicht erfüllt.

Wir sollten nicht nur eine Dimension des Lebens für Glück halten (Freizeit, Geld, Sport ...), sondern möglichst viele Facetten für uns erproben.

Man kann das Glück suchen, indem man offen auf andere Menschen zugeht und nicht die Hände in den Schoß legt und wartet, bis das Glück zu einem gebracht wird.

### Textbeispiel:

Eine Parabel aus China handelt von einem chinesischen Bauern und seinem Sohn. Der Bauer und sein Sohn sind sehr arm und leben mehr schlecht als recht. Die einzige Hilfe bei der Arbeit ist ein altes Pferd.

Eines Tages läuft dieses Pferd weg. Alle Nachbarn kommen und bedauern den Bauern wegen seines Unglücks. Der Bauer bleibt ruhig und fragt daraufhin zurück: Woher wisst Ihr, dass dies ein Unglück ist?

Nach einer Woche kommt das Pferd zurück und bringt 10 Wildpferde mit, die der Bauer und sein Sohn einfangen können. Wieder kommen die Nachbarn. Diesmal gratulieren sie ihm zu diesem Glück. Der Bauer entgegnet: Woher wisst ihr, dass dies ein Glück ist? Beim Zureiten der Wildpferde stützt der Sohn vom Pferd und bricht sich das Bein. Die Nachbarn kommen gelaufen und bedauern den Bauern wegen dieses Unglücks. Der Bauer entgegnet wiederum: Woher wisst ihr denn, dass dies ein Unglück ist?

Dann bricht ein Krieg aus und viele junge Männer sterben – nicht aber der Sohn vom Bauern, da er wegen des gebrochenen Beines nicht in den Krieg ziehen musste.

Quelle: <http://www.gottesbotschaft.de>

### Aufgabe:

Überlegt und diskutiert: Was ist Glück und was ist Unglück?

Stellt eure Gedanken in einer Collage dar.



Foto: Helder Almeida/Fotolia.com

## Höhen und Tiefen – gute Laune, schlechte Laune

Nach einem persönlichen Tief gibt es auch wieder einen Höhepunkt!

Wobei hast du gute Laune? Male ein lachendes Gesicht.

Wobei hast du schlechte Laune? Male ein weinendes Gesicht.

Beispiel aus einer Konfirmandengruppe:

### Schlechte Laune:

- Wenn ich mich nicht mit meinen Freunden treffen kann
- Schlechte Noten
- Hausaufgaben
- Zu viel zu tun
- Kampf verloren und sportlicher Misserfolg
- Wetter schlecht
- Wenn man müde ist
- Wenn man krank ist
- Zahnarzt
- Beim Streit
- Fahrrad schrott
- Morgens aufstehen
- Wenn andere schlechte Laune haben
- Wenn andere Leute sauer auf mich sind
- Geschwister nerven
- Dumme Sprüche von manchen Jungs
- Wenn ich tote Fische sehe
- Wenn mich jemand wegen meiner Behinderung ärgert
- Wenn mein Rollstuhl kaputt geht und ich irgendeinen dummen Ersatzrollstuhl bekomme

### Gute Laune:

- Mit Freunden zusammen sein
- Gute Noten
- Kampf gewonnen und sportlicher Erfolg, z. B. wenn ich beim Rollschuhlaufen einen Sprung geschafft habe
- Wetter gut und man kann draußen seine Hobbys ausüben, z. B. fotografieren, Bonsai stutzen, malen
- Gutes Essen
- Eigene Geburtstagsfeier
- Neue Sachen
- Schule vorbei
- Hitzefrei
- Wenn ich meine Schwester verkloppe
- Wenn ich Zigarettenkippen kriege
- Wenn ich vor der Polizei abhaue
- Wenn ich weiß, dass es meinen Tieren gut geht
- Geburtstag von Familienmitgliedern
- Wenn jemand mich ärgert und ein anderer mir hilft (Rollstuhlfahrer)

### Aufgabe:

Vergleicht eure Listen miteinander.

Wie könntet ihr eure Launen beeinflussen?

## Himmel und Hölle

### Text: Die Löffelgeschichte

Ein Rabbi (ein Religionsführer) kommt zu Gott: „Herr, ich möchte die Hölle sehen und auch den Himmel.“ „Nimm Elia, den Propheten, als Führer“, spricht der Schöpfer, „er wird dir beides zeigen.“ Der Prophet nimmt den Rabbi bei der Hand.

Er führt ihn in einen großen Raum. Ringsum Menschen mit langen Löffeln. In der Mitte, auf dem Feuer kochend, ein Topf mit einem köstlichen Gericht. Alle schöpfen mit ihren langen Löffeln aus dem Topf. Aber die Menschen sehen mager aus, blass elend. Kein Wunder: Ihre Löffel sind zu lang. Sie können sie nicht zum Munde führen. Das herrliche Essen ist nicht zu genießen. Die beiden gehen hinaus. „Welch seltsamer Raum war das?“, fragt der Rabbi den Propheten. „Die Hölle“, lautet die Antwort.

Sie betreten einen zweiten Raum. Alles genau wie im ersten. Ringsum Menschen mit langen Löffeln. In der Mitte, auf einem Feuer kochend, ein Topf mit einem köstlichen Gericht. Alle schöpfen mit ihren langen Löffeln aus dem Topf. Aber – es gibt einen Unterschied zu dem ersten Raum: Diese Menschen sehen gesund aus, gut ernährt, glücklich. „Wie kommt das?“ – Der Rabbi schaut genauer hin. Da sieht er den Grund: Diese Menschen schieben sich die Löffel gegenseitig in den Mund. Sie geben einander zu essen. Da weiß der Rabbi, wo er ist.

### Aufgabe:

Wie fühlst du dich im 1. Raum und warum?

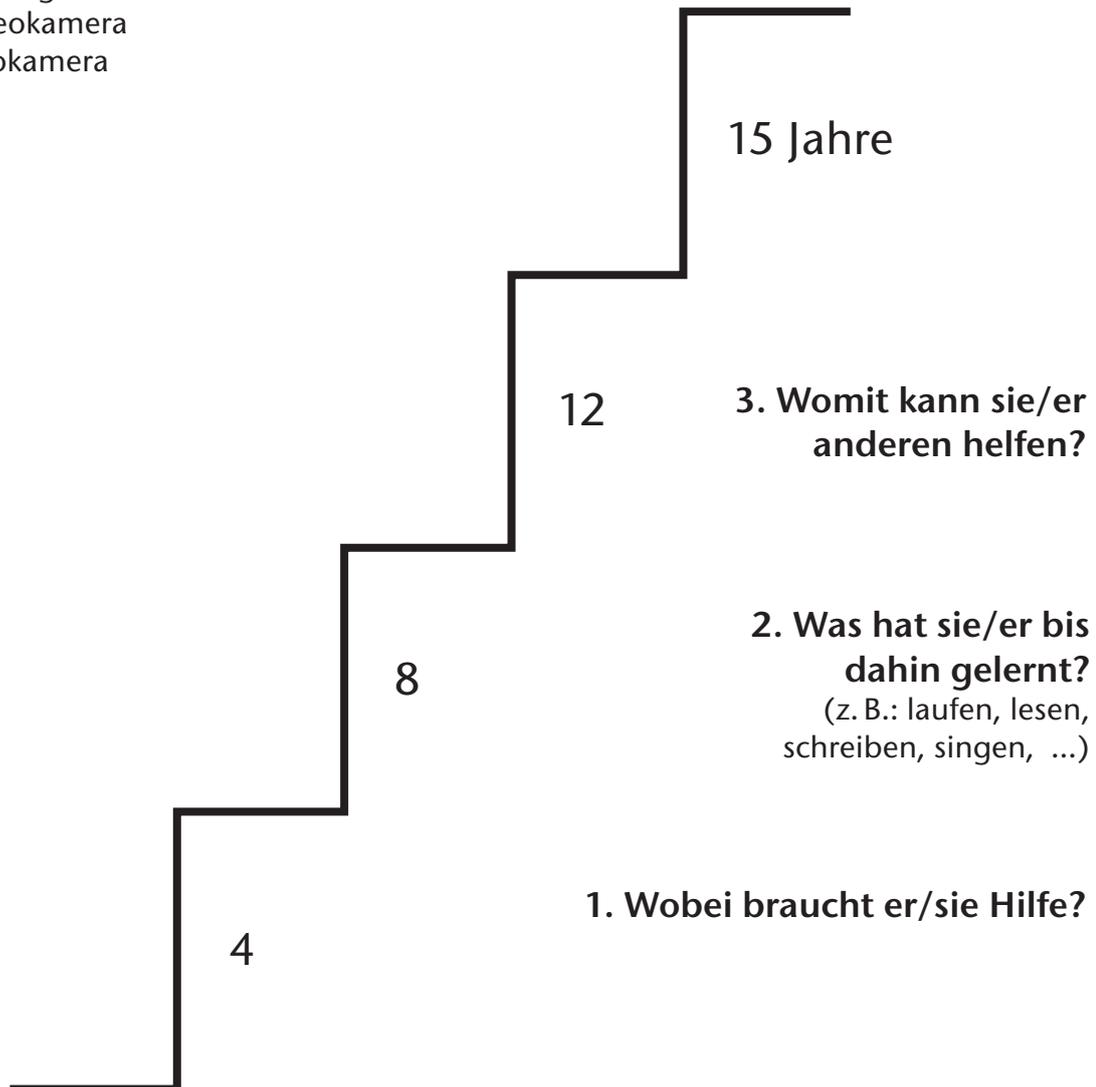
Möchtest du die Situation ändern und wenn ja, wie? Wie fühlst du dich im 2. Raum und warum? Benutze deine Kreativität, indem du schreibst und zeichnest.

## Individuelle Entwicklung

Wir entwickeln uns ein Leben lang weiter und tragen, unbewusst oder bewusst, immer selbst dazu bei in welche Richtung.

### Arbeitsmaterial (wahlweise):

- Diktiergerät
- Videokamera
- Fotokamera



### Aufgabe:

Sucht euch Kinder im Alter von 4, 8, 12 und 15 Jahren aus.

Stellt ihnen die drei oben stehenden Fragen.

Macht von jedem Kind ein Foto und klebt es in die Altersspalte ein.

Schreibt die Antworten mit Altersangabe auf unterschiedliche Zettel.

Gestaltet gemeinsam eine Collage aus den verschiedenen Resultaten.

Feedback (Collageresultat) an: [info@projekt-glueckschmiede.de](mailto:info@projekt-glueckschmiede.de)

## Freundschaft

*„Der Teppich des Lebens wird gewoben aus den Fäden menschlicher Bindungen, die sich ständig knüpfen und lösen.“*

Tagore (indischer Dichter 19./20. Jhd.)

Wie soll ein guter Freund oder eine gute Freundin nach deinen Vorstellungen sein?  
Wie soll ein guter Freund oder eine gute Freundin sein?

### Eine Liste von 14-jährigen Jugendlichen mit Bepunktung:

Mich so akzeptieren, wie ich bin .....	22 Punkte
Lieb, nett, freundlich und nicht neidisch .....	20 Punkte
Zuhören können, verständnisvoll .....	17 Punkte
Ehrlich, vertrauenswürdig, offen für alles, nicht petzen .....	13 Punkte
Zeit haben für mich und mir trotzdem Freiraum lassen .....	13 Punkte
Großzügig und hilfsbereit sein, teilen können .....	11 Punkte
Nicht eifersüchtig sein .....	8 Punkte
Cool, höflich sein .....	8 Punkte
Jeden Spaß/Scheiß mitmachen, humorvoll .....	6 Punkte
Mutig sein .....	2 Punkte

### Weitere Fragen an die Schülerinnen und Schüler:

Welche liebenswerten und nicht so liebenswerten Eigenschaften hast du selber anzubieten?

Wer keine Zeit für Freunde hat, hat keine Freunde, wenn er Zeit hat!

Nehme ich mir genug Zeit für die Beziehungen, die mir wichtig sind?

Was bringe ich in diese Beziehung mit ein?

Darf ich so sein, wie ich bin, oder bemühe ich mich meist, Erwartungen zu erfüllen?

Für welche Beziehung bin ich besonders dankbar?

Hierzu passt das Lied „Freunde“:

Wenn's dir gut geht oder schlecht, ob du Schuld hast oder Recht ...

Musik: Pascal Kravetz, Jean-Jaques Kravetz

Text: Gregor Rottschalk, Helme Heine



Foto: GlückSchmiede e.V.



## 9.2 Definition und Befragung zum „Glück in der Schule“

Regina Marek

2007 startete der Heidelberger Schuldirektor Ernst Fritz-Schubert an der Willy-Hellpach-Schule das Schulfach „Glück“, in dem er zusammen mit anderen Lehrkräften sowie externen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern Grundlagen des Glücks vermittelt. Wie er bei der Schulfachentwicklung vorging und was er damit bezweckt, hat er u. a. in den Büchern „Schulfach Glück“ und „Glück kann man lernen“ festgehalten.

Dem Direktor geht es um Bildung im besten Sinn. Für ihn ist Glück eine ernste Sache – und die Schülerinnen und Schüler sind gut gelaunt dabei. Einige Hamburger Schulen haben u. a. mit Hilfe der Stiftung Kinderjahre begonnen, das Thema „Glück“ in ihr Schulcurriculum zu integrieren. Der Fragebogen zum Thema „Glück in der Schule“ soll weitere Schulen anregen, sich mit der Thematik zu beschäftigen und die Meinung der Schulgemeinschaft einzuholen und zu reflektieren.



Ursprünglich war mit Glück gemeint:

- das Gelungene, leicht Erreichte
- ein positives Schicksal
- der günstige Ausgang eines Ereignisses

Heute hat der Begriff Glück zwei sehr unterschiedliche Bedeutungen. Zunächst ist zwischen dem Zufallsglück (engl: luck) und Lebensglück (engl: happiness) zu unterscheiden.

Glück kann man als das Ziel und den Sinn des Lebens bezeichnen, weil letztlich alle anderen Ziele nur auf das eigene oder das Glück anderer (und damit wieder auf das eigene) hinauslaufen. Der Soziologe Gerhard Schulze unterscheidet zwischen zwei Arten von Glück. Unter „Glück 1“ versteht er die Freiheit von Leid und Mangel (diese Glückskonzeption entspricht auch den Ansichten von Epikur und Schopenhauer).

„Glück 2“, das schöne Leben, baut darauf auf.

### Definition: Glück

Glück ist „eine extrem starke positive Emotion und ein vollkommener, dauerhafter Zustand intensivster Zufriedenheit“ (Philipp Mayring in Psychologie des Glücks). Glück ist eine Privatangelegenheit, kontrollierbar und lernbar und keine Glückssache. Glück ist ein Gefühl und ein Zustand. „Glück empfinden“ hat zwei mögliche Varianten: Es kann ein kurzfristiges oder dauerhaftes Gefühl sein.

### Quellen:

IFEG – Institut für experimentelle Glücksforschung

[www.optimalchallenge.com](http://www.optimalchallenge.com)

IFG München – Institut für Glücksforschung

[www.gluecksforschung.de](http://www.gluecksforschung.de)

Mayring, P. Psychologie des Glücks.

Kohlhammer, Stuttgart 1991.

Wikipedia, „Glück“, abgerufen am 30.11.12

## Befragung zum „Glück in der Schule“

1. Dein/Ihr Name:
2. Der Name und Ort deiner/Ihrer (ehemaligen) Schule:
3. Alter:
4. Bild (wenn dies gewünscht ist)
5. Was verstehen Sie bzw. verstehst du unter Glück?
6. Haben Sie bzw. hast du einmal das zufällige Glück in der Schule erlebt oder ein ähnliches Erlebnis außerhalb der Schule gehabt?

### Hier ein Beispiel:

Ein Schüler entdeckt einen übersehenen Fehler in einer Mathearbeit und teilt dies dem Lehrer mit, obwohl sich seine Note dann verschlechtern würde. Der Lehrer dankt dem Schüler für den Hinweis und sagt: „Du bist sehr ehrlich und besitzt damit eine grundlegende Kompetenz. Ich habe doch einen Fehler gemacht, deshalb bleibt deine Note so wie sie ist“.

7. Können Sie bzw. kannst du beschreiben, was Sie/dir in Ihrem/deinem Schulleben besonders gelungen bzw. geglückt ist? (Gelungenes Schulleben)

### Hier ein Beispiel:

In der Schule haben wir eine Kräuterspirale mit verschiedenen Kräutern auf dem Schulgelände gestaltet. Der Widerstand in der Schulgemeinschaft war groß, da die Kräuterspirale mit Felssteinen eingefasst wurde. „Schüler werden die Steine in die Fenster werfen“, sagte der Hausmeister. Die Kräuterspirale gibt es nach 20 Jahren immer noch auf dem Schulgelände, es wurde nie ein Stein geworfen. Im Arbeitslehrerunterricht konnten später Pizzagerichte mit Kräutern u. a. Oregano zubereitet und Salbeitee getrunken werden. Die Kräuter wurden von der Kräuterspirale geerntet.

8. Würden Sie bzw. würdest du das Fach Glück in der Schule begrüßen?  
Bitte die Antwort begründen.

## Ausgewählte Ergebnisse zur Befragung „Glück in der Schule“

### 1. Dein/Ihr Name:

Anna Kleis. Zurzeit führe ich ein freiwilliges, ökologisches Jahr (FÖJ) am Zentrum für Schulbiologie und Umwelterziehung (ZSU) in der Abteilung Schulgarten durch, u. a. beobachte ich Feldermäuse auf dem ZSU-Gelände und erstelle Unterrichtsmaterial zu Fledermäusen. Später möchte ich Psychologie studieren.

### 2. Der Name und Ort deiner/Ihrer (ehemaligen) Schule:

Stadtteilschule Stellingen in, wer hätte das gedacht, Stellingen!  
(vorher Stadtteilschule Niendorf)

### 3. Alter: 19

### 4. Bild (wenn dies gewünscht ist)



Foto: Privat

### 5. Was verstehen Sie bzw. verstehst du unter Glück?

Glück ist für mich etwas sehr Vielfältiges und Facettenreiches. Ich kann Glück haben oder glücklich sein, wobei ich glücklich sein für erstrebenswerter halte, da es ein langfristiger Zustand ist. Glück haben ist meist durch Zufall bedingt, am „Glücklichsein“ kann man aktiv arbeiten, obwohl natürlich ein paar äußerliche Gegebenheiten erfüllt sein sollten (z. B. die Erfüllung grundlegender Bedürfnisse). Glück ist für mich auf jeden Fall eng mit Geborgenheit, Zufriedenheit und Selbstverwirklichung verbunden.

### 6. Haben Sie bzw. hast du einmal das zufällige Glück in der Schule erlebt oder ein ähnliches Erlebnis außerhalb der Schule gehabt?

Ich hatte viel Glück in der Schule, z. B. kamen immer genau die Aufgaben und Themen in Klausuren dran, für die ich gelernt hatte. Vor einer besonders wichtigen Klausur, hatte die gesamte Klasse mich als Orakel benutzt und sich auf meine Vorhersagen verlassen. Und: Die Klausur fiel super aus, da ich mit meiner Vorhersage mal wieder richtig lag. Glück gehabt!

### 7. Können Sie bzw. kannst du beschreiben, was Sie/dir in Ihrem/deinem Schulleben besonders gelungen bzw. geglückt ist? (Gelungenes Schulleben)

In der 10. Klasse hing für zwei Klassenkameradinnen die Versetzung am seidenen Faden. In Englisch und Mathe mussten sie sich um mindestens zwei Noten verbessern, um in die 11. Klasse versetzt zu werden! Verständlicherweise waren die beiden ziemlich hoffnungslos und verzweifelt, also fragte ich sie, ob ich mit ihnen für die nächsten wichtigen Klausuren üben soll. Dankbar nahmen sie an und tatsächlich: Beide bestanden die Klausuren mit Spitzennoten und wurden versetzt! Und das nur durch fünf gemeinsame Treffen! Gelungen, würde ich sagen.

### 8. Würden Sie bzw. würdest du das Fach Glück in der Schule begrüßen?

#### Bitte die Antwort begründen.

Ja, ich würde das Fach Glück in der Schule begrüßen! Ich habe mal einen Bericht im Fernsehen geschaut, in dem es um das neue Schulfach ging und war ziemlich angetan. Es wirkte wie eine tolle Auflockerung im normalen Schulbetrieb, bei dem die Schülerinnen und Schüler etwas lernen, was ihnen in ihrem jetzigen und späteren Privatleben helfen wird. Ich denke auch, dass das Schulfach die Klassengemeinschaft stärken würde, was ja auch immer gut ist!

## 9.3 Glück im internationalen Vergleich Christine Stecker

*Jetzt, da wir den nach unserer Meinung glücklichen Staat formen, wollen wir das Glück der Gesamtheit, nicht einiger weniger. (Platon)*

Wir leben in einer Welt großer Gegensätze: Auf der einen Seite produziert die Menschheit hochentwickelte Technologien, dennoch leiden mindestens eine Milliarde Menschen weltweit Hunger. Die globale Wirtschaft erreicht neue Höhen der Produktivität durch kontinuierliche technologische und organisatorische Fortschritte und gleichzeitig ist die schonungslose Zerstörung unserer natürlichen Umwelt im Prozess eingeplant. Betrachtet man die USA, so ist die Lebenszufriedenheit über Jahrzehnte fast konstant geblieben trotz des kontinuierlich gestiegenen Bruttosozialprodukts. Und dies gilt auch für andere Nationen, z. B. Deutschland. Viele Studien haben belegt, dass der wachsende Wohlstand nicht automatisch das Glück oder die Lebenszufriedenheit steigern.

Die internationale Glücksforschung hat in der Wissenschaft an Bedeutung gewonnen. Eine unmittelbare Vergleichbarkeit von Ergebnissen ist aufgrund der unterschiedlichen methodischen Vorgehensweisen jedoch kaum möglich. So kam 1989 die London School of Economics and Political Science zu dem aus westlicher Sicht überraschenden Ergebnis, dass Bangladesch, Aserbaidschan, Nigeria, die Philippinen und Indien beim Glücksempfinden auf den ersten fünf Plätzen landeten. Deutschland zum Vergleich war auf Platz 42 im hinteren Viertel. Das ist nun 32 Jahre her, doch auch heute noch liegen die fünf erstplatzierten Länder bei aktuellen Studien im Mittelfeld.

Die Berliner Zeitung wollte es genauer wissen und schickte im Jahr 2000 Journalisten nach Bangladesch. Dort trafen sie auf eine dürre kleine Frau im zerrissenen Sari, die bei Sonnenuntergang in den Ruinen des uralten buddhistischen Klosters von Paharpur im Nordwesten Bangladeschs hockte. 40 Jahre alt ist Mujahi Begum. Der traurigste Tag ihres Lebens war der, als ihr Mann sie verstieß, weil sie „mit dem Mann mehr Kinder“ hätte haben können. „Mir geht es gut, ich esse zweimal am Tag.“ Wenn sie Geld hätte,

würde Frau Mujahi den Sohn verheiraten oder seine Nachtblindheit behandeln lassen. Aber unglücklich? Nein, nein. „Very, very happy“ sei sie, selbstverständlich, sie lebe ja, und zwar in einer Familie und „unter dem großen wunderbaren Himmel“.

Ruut Veenhoven ist Soziologie-Professor an der Erasmus-Universität in Rotterdam. Das allein ist noch nicht unbedingt erwähnenswert. Er ist jedoch auch Direktor der weltgrößten Glücksdatenbank. Die „World Database of Happiness“ enthält Daten zum durchschnittlichen Glücksempfinden in 135 Ländern der Welt. Nach Veenhoven ist der Mensch umso glücklicher, je mehr er oder sie frei wählen und das eigene Leben selbstbestimmt gestalten kann. Dieses kognitive Empfinden, Einfluss nehmen zu können, ist bei der Erreichung der zentralen Lebensziele und einer zufriedenen Lebenseinstellung von Bedeutung. „Generell zeigen glückliche Menschen viel Eigeninitiative. Sie wissen, was sie wollen, sind selbstständig, aktiv, gehen Probleme an, sind stressresistent. Sie können auf andere Menschen zugehen und Kontakte pflegen“, so Veenhoven.

Diese Sichtweise passt zu den Ergebnissen der Glücksforschung im Allgemeinen. Demnach existiert eine Korrelation zwischen bestimmten Faktoren und Glück wie z. B. Aktivität und Beschäftigung. Bereits Aristoteles empfahl im 4. Jahrhundert vor Christus ein tüchtiges, arbeitsames Leben als Glücksrezept. Die moderne Glücksforschung sieht dies eher unter dem Aspekt des „Flow-Erlebnisses“. Dieses Glücksempfinden tritt ein, wenn der Mensch mit einer Sache weder unter- noch überfordert ist und mit der Betätigung das Gefühl verbunden ist, etwas gut zu können. Glückliche Menschen sind zufrieden und leben im Hier und Jetzt. Sie leben und nehmen die Freuden des Lebens einfach mit. All dies sind Faktoren, um sowohl die Ergebnisse von Veenhoven als auch die ganz persönliche, kulturell geprägte Lebenseinstellung von Frau Muhaji Begum zu verstehen.

Wie gut können verschiedene Nationen Glückslevel und -unterschiede ausgleichen? In der Untersuchung von Veenhoven wurden 135



Abb. Happy Planet Index (Quelle: Happy Planet Index Report 2012, S. 12-13)

Nationen von 1970 bis 2010 untersucht. Auf Platz 1 liegen gleichauf Dänemark und Costa Rica, gefolgt von Island, der Schweiz und Finnland. Deutschland wiederum nimmt „nur“ Platz 24 ein und wird dabei eingerahmt von der Dominikanischen Republik und Singapur. Innerhalb der EU-Mitgliedsländer sind die Unterschiede besonders auffällig: Während Griechenland Platz 54 belegt, ist der „unglücklichste“ EU-Mitgliedsstaat Bulgarien (Platz 122). Auf den letzten Plätzen landen ausnahmslos afrikanische Staaten, Tansania bildet den Abschluss (Platz 135).

Zweieinhalbmal so groß wie Deutschland hat Tansania die Hälfte der Bevölkerung Deutschlands. Es gehört zu den ärmsten Ländern der Welt. Aids und Malaria sind bestimmend – die durchschnittliche Lebenserwartung liegt zwischen 52 und 57 Jahren. Laut UNICEF müssen rund 36 Prozent aller Kinder bis zu 14 Jahren 14 bis 17 Stunden an sechs Tagen in der Woche Arbeit auf Plantagen verrichten. Die bedrückende Beschreibung des Zustands ließe sich weiter fortsetzen.

Forscher der University of Illinois haben im Jahr 2011 bei der Auswertung von 160 Studien zum Thema Glück herausgefunden, dass Glück

in Zusammenhang mit Gesundheit und einer höheren Lebenserwartung steht. Das passt zum schlechten Abschneiden von Tansania. Doch was ist mit Frau Muhaji Beggum aus Bangladesch? Würde sie heute anders antworten als 1989? Die Küste Bangladeshs ist die weltweit am stärksten von der globalen Erwärmung betroffene Region, hier leben rund zehn Prozent der Einwohner. Doch die Bevölkerung ist seit langem von starken, regelmäßig auftretenden Überschwemmungen betroffen. Sind die Bewohner Bangladeshs damit stressresistent? Im World Database of Happiness schneidet Bangladesch mit einem Wert von 5,3 ab. Zum Vergleich: Bulgarien: 4,4, Portugal: 5,7, Deutschland 7,1 (Skala von 1-10 wobei 10 der beste Wert ist).

Doch warum landet Deutschland nicht auf den vorderen Plätzen internationaler Glücksstudien? Und was machen Dänemark und Costa Rica anders? Immerhin beantwortete Deutschland die Frage: „Alles zusammen genommen – wie zufrieden oder unzufrieden sind sie mit Ihrem Leben insgesamt?“ mit einem zwischen 1970 und 2010 unveränderten Ergebnis und damit gleichbleibendem Glücksempfinden. Der Trendforscher Matthias Horx sieht es so: „Der Sollzustand der deutschen Kultur ist das tragische Unglück“.

Wir leben im Zeitalter des „Anthropozän“. Es ist ein Zeitalter, das seit Beginn der Industrialisierung gekennzeichnet ist von menschlichen Aktivitäten, die einen starken Einfluss auf die globale Umwelt haben. Der Happy Planet Index (HPI) als Maß der „ökologischen Effizienz der Erzeugung von Zufriedenheit“ berücksichtigt bei der Glücksmessung auch den ökologischen Fußabdruck. Publiziert wurde der Happy Planet Index von der New Economics Foundations in Zusammenarbeit mit Friends of the Earth in Großbritannien 2006. Beim HPI von 2012 schneidet Costa Rica wiederum am besten ab. Doch angepasst: Es spielt nun nicht nur die Lebenszufriedenheit eine Rolle, sondern auch der Umgang mit der natürlichen Umwelt! Und das heißt für Dänemark Platz 110 von 151 auf dem HPI trotz eines vorbildlichen Bildungs- und Gesundheitssystems und glücklichen Dänen. Deutschland kommt besser weg: Platz 46.

Prof. Dr. Bernd Raffelhüschen von der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg unterstreicht die Notwendigkeit für eine internationale Neuorientierung bei der Wohlstandsmessung: „Derzeit befinden wir uns, was eine neue oder ergänzende Statistik betrifft, noch mitten im Prozess, in dem viele Länder mit neuen Wohlstandsmaßen experimentieren.“ Dazu gehört auch Deutschland: 2011 wurde eine Enquete-Kommission eingesetzt, um neue Indikatoren für Wohlstand und Fortschritt jenseits des bisherigen Maßstabs (Bruttonationalprodukt) zu entwickeln. Lernen könnten die europäischen Länder dabei von Bhutan. Bereits 1979 prägte der König Jigme Singye Wangchuck den Begriff „Bruttonationalglück“, es gibt sogar eine gleichlautende Kommission. Auch der Blick nach Ecuador und Bolivien lohnt: Das indigene Prinzip des „guten Lebens“ (Sumak kawsay) wurde in der ecuadorianischen Verfassung von 2008 und der bolivianischen Verfassung von 2009 integriert. Mit dem Happy Planet Index ist ein erster Ansatz vorhanden, das Kriterium Nachhaltigkeit in die volkswirtschaftliche Messung mit einzubeziehen. Es bleibt spannend, was aus der Arbeit der Enquete-Kommission erwachsen wird und ob die Deutschen im weltweiten Vergleich einen Weg finden werden, „glücklicher“ zu werden.

#### Quellen:

Abdallah S, Michaelson J, Shah S, Stoll L, Marks N (2012), The Happy Planet Index: 2012 Report. A global index of sustainable well-being (nef: London), Seiten 12-13

Berliner Zeitung (2000), „Die Glücklichen“, 28. November 2000, <http://www.berliner-zeitung.de/archiv/in-bangladesch-sollen-die-zufriedensten-menschen-der-welt-leben---eine-ueberpruefung-die-gluecklichen,10810590,9855754.html>

Diener, E.; Chan, M.Y. (2011): „Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity“, Applied Psychology: Health and Well-Being, 3, [http://news.illinois.edu/news/11/0301happy\\_EdDiener.html](http://news.illinois.edu/news/11/0301happy_EdDiener.html)

Helliwell, J., Layard, R., Sachs, J. (2012), World Happiness Report, The Earth Institute, Columbia University, <http://www.bhutan-research.org/articles/2012/john-helliwell-richard-layard-and-jeffrey-sachs-2012-world-happiness-report>

Horx, Matthias (2009), Das Buch des Wandels – Wie Menschen Zukunft gestalten, 3. Auflage, Seite 310

Layard, R. (2011), London School of Economics, [http://eprints.lse.ac.uk/39343/1/blogs.lse.ac.uk-Governments\\_role\\_should\\_be\\_to\\_increase\\_happiness\\_and\\_reduce\\_misery\\_Policy\\_analysis\\_must\\_be\\_recast\\_to\\_.pdf](http://eprints.lse.ac.uk/39343/1/blogs.lse.ac.uk-Governments_role_should_be_to_increase_happiness_and_reduce_misery_Policy_analysis_must_be_recast_to_.pdf)

Kreichgauer, Karl: [www.gluecksarchiv.de](http://www.gluecksarchiv.de), abgerufen am 16.11.2012

Raffelhüschen, Bernd (2012), Lebenszufriedenheit – die Vielfalt des Glücks, <http://www.delivering-tomorrow.com/de/lebenszufriedenheit-die-vielfalt-des-gluecks/>, abgerufen am 16.11.2012

Veenhoven, R., Happiness in Nations World Database of Happiness, Erasmus University Rotterdam, [http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap\\_nat/nat\\_fp.php?mode=1](http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_nat/nat_fp.php?mode=1)

Veenhoven, R., Happiness in Bangladesh (BD), World Database of Happiness, Erasmus University Rotterdam, The Netherlands. Viewed on 2012-11-18 at <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>

## 9.4 Neurobiologie und Glücksmessung: Kann Schokolade glücklich machen? Regina Marek

Im Kakao der Schokolade befindet sich Serotonin, ein Stoff der im Volksmund als „Glückshormon“ bezeichnet wird. Für einen echten Glücksrausch müsste man allerdings 200-300 Tafeln Schokolade essen. Wer möchte dies schon tun, um glücklich zu sein.

Serotonin ist wichtig für viele Vorgänge im Gehirn und spielt zum Beispiel bei Depressionen eine Rolle: Depressive Menschen haben nachweislich weniger Serotonin im Gehirn zur Verfügung. Doch Schokolade hilft dagegen nicht. Sie enthält nicht viel Serotonin – viel weniger als etwa Walnüsse, Bananen oder Tomaten. Und selbst diese gelten nicht als Glücksmacher. Tatsache ist, dass Serotonin aus Nahrungsmitteln gar nicht erst ins Gehirn gelangen kann. Das empfindliche Organ ist durch eine Barriere geschützt. Diese sogenannte Blut-Hirn-Schranke sitzt in den Wänden der Adern im Gehirn und lässt nur bestimmte Stoffe durch. Viele Substanzen aus Nahrung und Verdauung gelangen zwar über das Blut in den Adern durch den ganzen Körper. Die „Glücksbotenstoffe“ können aber die

Blut-Hirn-Schranke nicht passieren und daher nicht ins Nervengewebe des Gehirns vordringen.

Allerdings kann es so etwas wie ein Glücksgefühl beim Schokoladegenuss wirklich geben, auch wenn es weiße Schokolade ist. Doch das kommt daher, dass derjenige, der Schokolade isst, Schokolade mag. Dazu kommt noch die Gewohnheit, Schokolade in besonderen Situationen zu essen – als Trost etwa, oder als Belohnung. So gewinnt die Schokolade an emotionaler Bedeutung, und diese Gewohnheit verankert sich im Gehirn: Sobald Schokolade in der entsprechenden Situation gegessen wird, reagiert das sogenannte Belohnungssystem des Gehirns. Es umfasst eine Reihe von Arealen im Gehirn, die immer dann aktiv sind, wenn Menschen Erfolg haben, wenn ihnen etwas glückt oder wenn ein Plan gelingt. Schon seit Jahren ist bekannt, dass das Belohnungssystem bei Menschen aktiviert wird, wenn sie Dinge essen, die sie mögen. Dabei schütten die Hirnzellen einen bestimmten Botenstoff aus, das Dopamin. Das Glücksgefühl beim Schokoladegenuss entsteht durch diesen Vorgang im Gehirn –



Abb.: Schematische Darstellung des menschlichen Gehirns. Grafik: Johannes Marek · Kann Schokolade glücklich machen? Bestimmt! Foto: Slavomir Pancevac/Fotolia.com

und nicht, weil etwa Dopamin in der Schokolade steckt.

Bei echten Schokoladeliebhabern springt das Belohnungssystem schon an, wenn sie nur Bilder von Schokolade sehen. Allein die Aussicht auf den Lieblingsstoff bringt das Gehirn in Wallung. Bei Menschen, die Schokolade nicht besonders gern mögen, gibt es diese Reaktion nicht – und so war es auch bei den Testkandidaten im Quarks-Arena-Experiment: Es wurden zwei Freiwillige vom Hirnforscher Dr. Bernd Weber am Institut Life&Brain in Bonn untersucht. Die Probanden lagen in einem Kernspin-Gerät und sahen Bilder von Schokolade und Bilder von anderen Lebensmitteln – Gemüse oder Wiener Würstchen. Das Kernspin-Gerät zeichnete währenddessen auf, wo sich in ihrem Gehirn die Durchblutung verstärkt. Und es gab einen deutlichen Unterschied: Eine ausgesprochene Schokoladeliebhaberin reagierte auf die Bilder mit einer erhöhten Aktivität im Belohnungszentrum. Dagegen gab es bei einer anderen Person, die Schokolade nicht besonders mag, keinen nennenswerten Ausschlag. Hirnforscher sagen: Wichtig für das Glücksgefühl ist die Präferenz, die individuelle Vorliebe, der eigene Wunsch, den man sich erfolgreich erfüllt. So macht also Schokolade diejenigen glücklich, die sie mögen. In Anlehnung an Johanna Bayer, Quarks&Co - WDR-Fernsehen (2008).

### Neurobiologie und Glücksforschung – „Alles Glück ist neurobiologisches Glück“

Die Neurobiologie leistet einen grundlegenden Beitrag zur Glücksforschung, indem sie versucht, das Bewusstsein von Emotionen z.B. „Ich bin glücklich“ hirnhysiologisch zu erklären. Vor allem der amerikanische Neurologe Richard Davidson hat sich durch seine Experimente einen Namen gemacht. Mithilfe der **Elektroenzephalografie** (EEG, von griechisch encephalon Gehirn, gráphein) hat er die Gehirnaktivität seiner Versuchspersonen gemessen. Dies ist eine Methode der medizinischen Diagnostik und der neurologischen Forschung zur Messung der summierten elektrischen Aktivität des Gehirns durch Aufzeichnung der Spannungsschwankungen an der Kopfoberfläche. Das **Elektroenzephalogramm** (ebenfalls EEG abgekürzt) ist die grafische Darstellung dieser Schwankungen. Das EEG ist eine standardmäßige Untersuchungsmethode in der

Neurologie. So fand Davidson heraus, dass die linke vordere Gehirnhälfte für positive Gefühle (im Experiment ausgelöst z. B. durch lustige Filmclips) zuständig ist, während die rechte vordere Gehirnhälfte negative Emotionen entstehen lässt.

Glück ist, wenn die Chemie im Gehirn stimmt: Dopamin, Serotonin, Endorphine und Noradrenalin müssen in den richtigen Mengen vorhanden sein. Im Volksmund gilt **Dopamin** als Glückshormon, das z.B. beim intensiven sog. Flow-Erlebnis, einem besonders positiven Bewusstseinszustand, ausgeschüttet wird. **Serotonin** ist ein sogenanntes „Wohlfühlhormon“. Ohne Serotonin ist man schlecht gelaunt, ängstlich oder sogar depressiv. **Endorphin**, eine Wortkreuzung aus „**endogenes Morphin**“, ist ein vom Körper selbst produziertes Opioid. Endorphine regeln Empfindungen wie Schmerz und Hunger. Sie stehen in Verbindung mit der Produktion von Sexualhormonen und werden mitverantwortlich gemacht für die Entstehung von Euphorie. Das Endorphinsystem wird unter anderem in Notfallsituationen aktiviert. Bisher wurde angenommen, dass die Endorphinausschüttung der Grund sei, warum manche schwer verletzte Menschen zunächst keine Schmerzen verspüren. **Noradrenalin** oder **Norepinephrin** ist ein Neurotransmitter und ein Hormon. Es wird vom Körper im Nebennierenmark und im Locus caeruleus produziert. Es ist dem Adrenalin verwandt und regt das Herz-Kreislauf-System an.

#### Quelle:

Bernd Hornung: Glücksforschung und Glückswissenschaft Band II. Hirnforschung, Neurobiologie, DNS und unsere happy Gene. Institut für Glücksforschung 2012.

## 9.5 Lichttherapie zur Stimmungsaufhellung Regina Marek

Eine Lichttherapie ist ein von der wissenschaftlichen Medizin anerkanntes Verfahren zur Behandlung verschiedener Erkrankungen. Mit Lichttherapie behandelt werden Depressionen und die damit häufig verbundenen Schlafstörungen, die für die Betroffenen einen Stressfaktor darstellen können. Ein bedeutsamer biologischer Vorgang scheint zu sein, dass besonders in der zweiten Nachthälfte Melatonin im Gehirn produziert wird. Melatonin wird mit einer depressiogenen Wirkung in Verbindung gebracht. Wird die Lichttherapie unmittelbar nach dem morgendlichen Aufwachen angewandt, also möglichst früh, dann wird die Produktion von Melatonin beendet bzw. Melatonin abgebaut, sodass es zu einem positiven Stimmungsumschwung kommt. Es ist auch nachgewiesen, dass Licht den Melatoninhaushalt hemmend beeinflusst.

Die Firma Philips hat deshalb eine Reihe von Lichttherapieprodukten entwickelt. Die meisten

Menschen fühlen sich in den hellen und sonnigen Sommermonaten an der frischen Luft energiegeladener und fitter, denn sowohl Sonnenschein als auch Tageslicht wirken anregend auf uns. Wenn wir der richtigen Art von Licht ausgesetzt sind, können wir unseren Tagesrhythmus besser ausrichten und wachen morgens leichter auf. So steigert man seine Energie durch die einzigartige positive Wirkung von Licht auf die Gesundheit.

### Quelle:

Informationen zu Lichttherapiegeräten mit technischen Informationen findet man unter folgendem Link:

[http://www.philips.de/c/light-therapy/38699/cat/#/cp\\_tab1](http://www.philips.de/c/light-therapy/38699/cat/#/cp_tab1)



Abb.: Lampen für die Lichttherapie und zur Stimmungsaufhellung. Foto: Philips

## 9.5 Gestaltung eines Glückstagebuches Regina Marek

Glück kann jeder, der weiß, wie es geht. Es ist nicht so kompliziert, das persönliche Glück zu finden, zu vergrößern und dauerhaft zu bewahren. So einfach geht es: Man muss nur jeden Abend drei Dinge aufschreiben, die man am Tag als beglückend empfunden hat. Wissenschaft-

liche Untersuchungen haben erwiesen, dass das regelmäßige positive Erinnern innerhalb weniger Wochen die Zufriedenheit und Gelassenheit, das subjektive Glücksgefühl und Selbstvertrauen merklich steigert.

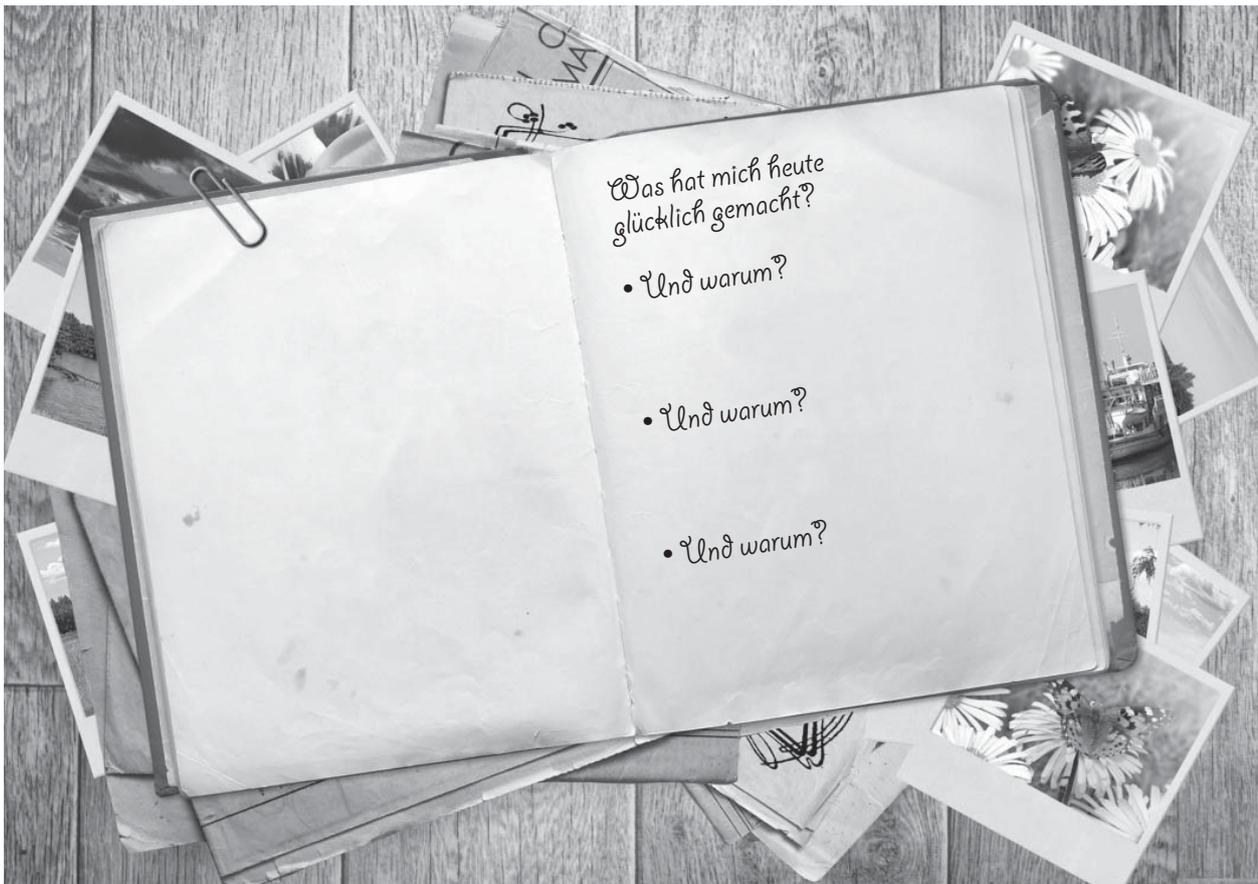


Foto: frenta/fotolia.com

## 10. Pflanzen, die Glück bringen Uta Nellen

In allen Kulturen der Erde haben Menschen von alters her die sie umgebende Natur zu deuten versucht und ihren Erscheinungen einen Sinn und eine Bedeutung für ihr eigenes Leben gegeben. Sie wurden als Symbole der unsichtbaren Götter verehrt, oder man versuchte mit ihrer Hilfe das Schicksal zu beeinflussen. Wetter, Tiere und Pflanzen, Meer und Gesteine standen den Menschen freundlich oder feindlich gegenüber und man konnte sich mit ihnen verbünden, sie meiden oder sie versöhnen.

Pflanzen hatten dabei eine besondere Bedeutung: Gift- und Drogenpflanzen verliehen Zauberkräfte, Blüten, Früchte und Blätter heilten Krankheiten, gaben Auskunft über das zu erwartende Wetter, das künftige Gedeihen der Feldfrüchte oder beeinflussten das Leben im Guten und Bösen.

Auch in unserer aufgeklärten und technisierten Zeit haben sich noch Reste der früheren Überzeugungen als Aberglaube, Volksweisheit oder freundliches Ritual erhalten.

### Sind Pflanzen als Orakel heute noch aktuell?

Wer „ganz sicher“ sein will, ob der oder die Liebste noch niemand anderen hat, zupft die äü-

ßeren Zungenblüten von Margarite, Gänseblümchen oder Ringelblume der Reihe nach ab und spricht dabei den alten Orakelspruch: „... Liebt mich, liebt mich nicht ...von Herzen, mit Schmerzen ...“ glaubt das Ergebnis, oder auch nicht.

Kinder pusten die Samen von der Pusteblume ab: Sind sie alle mit einem Atemzug weg, bringt es Glück.

Was heute ein belächeltes Spiel ist, hatte früher eine große Bedeutung: Pflanzen als Glücksbringer, Schutz- und Abwehrzauber begleiteten die Menschen durchs Leben. Sie waren auch Schicksalsorakel und Mittel zum Wahrsagen.

### Glücksklee

Fast die Hälfte der Deutschen glaubt daran, dass ein vierblättriges Kleeblatt Glück bringt, besonders, wenn es verschenkt wird. Vielleicht, weil es ebenso selten und überraschend vorkommt wie das Glück?

Zu Silvester werden heutzutage Zuchtformen von vierblättrigem Sauerklee (*Oxalis*) aus dem Gewächshaus als Glücksbringer fürs neue Jahr verschenkt, Blätter des Wiesenklees (*Trifolium pratense*) lassen sich noch nicht manipulieren.

Der Legende nach nahm Eva – als sie mit Adam aus dem Paradies vertrieben wurde – als Anden-



Abb. (von links): Die wilde Rose (*Rosa canina*) ist der Sage nach aus den Tränen der Aphrodite entsprossen, als sie um ihren Geliebten, den schönen Jüngling Adonis, weinte. Foto: Manfred Heyde/Wikipedia · Vergissmeinnicht gilt als berühmte „blaue Blume der Romantik“. Foto: Pwagenblast/Wikipedia



Abb.: Paarung von Hauhechel-Bläulingen auf einer Blüte des Wiesenklees. Foto: Friedrich Böhringer/Wikipedia

ken ein vierblättriges Kleeblatt mit. So hält jeder, der eines pflückt, ein Stückchen Paradies in den Händen.

Allerdings bringt ein Vierklee nur dann Glück, wenn man es zufällig findet und nicht bewusst danach sucht. Unter das Kopfkissen gelegt, soll Glücksklee wunderbar schöne Träume bringen. Wird er einem Reisenden heimlich in den Schuh gesteckt, so ist ihm oder ihr eine gesunde Heimkehr sicher.

In der Frühzeit der Christianisierung Irlands erlangte auch das dreiblättrige Kleeblatt eine symbolische Bedeutung, als der Heilige Patrick es in seinen Predigten vor ländlichen Zuhörern benutzte, um die Dreifaltigkeit zu erklären. Seit Jahrhunderten ist das Kleeblatt: „Shamrock“ das Symbol Irlands. Alle Iren schmücken sich am St. Patrick's Day (17. März) mit Kleeblättern oder Kleesträußchen, und deren Grün ist die Festtagsfarbe der feiernden Iren in aller Welt.

## Rote Rosen

Beinahe jeder Mensch versteht, was es bedeutet, rote Rosen zu verschenken oder zu erhalten. Sie sind Ausdruck ohne Worte und Geständnis von Liebe, die Bitte um Zuneigung und die Hoffnung auf Glück.

Rosen sind in fast allen Kulturen das Symbol für Liebe, Freude und Jugendfrische. Sie sind Attribute griechisch-römischer und germanischer Liebes- und Muttergöttinnen, auch von Maria und vielen Heiligen.

Die wilde Rose (*Rosa canina*) ist der Sage nach aus den Tränen der Aphrodite entsprossen, als sie um ihren Geliebten, den schönen Jüngling Adonis, weinte.

Die Rose bedeutet Glück und Schmerz (keine Rose ohne Dornen), und wegen ihrer hinfälligen Blütenblätter ist sie auch mit Vergänglichkeit und Tod verbunden. In den Grabnischen der Katakomben sind Rosenranken aufgemalt als Sinnbilder eines aus dem Tod erblühenden, ewigen Lebens.

Die vollkommene Symmetrie der ungefüllten fünf-zähligen Rosenblüte hat die gotische Kirchenarchitektur inspiriert: Als Fensterrose über den Portalen an der Westfront in Richtung der sinkenden Sonne symbolisieren ihre leuchtenden Farben den Übergang vom irdischen ins ewige Leben.

„Der Duft der Rose ist der Duft der Götter“, hieß es in der Antike. Eingefangen wird er in Rosenöl und Blütenessenzen und früher als Heilmittel und für Liebeszauber gebraucht. Heute ist Rosenöl Bestandteil von Parfüms und Marzipan und wird in der Aromatherapie verwendet. Auch das hat mit Glück zu tun!

### Zauberblumen und die blaue Blume der Romantik

Blau ist die Farbe des Himmels, der Sehnsucht, der Treue. In Märchen, Liedern und Sagen sind blaue Blumen Symbole für Liebesehnsucht oder helfen mit ihren Zauberkräften, einen verborgenen Schatz zu finden (im Märchen: „Der Schatz im Berg“) oder die verzauberte Geliebte zu erlösen (im Märchen „Jorinde und Joringel“).

Die Volksnamen von einigen blauen Blumen verraten uns die Gedanken und Wünsche der Menschen damals: Vergissmeinnicht, *Myosotis* (Sehnsucht), Mannstreu, *Eryngium* (erweckt die Liebeskraft), Wegwarte, *Cichorium* (immerwährende Treue), Männertreu, *Veronica* (seine Blüten fallen so schnell ab, wie die Treue vergeht) Jungfer im Grünen, *Nigella* (verschmähte Liebe).

Andere bedeutungsvolle blaue Blumen: Veilchen, *Viola* (Hoffnung, verborgene Liebe), Immergrün, *Vinca* (Treue, Abwehr des Bösen) Enzian, *Gentiana* (Liebe, Treue), Eisenhut, *Aconitum* (Zauberei, Tod), Kornblume, *Centaurea* (Beständigkeit).

Die berühmte „blaue Blume der Romantik“ ist eine dichterische Zusammenschau aller den blauen Blumen zugeschriebenen Eigenschaften und Kräfte. Sie steht für Sehnsucht und Liebe und für das metaphysische Streben nach dem Unendlichen. In den Werken der Dichter der Romantik wird sie besungen und gesucht, doch immer vergebens.

Die Suche nach der blauen Blume entspricht der Suche nach dem Glück, das für die Romantiker im Erkennen der Natur und auch des eigenen

Selbst liegt: „Ich wandre schon seit lange, hab lang gehofft, vertraut, doch ach, noch nirgends hab ich die blaue Blum' geschaut“ (J. v. Eichendorff).

### Literatur zum Weiterlesen

**Beuchert, Marianne: Symbolik der Pflanzen. Von Akelei bis Zypresse.** Insel Verlag, Frankfurt 1999. 391 Seiten.

Das Buch enthält 100 ausführliche Portraits vorwiegend einheimischer Pflanzen, in denen es um ihre Volksnamen, Symbolik und ihre Kulturgeschichte in Deutschland und Europa geht. Es enthält eine umfangreiche Bibliographie und ist mit sehr schönen farbigen Aquarellen illustriert.

**Michels, Karl-Heinz: Stille Schwestern im Wind der Wiesen.** Heimische Wildblumen in Märchen, Sagen, Legenden und Poesie. Verlag Natur & Wissenschaft, Solingen 2000. 232 Seiten.

Eine anregende Zusammenstellung von botanischen und poetischen Materialien zu 25 bekannten Blumen von Anemone bis Veilchen mit Strichzeichnungen und S-W Fotos.

**Scherf, Gertrud: Zauberpflanzen Hexenkräuter. Mythos und Magie heimischer Wild- und Kulturpflanzen.** BLV Verlagsgesellschaft, München 2003. 223 Seiten.

Das Buch portraitiert 63 Heil- und Zauberpflanzen mit Biologie, Geschichte, Bedeutung in Mythos, Magie und Brauchtum von der Antike bis zur Gegenwart.

Viele farbige historische Illustrationen und Pflanzenfotos, ausführliches Register, ansprechendes Layout.

## 11. Der Prickelknopf – eine erstaunliche Pflanze

Walter Krohn und Regina Marek

In Nordbrasilien wird der Prickelknopf als Jambú bezeichnet. Die Pflanzenart heißt *Acmella* (Syn.: *Spilanthes oleracea* (Familie der Korbblütler, Asteraceae). *A. oleracea* ist nur aus der Kultur bekannt, als Heimat wird Peru vermutet. Sie wird im Englischen wegen ihrer schmerzbetäubenden Wirkung *toothache plant* („Zahnweh-Pflanze“) genannt, wegen der Form der Blütenköpfchen findet sich auch die Bezeichnung *eyeball plant* („Augapfel-Pflanze“). Ebenfalls der Form der Blütenköpfchen wegen wird sie, wie einige andere Pflanzenarten, im Deutschen „Husarenknopf“ genannt. Andere volkstümliche Namen sind „Parakressekraut“ und „Prickelknopf“.

Diese Pflanze ist eine geniale „Laune der Natur“. Die Blätter und sogar die Blüten der Prickelknöpfe sind essbar. Zerbeißt man ein Blatt oder ein Blüte – nach 30 Sekunden spüren man ein angenehmes und erfrischendes Prickeln auf der Zunge und den Lippen. Ein besonders intensives Prickeln erzeugen die leuchtend gelben Knopfb Blüten mit ihrer roten Mitte. Die Blätter sind dunkel grün. Verantwortlich für das Prickeln ist das Alkaloid *Spilanthol*, das mit über 1% in den Blüten am höchsten konzentriert ist; daneben wur-

den die ebenfalls scharf-schmeckenden Isobutylamide der Hendeca-2E,7Z,9E-triensäure und der Hendeca-2E-en-8,10-diinsäure gefunden. Andere Arbeiten erbrachten auch den Nachweis von ähnlichen poly-ungesättigten Alkamiden mit 9 C-Atomen. Chemisch und auch physiologisch erinnern diese Stoffe an die Alkamide (Sanshoole) im Sichuanpfeffer.

### Pflanzenverwendung

Gekochte Jambú-Blätter werden im Norden Brasiliens für verschiedene traditionelle Gerichte verwendet, z. B. *Pato no Tucupí* (Ente und Jambú-Gemüse, gekocht in Tucupí). Die kulinarische Verwendung des Prickelknopfes ist heute auf das tropische Brasilien (vor allem die Provinzen Acre, Amazonas, Pará und Ceará) beschränkt, wo die Pflanze vor allem in der Kochkunst der Indio-Bevölkerung eine Rolle spielt. Das stärkehaltige Wurzelgemüse Maniok ist in verschiedenen Formen die Grundlage der Ernährung, und da Maniok nicht nach viel schmeckt, würzt man maniokbasierte Speisen gerne mit scharfen Gewürzen. Parakresse ist dazu sehr beliebt; die Blätter werden unzerkleinert mitgekocht und auch mitgegessen.



Abb.: Der Prickelknopf ist eine geniale „Laune der Natur“. Foto: Mikrolit/Wikipedia · Die Blüten und Blätter sind essbar.  
Foto: Phyzome/Wikipedia

Jambú-Blättern wird eine entzündungshemmende Wirkung zugeschrieben; antibakterielle Effekte konnten allerdings nicht nachgewiesen werden. Die Pflanzen werden in der Volksheilkunde gegen Rheuma, Gicht, Zahnfleischentzündungen und Hautpilz eingesetzt. Wenn die Blätter roh zerkaut werden, beginnt es nach wenigen Sekunden auf der Zunge zu prickeln, ähnlich der Wirkung von Brausepulver, wobei sich ein aromatischer Kräutergeschmack ausbreitet.

Prickelknöpfe eignen sich als Zierpflanze im Garten oder kommen im Zimmer als Tischdekoration zur Wirkung. Verwenden kann man die Blüten als essbare Dekoration bei Cocktails und Desserts. Man kann einige Blätter in den gemischten Blattsalat schneiden. Oder überraschen Sie einfach Ihre Bekannten mit einem prickelnden Blatt. Trinken Sie mit Freunden eine Runde Schnaps (Tequila, Korn ...) und zerbeißen direkt nach dem Trinken ein Blatt der Prickelknöpfe. Spüren Sie es? Bestimmt wiederholen Sie dieses interessante Ritual. Vielleicht ersetzt es sogar den traditionellen Gebrauch von Zitrone und Salz nach dem Tiquila. Die Volksmedizin schätzt die Stärkung der Abwehrkräfte (ähnlich wie Echinacea) und die Wirksamkeit gegen Viren und Pilze.

### Pflanzenpflege

Der Prickelknopf kann in Balkonkästen, Terrakottatöpfen oder in Hängetöpfe gepflanzt werden. Man sollte einen halbschattigen bis sonnigen Standort wählen. Im Beet ausgepflanzt entwickeln sich die Prickelknöpfe etwas langsamer und werden teilweise von Schnecken besucht. Es ist wirklich erstaunlich, dass Schnecken die Blätter der Prickelknöpfe verspeisen. Entweder sie spüren kein Prickeln auf der Zunge, oder sie fressen sie gerade deswegen so gerne. Dies ist noch ein ungeklärtes Rätsel für die tiermedizinische Wissenschaft. Etwas Hornspäne o.a. Dünger in die Pflanzerde mit einmischen. Prickelknöpfe können im Haus überwintert werden und sind mehrjährig, jedoch nicht winterhart.

Bezug der Pflanze: Die Pflanze gibt es in Blumenmärkten, sie ist dort bei den Kräutern zu finden.

### Grundlegende Informationen zu Pflanzen gibt es in der Grünen Schule:

#### Pflanzenabholprogramm und Ausleihe von Materialkisten

Susanne Boesader  
Tel.: 42 816 - 480 (Gewächshaus) oder - 472 (Büro) Fax: 42 816 - 489  
E-Mail: boesader@uni-hamburg.de  
Sprechzeit: Mo. – Do., 7.00 – 12.30 Uhr, 13.00 – 15.00 Uhr (Abholzeiten)

#### Erkundungsgänge, Unterricht, Beratung, Lehrerfortbildung

Walter Krohn  
Tel.: 42 816 - 208, Fax: 42 816 - 489  
E-Mail: gruene-schule@botanik.uni-hamburg.de  
Telefonsprechstunde: Mo., 14.00 – 17.00 Uhr

Postanschrift: Grüne Schule im Botanischen Garten der Universität Hamburg  
Hesten 10, 22609 Hamburg  
Internet: [www.biologie.uni-hamburg.de/bzf/garten/gruesch.htm](http://www.biologie.uni-hamburg.de/bzf/garten/gruesch.htm)

#### Quellen:

[http://gernot-katzers-spice-pages.com/germ/Spil\\_acm.html](http://gernot-katzers-spice-pages.com/germ/Spil_acm.html)

Hier findet man z. B. die Namensklärung und die genaue Herkunft.

[http://www.biodiversitylibrary.org/name/Spilanthes\\_oleracea](http://www.biodiversitylibrary.org/name/Spilanthes_oleracea)

Wenn man wissen will, was schon einmal über die Pflanze geschrieben wurde:

Wikipedia, „Jambú“, abgerufen am 28.11.12

## 12. An apple a day keeps the doctor away Walter Krohn

### Na, ein Glück!

Vom Liebesapfel bis zum Zankapfel sind die Äpfel Symbole für fast alles, was einem Menschen geschehen kann, im Guten wie im Bösen.

Der Paradiesapfel war höchstwahrscheinlich gar kein Apfel, sondern eine Zitronenverwandte. blieb deshalb ein Stück davon als Adamsapfel im Halse stecken? Genauer gesagt, ist es eine Abart der Limetten-Citrone (*Citrus auratus Pomum Adami Risso*). Sie hat mehrere bissähnliche Eindrücke und ist wohl die verbotene Frucht des Paradieses. In der westlich-christlichen Bildtradition wird daraus der Apfel wie z. B. bei Lucas Cranach in seiner Darstellung des Sündenfalls. Seit dem 11. Jh. ist der Apfel auch Zeichen der Erlösung von der auf dem Sündenfall basierenden Erbsünde. So wird der in der Hand Marias dargestellte Apfel gedeutet und der Apfel am weihnachtlichen Christbaum auch.

Der Zankapfel dagegen geht auf eine griechische Sage zurück, nach der die nicht zur Hochzeit der schönen Meeresnymphe Thetis mit Peleus geladene Göttin der Zwietracht dennoch erschien und zornig einen goldenen Apfel unter die Hochzeitsgäste warf mit der Aufschrift: „Der Schönsten“. Es kam zum Streit zwischen Hera, Aphrodite und Athene, den der Göttersohn Paris entscheiden sollte. Mit den bekannten Folgen. Denn die Göttinnen versuchten Paris durch Versprechungen für sich zu gewinnen. Aphrodite versprach ihm die Heirat mit der schönsten Frau, mit Helena, die aber schon verheiratet war.



Foto: Wikipedia

Abb.: Gemälde von Adam und Eva im Paradies (Sündenfall) von Lucas Cranach (1472-1535). 1533. Bode-Museum Berlin

### Vom Trojanischen Krieg zum Baum des Jahres 2013, dem Wildapfel

Nur mit Glück und Wissen wird man heute noch einem Wildapfel (*Malus sylvestris*) begegnen und ihn erkennen. Der Holzapfel gehört nicht zu den Vorfahren des Kulturapfels. Älteste Funde sind fast 6000 Jahre alt. Die kleinen, sauren und recht harten Früchte wurden dennoch geerntet und bevorratet. Der Europäische Wildapfel (*Malus sylvestris*) ist ausgesprochen selten und gefährdet; ausgedehntere Vorkommen gibt es in den Hartholzauen von Elbe (Biosphärenreservat Mittlere Elbe bei Dessau) und am Rhein. Der in Mitteleuropa endemische Wildapfel *Malus sylvestris* war nach der Eiszeit bis zum Beginn des Apfelanbaus in Nordeuropa durch die Römer weiter verbreitet als heute. Manche der als Holz- oder Wild-Apfel bezeichneten Pflanzen sind Einkreuzungen mit *Malus x domestica*.

Und der Kulturapfel geht vor allem auf den Altai-Apfel (*Malus sieversii*) zurück. Der Ursprung des Kultur-Apfels ist in Zentral-Asien zu sehen, in den Hochtälern des Tien Shan, wo *M. sieversii* noch heute vorkommt. *Malus sieversii* tritt in großer Vielfalt auf; einige Früchte sind kaum genießbar wie der bei uns heimische Holzapfel, andere sind kaum von heutigen Kulturformen zu unterscheiden. Zwischen Kaukasus und Himalaya liegt das Biodiversitätszentrum der Gattung; Alma Ata heißt übersetzt „Stadt des Apfels“.

Der „Baum des Jahres 2013“ kreuzt sich hervorragend mit dem Kulturapfel *Malus domestica* und es ist schon deshalb schwierig, diese Art zu schützen und zu erhalten. Auch die Sortenvielfalt beim Kulturapfel ist gefährdet:

### Die Verarmung der Sorten im Obstanbau nach dem Zweiten Weltkrieg

Alte Sorten entstanden durch die Auswahl von Zufallssämlingen. Die gezielte Auswahl unter Aussaaten von bewährten Muttersorten führte zu heute noch bekannten „Cox Orange“ (1825) und „James Grieve“ (1880). Die erfolgreiche Sorte „Granny Smith“ war ein Zufallssämling aus der Nähe von Sydney (1868). Den Intensivapfelanbau bestimmen heute nur noch rund 20 Sorten,

darunter „Golden Delicious“, „Idared“ und „Jonagold“. Aussehen und Lagerfähigkeit sind wichtiger geworden als der Geschmack. Neue Sorten werden durch die Nutzung der alten geschaffen; so ist „Elstar“ (1975) eine Kreuzung aus „Golden Delicious“ (1890) und „Ingrid Marie“ (1910).

### Die Bilanz eines Verlustes

Alte, hundertjährige Wiesen, von Hochstämmen und Halbhochstämmen bewachsen, mit hohlen Stämmen, rißreicher Borke, reichem Unterwuchs und Hecken am Rand sind europaweit immer seltener geworden. Der Verlust beziffert sich zwischen 60 und 80% in den letzten vierzig Jahren. Der traditionelle Streuobstanbau mit Hochstammsorten ging nach dem letzten Weltkrieg stark zurück. Der Erwerbsgartenbau erforderte dichte Pflanzung von niedrigen Bäumchen und großen Früchten mit hohem Ertrag. Und der Konsument sucht nach möglichst immer gleich aussehenden Produkten. Das Verschwinden von Sorten aus dem Regal bedeutet zum Glück nicht gleich das Verschwinden der Pflanze. Denn oft genug stehen noch alte Exemplare auf dem „Altenteil“ in den Obsthöfen, die sich im Erwerbsgartenbau auf die Massenproduktion verlegt haben und in Privatgärten.

Aus den Obstanbaugebieten Australiens und Neuseelands erreichen uns inzwischen „Flugäpfel“, die in ihrem standardisierten Gleichmaß das Konsumverhalten vollends korrumpieren, so dass das immer gleiche Aussehen weniger Sorten wichtiger ist als die Frage, wie viel Energieverschwendung in so einem Produkt steckt.

### Die Gegenbewegung und die Streuobstwiese beim ZSU

Die Gegenbewegung gegen die Sorteneinfalt im Supermarkt ist regional organisiert, nutzt Methoden der Direktvermarktung, schmiedet lokale Bündnisse von Umweltschutzverbänden, Pomologenvereinen und Privatpersonen. So gibt es in Hamburg vom BUND betreute Streuobstwiesen. Die seit 2001 regelmäßig ausgerichteten Apfeltage sorgen für die angemessene Publizität. Das Boomgarden-Projekt von Eckart Brandt hat inzwischen über 50 der wichtigsten Arten aus der Niederelberegion versammelt und er überführt gerade die bisher auf Pachtland gepflanzten Bäume in seinen Boomgarden-Park. Es besteht die



Abb.: Apfelblüte (Goldparmäne) im Botanischen Garten.  
Foto: Walter Krohn

Aussicht, dass so die Sammlung auf über 150 Sorten und 400 Bäume erweitert wird. Schon jetzt sind über 800 Sorten erfasst und vorhanden!

Zu den öffentlich wirksamen Aktivitäten gehört die Wahl des Norddeutschen „Apfel des Jahres“. 2011 war das der Apfel „Martini“, ein Zufallssämling, gefunden bei Kolmar 1875 und benannt nach dem Erntezeitpunkt, dem 11. November. Dieses Jahr ist es der Rotfranch, auch Weigelts Zinszahler oder Swedenborgs Muskatrenette genannt. Die Herkunft der Sorte ist unbekannt, sie war jedoch schon vor 1800 im Land Hadeln (Niederelbe) verbreitet. 2013 wird der Knebusch ausgerufen, ein ursprünglich aus der Nähe von Sittensen stammender Apfel.

Die Streuobstwiese am ZSU enthält eine ganze Reihe ungewöhnlicher Sorten, vom Danziger Kantapfel bis zum Dülmener Herbstrosenapfel, vom Boskop bis zum Finkenwerder Herbstprinz.

### Die „Europom“ 2013 in Hamburg

Die „Europom“ wurde von den Veranstaltern der „Norddeutschen Apfeltage“ um Herrn U. Kubina nach Hamburg geholt und wird vom 4. bis 6. Oktober 2013 im Loki-Schmidt-Garten, dem Botanischen Garten der Universität Hamburg stattfinden.

Der BUND Hamburg, der Loki-Schmidt-Garten (vorm. Botanischer Garten der Universität Hamburg), der Pomologen-Verein e.V. und das UmweltHaus am Schüberg haben sich zur Arbeitsgemeinschaft EUROPOM Hamburg 2013 zusammengeschlossen und wollen gemeinsam

Gastgeber des europäischen Obstkonsortiums in Hamburg sein. Das europäische Netzwerk EUROPOM wurde Ende der 80er-Jahre des letzten Jahrhunderts in Belgien von Ludo Royen und der Nationalen Boomgarden Stichting (NBS) ins Leben gerufen. Es zielt auf die Pflege, den Erhalt und die Neuanpflanzung alter Obstsorten hauptsächlich auf Streuobstwiesen, fördert die lokale Vermarktung und den Schutz der Artenvielfalt. Im Netzwerk EUROPOM sind bisher rund 20 nationale Organisationen aus 15 europäischen Ländern aktiv. Die bisherigen Treffen waren 2008 in Frankreich (Nevers), 2009 in Belgien (Alden-Biesen), 2010 in Großbritannien (Wisley Garden), 2011 in der Schweiz (Zug), 2012 in Österreich (Klosterneuburg bei Wien) und nun 2013 in Hamburg.

## Gedenken

Die Documenta dieses Jahres hat in ihrer Ausstellung eines berühmten Pomologen gedacht. **Korbinian Aigner** (1885-1966), Pomologe, Liebhaber, Züchter und Zeichner von Äpfeln und Apfelsorten, Pfarrer und Religionslehrer in Bayern verstand sich immer als politischer Mensch. Als er 1923 zum ersten Mal Adolf Hitler reden hörte, erschrak er zutiefst über den paranoiden Hass, den Hitler auf Juden, Kommunisten und katholische Geistliche zum Ausdruck brachte. Im Religionsunterricht kommentierte Aigner das Elser-Attentat im November 1939. Er wurde denunziert und kam aufgrund weiterer Verdächtigungen ins Konzentrationslager Dachau. Dort züchtete er weiter Äpfel, unentdeckt, zwischen den Baracken. Bis heute gibt es einen Apfel aus

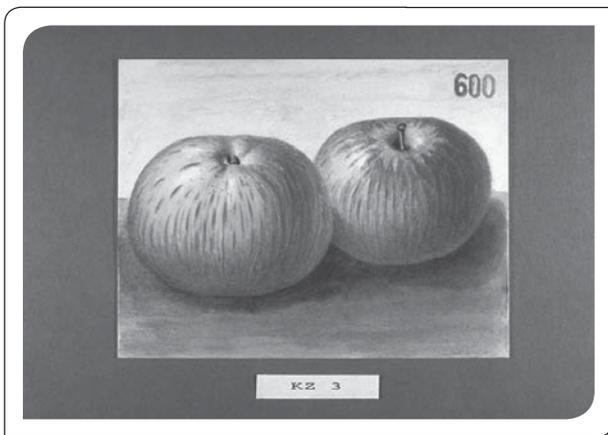


Abb.: Schautafel von KZ-3, dem heutigen Korbiniansapfel. Technische Universität München: TUM at the Dokumenta: Korbinian apples in Kassel. Foto: Walter Krohn

dieser Serie, z. B. KZ-3, den heutigen Korbiniansapfel. 1945 kam Aigner frei, blieb ungebroschen, züchtete und zeichnete weiterhin Äpfel. Er fertigte hunderte von Schautafeln, die als Bestimmungshilfen gedacht waren. Als er starb, wurde sein Erbe traditionsgemäß verbrannt, darunter auch viele dieser Tafeln. Ein Teil davon liegt heute bei der Technischen Universität München und wurde auf der Documenta gezeigt. Über Korbinian Aigner gibt es einen hervorragenden Film von Bernt Engelmann, 45 Minuten, München 2004.

## Können wir uns Pomologen und Apfelesser als glückliche Menschen vorstellen?

Auf jeden Fall ist Glück, in der christlichen Tradition gedacht, sicher nicht lernbar, sondern ein Geschenk, eine Gnade und wohl verbunden mit Tatkraft.

## Apfelled

*In einem kleinen Apfel  
Da sieht es niedlich aus,  
es sind darin fünf Stübchen,  
grad wie in einem Haus.*

*In jedem Stübchen wohnen  
Zwei Kernchen schwarz und klein,  
die liegen drin und träumen  
vom warmen Sonnenschein.*

*Sie träumen auch noch weiter  
Gar einen schönen Traum,  
wie sie einst werden hängen  
am schönen Weihnachtsbaum.  
(Kinderreim)*

## Quellen:

[http://www.kiekeberg-museum.de/fileadmin/dateien/pdf/Presse\\_neu/2012\\_04\\_18\\_Rotfranch\\_zum\\_Apfel\\_des\\_Jahres\\_gekuert.pdf](http://www.kiekeberg-museum.de/fileadmin/dateien/pdf/Presse_neu/2012_04_18_Rotfranch_zum_Apfel_des_Jahres_gekuert.pdf)

Bernt Engelmann, Bildender Künstler, Soziologe und Filmemacher an der Münchner Akademie der Bildenden Künste hat zusammen mit Gisela Wunderlich, bildende Künstlerin und Kunstpädagogin einen Film über Korbinian Aigner gemacht: Korbinian Aigner, ein bayerischer Pfarrer zwischen Obstbau und Hochverrat, 45 Minuten, München 2004.

## 13. Mimis Reise – Geschichtenlieder Leonhard Hahn

Mimi die Möwe lädt Schülerinnen und Schüler ein, mit ihr zusammen die Welt zu erkunden. Mit Mimi fliegt man über die Meere und lernt viele verschiedene Meeresbewohner kennen. Da wird gesungen, gelacht und erzählt. So macht lernen einfach Spaß. Mimi und ihre Freunde zeigen, dass unsere Umwelt geschützt werden muss und wie schön die Erde mit all ihren Bewohnern ist. Sie alle erzählen mit Musik und Gesang ihre Geschichte. Schülerinnen und Schüler der Schule Rönneburg haben auf der Auszeichnungsveranstaltung „Umweltschule in Europa“ im September 2012 mit ihrer Lehrerin Iris Brückner und Leonhard Hahn, den ausgezeichneten Umweltschulen Lieder aus Mimis Reise präsentiert.

Leonard Hahn ist nicht nur der Erfinder von Mimi der Möwe, sondern auch ein begeisterter Musiklehrer für Kinder und Jugendliche. Im Rahmen seines Projektes „Musik mit Leonard“ bringt er den jungen Menschen das Singen und Musizieren bei. Dabei vermittelt Leonard aber vor allem eines: die Liebe zur Musik.

Als Wahl-Hamburger hat Leonard das Meer quasi vor der Haustür und lässt sich nur allzu gerne von Elbe, Alster und Möwenrufen inspirieren. Mimis Reise ist das erste große Musikprojekt für Kinder, das es auf eine CD geschafft hat.

Weitere Informationen unter:  
[www.mimisreise.de](http://www.mimisreise.de)

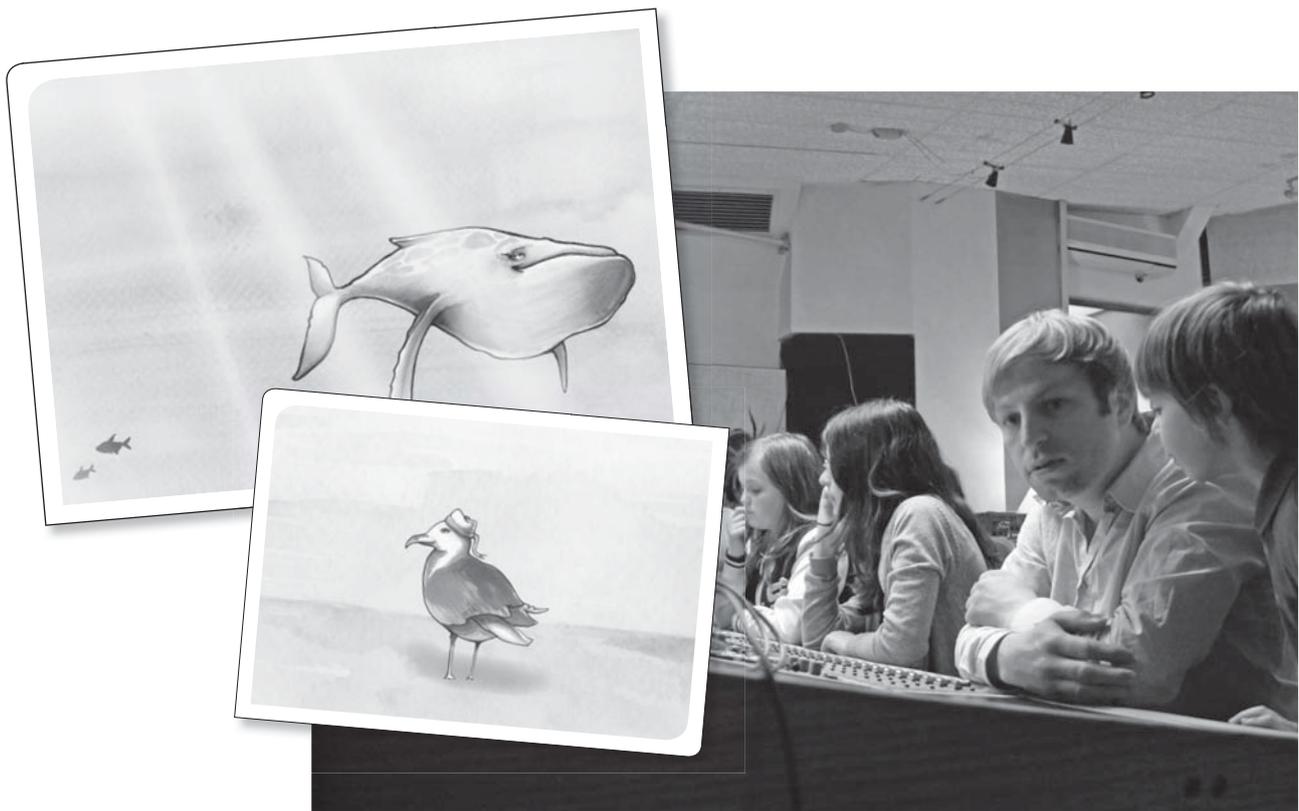
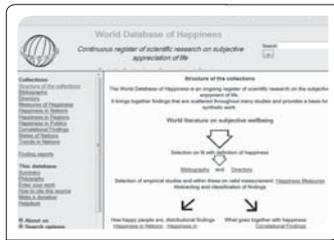


Abb.: Bobby der Blauwal macht vor allem eines besonders gerne: rumschwimmen. Möwe Mimi kribbelt schon wieder der Schnabel – Zeit für einen neuen Rundflug. · Leonard Hahn mit Kindern im Tonstudio. Fotos: Leonhard Hahn

# 14. Materialien für den Unterricht: Link-Liste „Glück“

Monika Schlottmann

## Glücksforschung



### World Database of Happiness

The World Database of Happiness ist eine kontinuierlich wachsende und umfassende Sammlung der wissenschaftlichen Forschung zum subjektiven Genuss des Lebens mit Erkenntnissen aus vielen Studien. (Englischsprachig)

<http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/>

### Glücksforschung

Homepage des Soziologieprofessors Ruut Veenhoven der Erasmus-Universität in Rotterdam mit vielen interessanten Studienergebnissen zu Lebenszufriedenheit und Glück. (Englischsprachig)

<http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/>



### Glücksarchiv

Das Glücksarchiv versucht, den Bogen zu schlagen von den alten Philosophen bis hin zu den neuesten Strömungen der Positiven Psychologie. Es verweist in der Rubrik Pädagogik auch auf Unterrichtsmaterialien.

<http://www.gluecksarchiv.de>

### Glücksforschung – Sammlung

Eine aktuelle Artikelsammlung eines Publizisten.

<http://www.gluecksforschung.org/>



### Glückswissenschaft und Glücksforschung

Wie man wirklich glücklicher wird und dauerhaft bleibt. (IFG München Institut für Glücksforschung)

<http://www.gluecksforschung.de/>

### Prof. Dr. Karlheinz Ruckriegel

Diese Internetpräsenz informiert zu aktuellen Studien und verweist auf Beiträge zur Glücksforschung/Contributions to Happiness Research

<http://www.ruckriegel.org>

### Glück – als Schulfach – Hamburg

#### Stiftung Kinderjahre – Schulfach Glück

Ein Projekt der Stiftung Kinderjahre beschäftigt sich mit dem Schulfach Glück – „Motivation in der Schule. Ein Nachdenken darüber, was Schüler und Lehrer bewegen kann ...“

[http://www.stiftung-kinderjahre.de/schulfachglueck\\_motivation.html](http://www.stiftung-kinderjahre.de/schulfachglueck_motivation.html)





**Schule Lammersieth**

Ein Bericht über die Kooperation mit der Stiftung Kinderjahre zum Schulfach Glück befindet sich auf der Homepage der Schule.

<http://www.schule-laemmersieth.hamburg.de/index.php/article/detail/7787>

**Glück – als Schulfach – bundesweit**

**Glück als Schulfach**

Wikiversity erläutert, informiert zu Studien und verweist auf Projekte und Praxis in Europa.

[http://de.wikiversity.org/wiki/Gl%C3%BCck\\_als\\_Schulfach](http://de.wikiversity.org/wiki/Gl%C3%BCck_als_Schulfach)



**ZUM-Wiki**

Das ZUM-Wiki, die offene Plattform für Lehrinhalte und Lernprozesse stellt Denkanstöße, Unterrichtsideen und Verweise zu Materialien zum Thema „Glück“ zusammen.

<http://wiki.zum.de/Gl%C3%BCck>



**Lernziel Lebensfreude**

Eine Präsentation zum Unterrichtsfach Glück auf dem Ganztagschulkongress 2011. Der Referent, Studienrat Michael Leisinger, unterrichtet das Fach Glück an der Theodor-Frey-Schule in Eberbach und ist Mitarbeiter des Fritz-Schubert-Instituts.

<http://www.ganztaegig-lernen.de/sites/default/files/gtskongress2011-vortragsraumfr1-praesentation-schulfach-glueck.pdf>



**Fritz-Schubert-Institut**

Das gemeinnützige Fritz-Schubert-Institut (FSI) hat die Aufgabe, Glück und Zufriedenheit in der Gesellschaft und für den Einzelnen zu stärken. Das FSI entwickelt und vermittelt Techniken zur Stärkung der Persönlichkeit und des ganzheitlichen Wohlbefindens.

<http://fritz-schubert-institut.de/>



**Lernziel Lebensfreude – wie das Unterrichtsfach Glück Schule verändert**

Oberstudiendirektor Ernst Fritz-Schubert konzipiert zusammen mit einem Expertenteam das Schulfach Glück, das nun seit einem Jahr an der Willy-Hellpach-Schule in Heidelberg auf dem Lehrplan steht und will mit dem Glücksfach Lebenskompetenz, Lebensfreude und Persönlichkeitsentwicklung fördern und diese auch im Schulalltag realisieren. Der Unterricht fußt auf dem Prinzip der Selbsterfahrung und ist mit erlebnisorientierten Projekten gestaltet. (Buchvorstellung)

<http://www.schulfachglueck.de>

**Willy-Hellpach-Schule Heidelberg**

Internetpräsenz der Schule mit Informationen zum Schulfach Glück.

<http://www.whs.hd.bw.schule.de>

## Das Schulfach Glück in den Medien



### Glück als Schulfach – Ist Glück erlernbar?

Quarks & Co, die Sendung vom 04. Mai 2010 informiert, hat eine Weltkarte des Glücks und einen Quarks-Glücks-Quiz erstellt. Weiterführende Links zeigen weitere Informationsquellen auf.

[http://www.wdr.de/tv/quarks/sendungsbeitraege/2010/0504/006\\_glueck.jsp](http://www.wdr.de/tv/quarks/sendungsbeitraege/2010/0504/006_glueck.jsp)

Pdf zur Sendung: [http://www.wdr.de/tv/quarks/global/pdf/Q\\_Glueck.pdf](http://www.wdr.de/tv/quarks/global/pdf/Q_Glueck.pdf)



### Glück gehabt! Wie Schüler Lebensfreude lernen

Der NDR-Hamburg berichtet aus Hamburger Schulen und stellt ein Dankbarkeitsbuch vor.

<http://www.ndr.de/regional/hamburg/schulfachglueck101.html>

### Glück als Schulfach – ZDF-Mediathek

Glück als Lehrfach an Schulen – für viele Menschen mag das wie eine nicht ernst zu nehmende Vision klingen. Doch eine Heidelberger Schule hat das Fach „Glück“ auf seinen Lehrplan gesetzt.

<http://www.zdf.de/ZDFmediathek/beitrag/video/717272/Glueck-als-Schulfach#/beitrag/video/717272/Glueck-als-Schulfach>



### Dossier Glück

Radio Bremen berichtet in seinem Dossier „Glück“ über den Film „Glück in der Schule“ von Marianne Strauch, verweist auf Umfragen und weitere Beiträge.

<http://www.radiobremen.de/wissen/dossiers/glueck/glueckindex100.html>

### Unterricht zum Glücklichensein

Die Online-Zeitschrift Auswege der GEW KV Ansbach hat erschienene Aufsätze zum Thema Glück gebündelt.

<http://www.magazin-auswege.de/2011/08/unterricht-zum-gluecklichensein/>

Das hat gerade noch gefehlt: Schulfach ‘Glück’! – die Gegenrede.

<http://www.magazin-auswege.de/2011/12/schulfach-glueck/>



### Kooperative Lernmethoden – Lernarrangements zur Stärkung der positiven Schulkultur

#### Kooperatives Lernen

Kooperatives Lernen stellt Eigenaktivität und Kooperation von Schülerinnen und Schülern als wichtige Elemente des Unterrichts in den Mittelpunkt. Das ZUM-Wiki erläutert.

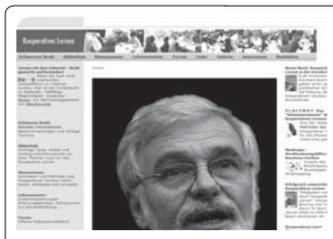
[http://wiki.zum.de/Kooperatives\\_Lernen](http://wiki.zum.de/Kooperatives_Lernen)



**Kooperatives Lernen**

Kooperatives Lernen bezeichnet Lernarrangements, die eine koordinierte Aktivität der Teilnehmer verlangen, um eine gemeinsame Lösung eines Problems oder ein gemeinsam geteiltes Verständnis einer Situation zu entwickeln. (Wikipedia Artikelserie)

[http://de.wikipedia.org/wiki/Kooperatives\\_Lernen](http://de.wikipedia.org/wiki/Kooperatives_Lernen)



**Kooperatives Lernen**

Die Seite des verstorbenen Norman Greene enthält in der Bibliothek wesentliche Texte und Hintergrundinformationen – u. a. Bausteine des Selbstwertgefühls, im Klassenraum: Hinweise zu Aktivitäten und Methoden und im Lehrerzimmer: Unterrichtserfahrungen und Diskussionen zu Schulentwicklung.

<http://www.kooperatives-lernen.de>



**Workshop Kooperatives Lernen – Schüleraktivierende Gruppenarbeit**

Hier findet man Ablauf, Präsentationen und Materialien zu einem Workshop (goodschool)

[http://www.goodschool.de/cms/front\\_content.php?idart=138](http://www.goodschool.de/cms/front_content.php?idart=138)

**Klassenklima, Schulklima, Schulkultur – wichtige Elemente einer gesundheitsfördernden Schule**

Ein ausführliches Skript mit Hinweisen zum Fördern des guten Schulklimas. (Informationsdienst zur Suchtprävention, LBS Baden-Württemberg)

[http://www.schule-bw.de/lehrkraefte/beratung/suchtvorbeugung/informationsdienst/info18/I1823Schneider\\_E.pdf](http://www.schule-bw.de/lehrkraefte/beratung/suchtvorbeugung/informationsdienst/info18/I1823Schneider_E.pdf)



**Kooperatives Lernen**

IQES-Online (Instrumente für die Qualitätsentwicklung und Evaluation an Schulen) versucht, „eine Antwort auf die vielen Herausforderungen des Unterrichts oder die Kunst, viele Fliegen auf einen Streich zu schlagen“ aufzuzeigen.

<http://www.iqesonline.net/index.cfm?id=af19e37-1517-6203-60e6-e0369cbc9154>

<http://www.kooperatives-lernen.de/dc/CL/>

## 15. Materialien für den Unterricht: Medien-Liste „Glück“

Annette Gräwe

Diese Medienliste beinhaltet eine Auswahl von Medien, die eine Annäherung an das Thema „Glück“ ermöglichen.

Unter [www.li.hamburg.de/medienvleih](http://www.li.hamburg.de/medienvleih) können Sie unseren Medienkatalog aufrufen und nach weiteren Titeln recherchieren oder sich unter der Telefonnr. 42 88 42-851 von Annette Gräwe beraten lassen. Der gesamte Bestand des Medienverleihs umfasst zurzeit ca. 7.000 Titel. Wenn Sie Medienlisten und Informationen aus dem Medienverleih regelmäßig erhalten möchten, schicken Sie uns bitte Ihre E-Mailadresse.



### Glück

46 02793, 25 min, f, 2012

Was genau ist Glück? Und wie wird man glücklich? Beide Fragen beschäftigen zwei jugendliche Moderatoren und ihren erwachsenen Gesprächspartner in der Serie „Nächster Halt“ von ZDF und Kinderkanal. Im Rahmen einer

Busreise durch Berlin beleuchten sie das Thema aus unterschiedlichen Perspektiven. So gehen sie zum Beispiel in die Disco und tanzen, bis sie sich absolut glücklich fühlen. Ein Trickfilm zeigt die Welt, wie sie wäre, wenn alle Menschen zufrieden wären. Die 9-jährige Bea hatte großes Glück, weil sie die Terroranschläge 2004 in Madrid überlebt hat. Sie erzählt, wie sich Glück anfühlt und was der Unterschied zwischen „Glück haben“ und „glücklich sein“ ist. Auch die Philosophen Aristoteles und Martin Seel vermitteln kinderphilosophisches Hintergrundwissen zum Thema. Extras: Kapitelanwahl, 1 Grafik, ROM-Teil mit Unterrichtsmaterialien. Adressat: A(7-10)

### Werte

46 40651, 14 min, f, 2008

Mit Comic-Sequenzen und Beispielen aus der Erfahrungswelt von Jugendlichen bietet der Film einen Einstieg in das Thema „ethische Werte“ wie etwa Freundschaft, Hilfsbereitschaft und Solidarität. Er definiert zunächst die Begriffe „Wert“ und „Norm“ und beschreibt dann Wertvorstellungen im Wandel von der Antike bis zur Französ-

schen Revolution. Es folgen Auflistungen von verschiedenen gesellschaftlichen und individuellen Werten der Gegenwart. Auch hier geht es um Wertewandel und die Sozialisation und Identifikation von Jugendlichen durch Wertvorstellungen. Ein Blick auf die sinnstiftende Wirkung von Werten bildet den Schluss. Zusatzmaterial: Kapitelanwahl, Stichwortanwahl, ROM-Teil mit Unterrichtsmaterialien. Adressat: A(7-10)

### Kant, Sophie und der kategorische Imperativ: Legalität und Moral

46 82990, 15 min, f, 2005

Die junge Studentin Sophie beschäftigt sich in mehreren Film-Folgen mit Kants 1788 formulierten kategorischen Imperativ, der bis heute Gültigkeit hat. Nur: Was bedeutet er für unser Leben? In der Rahmenhandlung verliebt sie sich in Lukas, der aber verheiratet ist. Er gesteht ihr, dass er sich von seiner Frau trennen möchte. Sophie legt ihm nahe, die Maximen seines Handelns auf den Prüfstand zu stellen. Inzwischen hat sie auch Kant „höchstpersönlich“ wieder getroffen. Der erklärt ihr, warum das Streben nach Glück nicht dazu taugt, eine Ethik zu begründen. Adressat: A(11-13)

### Zukunft Jugend

46 82001, 150 min, f, 2007

„Die Jugend liebt heutzutage den Luxus, sie hat schlechte Manieren, verachtet die Autorität, hat keinen Respekt vor älteren Leuten und schwatzt, wo sie arbeiten soll.“ Die Meinung des Philosophen Sokrates über die Jugendlichen seiner Zeit könnte von heute stammen. Doch ist die Ju-

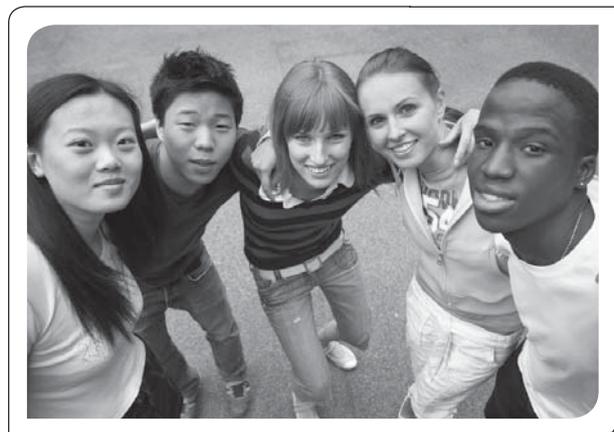


Foto: Franz Pflueg/Fotolia.com

gend tatsächlich so schlecht wie ihr Ruf? Mit fünf Filmen gibt die DVD einen Einblick in die Wertewelt von Jugendlichen: 1. Wer bin ich? 2. In guten und in schlechten Zeiten? 3. Erst die Arbeit, dann die Moral? 4. Glaube, Liebe, Hoffnung, 5. Schöne neue Welt. Adressat: A(9-13)



### Einmischen und mitwirken! – Wie Jugendliche etwas erreichen

46 40745, 18 min, f, 2010

Der Film begleitet Hamburger Jugendliche, die sich für etwas einsetzen, was ihnen wichtig ist. Für einen Fußballplatz vor dem Jugendzentrum sammeln sie Spendengelder, für mehr Sauberkeit in der Schule produzieren sie eine Radiosendung. Eine dritte Gruppe debattiert das Für und Wider einer Videoüberwachung auf dem Pausenhof. Alle zusammen zeigen, welche Fähigkeiten man braucht, um sich erfolgreich einzumischen. Und nicht zuletzt erleben sie auch, dass es Spaß macht, mit demokratischem Handeln die eigene Lebenswelt zu gestalten.

Extras: Anwahl nach drei Schwerpunkten, denen weitere Problemstellungen zugeordnet sind. Zusatzmaterialien: Texte, Karikaturen, Schaubilder, Zeichnungen, ROM-Teil mit Unterrichtsmaterialien. Adressat: A(5-10)

### Mehr Gerechtigkeit – Ideen für eine bessere Welt

46 83298, 45 min, f, 2009

Anhand von vier Projekten aus den Bereichen Kirche, Politik und Wirtschaft dokumentiert die Schulfernsehsendung, wie Menschen mit ungewöhnlichen Ideen dazu beitragen, dass das Leben auf der Welt gerechter wird. Dabei geht es um ein Musikprogramm in Venezuela, das tausende Kinder von der Straße oder aus dem Drogenmilieu holt, um Institute, die Minikredite an Arme vergeben, um Firmen, die bewusst Ältere beschäftigen und um eine internationale Organisation, die den sozialen Einsatz von Unternehmern fördert. Adressat: A(9-13)

### Erfolg ist machbar: Strategien für einen guten Start in den Beruf

46 40259, 17 min, f, 2006

Der Film möchte Schülerinnen und Schülern Mut machen und sie motivieren, ihre eigenen

Stärken in Bezug auf die Berufswahl herauszufinden. Kapitel: 1. Den eigenen Weg finden, 2. Erfolg beginnt im Kopf, 3. Damit aus dem Erfolg keine Eintagsfliege wird. Diesen Kapiteln sind Problemstellungen zugeordnet, die mit Zusatzmaterialien (Texte, Schaubilder, u. a. m.) vertieft werden können. Experten in Sachen Erfolg – eine Olympiasiegerin, ein Sternekoch und einige Azubis, die begehrte Ausbildungsplätze bekommen haben – erzählen, worauf es ankommt, wenn man sein Ziel erreichen will. Der ROM-Teil bietet Unterrichtsmaterialien. Adressat: A(8-11)

### Lieber frei als high

46 40680, 40 min, f, 1993

In einer Mischung aus Kurzreportagen mit Jugendlichen, Interviews mit ehemaligen Drogenabhängigen, Gästen im Studio und einer Präventions-Expertin sowie Ausschnitten aus Pop-Songs, Werbe-Spots und Spielszenen wird versucht, mögliche Ursachen über das Suchtverhalten junger Menschen herauszufiltern und die Gefühle, die dahinterstehen. Abschließend geht es um handlungsorientierte Möglichkeiten der Suchtvorbeugung. Kapitel: 1. Vorspann: Sehnsucht, 2. Was macht mich glücklich? 3. Thema Alkohol, 4. Wenn ich down bin..., 5. Thema Rauchen, 6. Thema Drogenabhängigkeit, 7. Spaß ohne Drogen. Der ROM-Teil enthält ein Begleitheft. Adressat: A(7-13)



### Ich, du – wir?! Zum ersten Mal verliebt

46 02735, 23 min, f, 2011

Im Mittelpunkt der DVD steht der Kurzspielfilm „Zweiter Anlauf“ unter der Regie von Hannah Lichtenstein. Erzählt wird die Geschichte des 15-jährigen Leo, der sich in seine Mitschülerin Lisa verliebt. Der

erste zu stürmische Anlauf scheitert prompt. Leo ist verunsichert und vertraut sich seinem Großvater an. Dieser rät zu einer Entschuldigung und zur Geduld. Und tatsächlich, am nächsten Tag ermutigt ihn Lisa wieder mit einem Lächeln.

Der Zeichentrick-Clip „Was denkst du: Liebe“ (5 min) entstammt der „Sendung mit der Maus“. Kinder erklären und definieren aus dem Off, was sie unter Liebe verstehen. Extra: ROM-Teil mit Unterrichtsmaterialien. Adressat: A(7-8)

### Das bin ich! – Rund um Pubertät und erste Liebe

46 40855, 144 min, f, 2011

Die DVD enthält 10 Sendungen der Kinderkanal-Reihe „Kummerkasten“ sowie zusätzliche Kurzfilmangebote. Eine Moderatorin im Studio und eine Expertin beantworten Fragen von Jugendlichen rund um die Themen Körper, erste Liebe und Sexualität. Spielszenen, Spots und ein Sketch vertiefen jeweils einige Aspekte. 1. Der erste Kuss (14.38), 2. Verliebt! Wie mache ich den ersten Schritt? (12.11), 3. Das erste Mal miteinander gehen (14.53), 4. Verhüten, aber wie? (14.39), 5. Alles sprießt! Pubertät bei Mädchen (12.50), 6. Alles sprießt! Pubertät bei Jungen (12.05), 7. Mein Busen ist zu klein (24.26), 8. Bin ich schön? (13.32), 9. Ich find' mich zu dick (24.22), 10. Wie peinlich! Scham und Intimität (15.21). Der ROM-Teil enthält Unterrichtsmaterialien. Adressat: ab A(5-8)

### Wa(h)re Schönheit

46 02401, 77 min, f, 2006

Die DVD regt dazu an, gängige Schönheitsideale zu hinterfragen und ermutigt vor allem Jugendliche zu mehr Selbstwertgefühl. In vier Menüpunkten mit insgesamt 16 Filmen und 32 Fotos werden Schwerpunkte gesetzt: 1. Was ist schön? – Werbung und Medien (Statements Jugendlicher, Medien- und Werbemanipulationen, Frauen mit Narben, Werbespots), 2. Näher ans Ideal – Möglichkeiten der Veränderung (Schönheitsoperationen – zwischen Kunst und Pfusch, zwei Freundinnen nehmen ab, Hilfe bei Essstörungen, Magersucht), 3. Und was willst Du? – Selbstwahrnehmung (zwei Musikvideos, Sport und Körperkultur, Interviews mit Jugendlichen), 4. Schönheit historisch – Ideale im Wandel (Frauen- und Männerbilder). Der ROM-Teil enthält Arbeitsmaterial. Adressat: A(6-13)



### Marken, Werbung, Taschengeld

46 02746, 13 min, f, 2011

Der Film thematisiert, wie Wünsche durch Werbung gelenkt werden, wie man erkennt, was einem selbst wichtig ist und wie man andererseits mit Werbung spielerisch und kreativ umgehen kann.

Im Mittelpunkt der Handlung stehen zwei ca. 10-Jährige, die sich zunächst nichts sehnlicher wünschen als ein paar Markenturnschuhe, die sie sich nicht leisten können. Extras: Kapitulanwahl, 10 Bilder, Unterrichtsmaterialien im ROM-Teil. Adressat: A(2-4)

### Hab und Gut in aller Welt

46 31109, 210 min, f, 2006

Die DVD umfasst sieben nach dem gleichen Konzept strukturierte Filme von je 26 min Länge aus der gleichnamigen ZDF/Arte-Serie. Porträtiert werden bäuerliche Familien aus den Ländern Madagaskar, Mali, Indien, Kambodscha, Brasilien und Haiti mit ihrem Alltagsleben. Sie stellen ihr wichtigstes Eigentum, ihre Wohn- und Arbeitssituation oder ihr Rollenverständnis vor und erzählen von ihren Wünschen und Hoffnungen. Kontrapunkt ist eine zusätzliche Folge über eine Flüchtlingsfamilie in Uganda, die buchstäblich alles verloren hat. Die Filmsammlung kann als Plattform für die Frage nach unserem vermeintlich Nötigen dienen. Der ROM-Teil enthält Unterrichtsmaterialien. Adressat: A(7-13)

### Konsum-Striptease (1): Eine Familie testet ethisch korrektes Leben

46 82790, 30 min, f, 2007

Die Krankenschwester Hildegard (41), der Industriemechaniker Peter Tacke (43), ihre beiden Töchter Mirjam (15) und Judith (13) sowie die Austauschschülerin Leanne (18) haben sich zu einem vierwöchigen Experiment gemeldet. Unter Anleitung des Umwelt-Experten Albrecht Hoffmann wollen sie in Zukunft ein ethisch und ökologisch einwandfreies Familienleben führen. Als die Halogenlampen, der Kühlschrank, das Ehebett, der PC-Bildschirm und anderes verschwinden, kommt Frust auf. In Privat-Cam-Aufnahmen äußern sich die Betroffenen zu ihren Gefühlen. Adressat: A(7-10)

Foto: Yuri Arcurs/Fotolia.com



**Konsum-Striptease (2): Eine Familie testet ethisch korrektes Leben**

46 82790, 30 min, f, 2007

Elf Tage des Experimentes mit Familie Tacke sind vergangen. Albrecht Hoffmann kritisiert die mangelnde Mülltrennung und den unkritischen Lebensmitteleinkauf. Die Stimmung bleibt gereizt. Zusammen erkunden sie Alternativen. Ein Besuch bei einer „Tafel“ vermittelt den Jugendlichen gesellschaftliche Werte wie Solidarität und Verantwortung tragen. Adressat: A(7-10)

**Konsum-Striptease (3): Eine Familie testet ethisch korrektes Leben**

46 82792, 30 min, f, 2007

Die letzte Woche des Experimentes hat begonnen. Albrecht Hoffmann erinnert an getroffene Abmachungen: Fahrrad statt Auto, wenn man innerhalb des Ortes unterwegs ist oder den Kauf von Bio-Produkten. Neu angesprochen wird das Tragen von Öko-Kleidung. Endlich werden auch die neuen Möbel geliefert. Am Ende ziehen Familie Tacke und ihr Coach Bilanz: Was ist gut bzw. schlecht gelaufen? In alte Gewohnheiten wollen sie nicht zurückfallen. Adressat: A(7-10)

**Second Life: Mein digitaler Stellvertreter**

46 83287, 30 min, f, 2008

Millionen Menschen erschaffen sich mittlerweile neu in „Second Life“ und anderen digitalen Parallelwelten des Internets. Sie verdienen Geld, gründen Familien und Firmen. Manche machen ihr Glück, andere verlieren sich in der virtuellen Existenz. Der Film lotet die Bedeutung der Parallelwelten aus – als Wirtschaftsraum, als soziales Experimentierfeld und als Psychodroge, die nicht nur Jugendliche hoffnungslos abhängig machen kann. Adressat: A(8-13)

**Computerspiele: Virtuelle Welten**

46 40413, 22 min, f, 2006

Der Film gibt mit vielen Ausschnitten aus unterschiedlichen Genres von Computer- und Videospiele einen Einblick in die Welt dieser Freizeitgestaltung. Der Schwerpunkt liegt auf der Faszination,

die diese Spiele auf die Nutzer ausüben. Alle sechs Kapitel des Films lassen sich auch gesondert an-

steuern und sind noch einmal in Untermenüs gegliedert, die um Bilder oder Diagramme ergänzt wurden. Zusatzmaterial: ROM-Teil mit umfangreichen Arbeitsmaterialien. Sprachfassungen: deutsch, englisch, türkisch. Adressat: A(5-10)

**Jugendliche und ihre Computerspiele**

46 83021, 30 min, f, 2009

Was ist eigentlich so faszinierend am spielerischen Morden mit Ego-Shootern, dass Millionen von Menschen damit ihre Zeit zubringen? Unabhängig von Alter und sozialer Herkunft erzählen Kinder und Jugendliche von ihren Lieblings-Computer-Spielen, ihren Ängsten und dem Spaß an fiktiver Gewalt, der sie über Stunden, Tage, Jahre an den Monitor fesselt und vom wirklichen Leben fernhält, wie viele Erwachsene meinen. Adressat: A(8-10)

**Die glücklichsten Menschen der Welt**

46 40291, 94 min, f, 2004

Die glücklichsten Menschen der Welt leben in Bangladesch, das behauptet eine englische Studie. Wo soll dort das Glück zu finden sein? Der Filmemacher kehrt nach 10-jähriger Abwesenheit in seine Heimatstadt Dhaka zurück. Er lässt vier Menschen, die er von früher kennt, von ihren Träumen und Sehnsüchten erzählen und begleitet sie in ihrem Alltag (Regie: Shaheen Dill-Riaz; Extra: Kurzfassung von 31 min). Adressat: A(9-13)

**Okkultismus, Esoterik und Aberglaube**

46 02364, 17 min, f, 2006

Der Film dokumentiert verschiedene Erscheinungsformen okkult-magischer Szenen, an denen auch Jugendliche Anteil haben. Das Spektrum reicht vom Besitz eines Maskottchens über Pendeln, Gläserücken, Wahrsagen, Hexenkult und Angeboten der so genannten „Schwarzen Szene“. Ein Experte von der Evangelischen Zentralstelle für Weltanschauungsfragen erläutert jeweils Motive oder Probleme, die mit diesen Praktiken verbunden sein können. Kapitelanwahl: 1. Glücksbringer, 2. Okkulte Szene, 3. Magie, 4. Wahrsagen, 5. Gothic. Der ROM-Teil enthält Arbeitsmaterialien. Adressat: A(7-13)

**Marienkäfer**

46 40407, 20 min, f, 2006

Der Marienkäfer gilt nicht nur als Glücksbringer, er wurde auch als Insekt des Jahres 2006 ausgewählt. Der Film nimmt diese Würdigung zum



Anlass, ihn monografisch vorzustellen. Er lässt sich auch nach drei Hauptkapiteln ansteuern: 1. Merkmale, 2. Fortpflanzung und Entwicklung, 3. Feinde. Zu allen Untermenüs werden Standbilder angeboten. Zusatzmaterial: ROM-Teil: Umfangreiche Arbeitsmaterialien. Sprachfassungen:

deutsch, englisch, türkisch. Adressat: A(2-4)

### Entdecker der Wellness: Das alte Indien

46 82711, 20 min, 2007

Ayurveda heißt übersetzt „langes Leben“ und ist die traditionelle indische Heilkunst. Spielszenen illustrieren ihre Entwicklung und die theoretischen Grundlagen in der alten Indus-Kultur. Vorgestellt wird eine indische Ärztin, die mit ihrem Kräuterwissen und Massage-Ölen auch viele Europäer behandelt. Bekannte Methoden sind außerdem Yoga und die Anwendung von Weihrauch. Adressat: A(8-13)

### Buddhismus in Deutschland

46 02738, 26 min, f, 2011

Der Hauptfilm der DVD „Der Geschmack der Freiheit“ (19 min) beschreibt kurz das theoretische Fundament des Buddhismus. Drei Fallbeispiele stellen dann Menschen aus Deutschland vor, die sich für diese Religion und ihre Verhaltensregeln entschieden haben. Drei zusätzliche Filmclips von ca. 2 min Länge beleuchten die Themen Meditation, Nirwana und das Lehrer-Schüler-Verhältnis näher. Der ROM-Teil enthält Unterrichtsmaterialien. Adressat: A(9-13); Q

### Adressatenempfehlung

A: Allgemeinbildende Schule, Klasse (von – bis)

J: Jugendbildung

BB: Berufliche Bildung

Q: Erwachsenenbildung

T: Lehrerfort- und Weiterbildung

### Medienverleih des Landesinstituts

Die Medienauswahl umfasst ca. 7.000 Titel: DVDs, Videos, Diareihen, Audio-CDs und Tonkassetten zu allen Unterrichtsfächern und Wissensgebieten. Unter [www.li.hamburg.de/medienverleih](http://www.li.hamburg.de/medienverleih) finden Sie in unserem Internet-Katalog für jedes Medium die Inhaltsbeschreibung, den

Umfang und eine Empfehlung für die Adressaten. Es genügt ein Schlagwort, um ein Titelantrag zu erhalten.

Staatliche Hamburger Schulen, anerkannte Ersatzschulen, Behörden, Jugendgruppen und Studenten und Studentinnen entleihen kostenfrei. Andere Kundinnen und Kunden müssen in der Regel für Medien und Geräte Entgelte entrichten. Bitte fragen Sie im Medienverleih nach.

Wenn Sie Informationen aus dem Medienverleih regelmäßig erhalten möchten, schicken Sie uns bitte Ihre E-Mailadresse.

### Medienberatung

Annette Gräwe, Tel.: 42 88 42-851 (Di – Do), Fax: 42 88 42-859, Felix-Dahn-Straße 3, Raum 003

### Bestellungen

Unter [www.li.hamburg.de/medienverleih](http://www.li.hamburg.de/medienverleih) (Medienkatalog – online, suchen und bestellen anklicken): Sie können ohne Anmeldung direkt per E-Mail bestellen oder mit Passwort Online buchen. Sie sehen dann dort, ob das ausgewählte Medium zum gewünschten Termin frei ist und können dieses sofort fest buchen.

Selbstverständlich können Sie auch telefonisch, per Fax oder E-Mail bestellen:

E-Mail: [medienverleih@li-hamburg.de](mailto:medienverleih@li-hamburg.de),

Fax: 42 88 42-859.

Tel.: 42 88 42-852/3/4/oder 5.

Wir schicken Ihnen die Medien innerhalb von zwei bis drei Tagen per Botendienst in die Schulen. Schneller bekommen Sie sie bei persönlicher Abholung im Medienverleih.

### Geräteverleih

Für das Lernen mit Medien, für die aktive Videoarbeit sowie für die Vorführung von Medien gibt es im Medienverleih Medienproduktions- und Präsentationsgeräte.

### Telefonische Beratung und Bestellung

42 88 42-852/3/4 oder 5.

### Zur persönlichen Abholung

Medienverleih, Felix-Dahn-Straße 3, 20357 Hamburg, Raum 005 (LZ 745/5015)

## 16. Materialien für den Unterricht: Literatur-Liste „Glück“

Erika Flügge

### Monographien

**Mein Glückstraining** : ein Portfolio für Kinder zum Lernen des Glücklichseins ; ab Klasse 1 ; Kopiervorlagen ; [Grundschule] / Karin Märzinger ; Vicky Plangl ; Heide-Marie Smolka ; Ingrid Teufel. - 1. Aufl. - Augsburg : Brigg Pädagogik, 2012. - 56 S. : Ill. ; 30 cm  
ISBN 3-8481-1021-0 - 978-3-8481-1021-6 : geh. : EUR 16.80 (DE)  
Signatur: Phi F 5/91.1

**Der Marienkäfer** : Klasse 1 - 2 ; differenzierte Materialien für den fächer- und jahrgangsübergreifenden Unterricht / Roxane Kraatz. - 1. Aufl. - Buxtehude : AOL-Verl., 2012. - 112 S. : zahlr. Ill., graph. Darst.  
ISBN - 978-3-403-10053-9  
Signatur: Pae F 5.13.3.7/174.1

**Inwieweit fördert der projektorientierte Unterricht die Planungs- und Handlungskompetenz im Rahmen des globalen Lernens?**  
Ein Unterrichtsversuch in einer 10. Klasse - „Macht Schokolade alle glücklich?“ / Julia Brüggemann. - 2011. - 73 S. : graph. Darst.  
Hamburg, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung, Abteilung Ausbildung, Hausarbeit, 2. Staatsprüfung, Lehramt an der Primarstufe und der Sekundarstufe I (LAPS)  
Signatur: B 18d:1

**Glück, Zufriedenheit, Souveränität.** - Hamburg : Gruner + Jahr, 2011. - 162 S. : zahlr. Ill. (Geo-Wissen ; 47 : Die Welt verstehen)  
ISBN - 978-3-652-00015-4  
[Elektron. Referenz:] [http://www.geo.de/GEO/heftreihen/geo\\_wissen/68284.html](http://www.geo.de/GEO/heftreihen/geo_wissen/68284.html)  
Signatur: All B 2/10.1:47

**Glück** : für die Sekundarstufe I / hrsg. von Dieter Birnbacher. - [Nachdr.]. - Stuttgart : Reclam, 2010. - 115 S. ; 15 cm  
(Universal-Bibliothek ; 9575 : Arbeitstexte für den Unterricht)  
ISBN - 978-3-15-009575-1  
Signatur: Phi G 3.3/99.1

**Erweitert die Glücksfee die persönliche Glücksvorstellung?** : Eine Unterrichtseinheit zum Bilderbuch „Die Glücksfee“ im Religionsunterricht einer 1. Klasse / Anja Sanders. - 2010. - 48 S. : Ill.  
Hamburg, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung, Abteilung Ausbildung, Hausarbeit, 2. Staatsprüfung, Lehramt an der Primarstufe und der Sekundarstufe I (LAPS)  
Signatur: A 53:80

**Kaufen macht glücklich!?** : Ideenbuch zur Kaufsuchtprävention für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen / Petra Kirchschrager-Fassler; Andreas Fassler. [Hrsg.: Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Bayern e.V.]. - München : Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Bayern, 2010. - 75 S. : Ill. ; 30 cm + 1 CD-ROM  
Literaturangaben  
Systemvoraussetzungen der CD-ROM-Beil.: Acrobat Reader;  
\*ISBN - 978-3-938395-07-9 \*kart. : EUR 6.80  
Signatur: PolB D 2.4.3/83.1  
Signatur: PolB D 2.4.3/83.1:CD

**Iss dich glücklich!** : warum gesunde Ernährung einfacher ist als du denkst ; ein Jugendsachbuch Felicia Law u. a. [Übers. Jessika Komina ...]. - Mülheim an der Ruhr : Verl. an der Ruhr, 2010. - 72 S. : Ill. ; 22 cm  
Einheitssachtitel: You are what you eat <dt.>  
ISBN - 978-3-8346-0750-8 : EUR 12.80  
Signatur: HLF A 2.9/207.1

**Der ganz normal verteilte Zufall** : mathematische Glücksspiele und Orakel / Amir D. Aczel. Aus dem Amerikan. übers. von Bernhard Gerl. - Heidelberg : Spektrum, Akad. Verl., 2010. - XVI, 183 S. : graph. Darst. ; 190 mm x 127 mm (Spektrum : Sachbuch)  
Einheitssachtitel: Chance : a guide to gambling, love, the stock market & just about everything else <dt.>. - Literaturverz. S. 183  
ISBN 3-8274-2500-X - 978-3-8274-2500-3 \*PB. : EUR 19.95, sfr 29.00 (freier Pr.)  
Signatur: Mat F 9/104.1

**Hanna im Glück** : [Jugendstück] / Marlene Skala.  
- Leseex. - Weinheim/Bergstraße : Dt. Theater-  
verl., 2010. - 16 S.

Extrabeilage zu: Spiel & Theater ; 62.2010, H. 185  
Signatur: Duz 17b:10,185 B

**Warum Mathematik glücklich macht** : 151  
verblüffende Geschichten / Christian Hesse. - 1.  
Aufl., Orig.-Ausg. - München : Beck, 2010. - 345  
S. : Ill., graph. Darst. (Beck'sche Reihe ; 1908)  
Literaturverz. S. 329 - 337  
ISBN - 978-3-406-60608-3  
Signatur: Mat B 4.1/33.1

**Pädagogik des Glücks** : wann, wo und wie wir  
das Glück lernen / Joachim Münch; Irit Wyrob-  
nik. - Baltmannsweiler : Schneider-Verl. Hohen-  
gehren, 2010. - V, 170 S. ; 230 mm x 155 mm  
Literaturverz. S. 159 - 170  
ISBN - 978-3-8340-0701-8 \*PB. : EUR 18.00, sfr  
31.60 (freier Pr.). Signatur: Psy G 2.1/96.1

**1989 : glückliche Tage** / [Red.: Eva Behrendt ...].  
- Berlin : Friedrich, 2009. - 184 S. : zahlr. Ill.  
(Theater ; 2009)  
ISBN - 978-3-617-51978-3  
Signatur: NLit A 6/3.1:2009

**Im Netz gewinn ich jeden Fight!** / Armin Kaster  
[Schülerbd.] / Armin Kaster. - Mülheim an der  
Ruhr : Verl. an der Ruhr, 2009. - 112 S. ; 19 cm  
(K.L.A.R.)  
ISBN - 978-3-8346-0503-0 : EUR 5.00  
Signatur: LSU C 5.3.3.9/152.1

**Im Netz gewinn ich jeden Fight!** / Armin Kaster  
Literatur-Kartei: / Armin Kaster. - 1. Aufl. - Mül-  
heim an der Ruhr : Verl. an der Ruhr, 2009. - 65  
Bl. : Ill. ; 297 mm x 210 mm  
(K.L.A.R. Kurz - Leicht - Aktuell - Real). - (Arbeits-  
materialien für die Sekundarstufe)  
ISBN - 978-3-8346-0504-7 \*Pp. : sfr 33.30 (freier  
Pr.), EUR 19.00, EUR 19.50 (AT)  
Signatur: LSU C 5.3.3.9/152.1:L

**Glück** : ein Projektbuch ; Hintergründe, Perspek-  
tiven, Denkanstöße / Peter Brokemper. - Mül-  
heim an der Ruhr : Verl. an der Ruhr, 2009. - 111  
S. : zahlr. Ill. ; 30 cm  
ISBN - 978-3-8346-0510-8 \*kart. : EUR 19.80  
(DE), EUR 20.35 (AT), sfr 34.70 (freier Pr.)  
Signatur: Phi G 2.3/18.1

**Verloren in virtuellen Welten** : Computerspie-  
lsucht im Spannungsfeld von Psychotherapie  
und Pädagogik ; mit 8 Tabellen /  
Jürgen Hardt ... (Hg.)  
Kongress: Fachtagung „Verloren in Virtuellen  
Welten“ ; (Frankfurt am Main) : 2008.09.06.  
- Göttingen : Vandenhoeck & Ruprecht, 2009. -  
152 S. : Ill., graph. Darst. ; 205 mm x 123 mm  
Literaturangaben. Enth. 7 Beitr.  
ISBN - 978-3-525-40205-4 \*kart. : EUR 19.90  
(DE), EUR 20.50 (AT), sfr 36.00 (freier Pr.)  
Signatur: Psy E 6/116.1

**Vom Glück, lernen zu dürfen** : für eine zweck-  
freie Bildung / Jürgen Overhoff. - Stuttgart :  
Klett-Cotta, 2009. - 271 S.  
Literaturverz. S. 270 - [272]  
ISBN - 978-3-608-94171-5 \*Gb.  
Signatur: Pae B 2.11/20.1

**Schulfach Glück** : wie ein neues Fach die Schule  
verändert / Ernst Fritz-Schubert. - Orig.-Ausg. -  
Freiburg im Breisgau [u.a.] : Herder, 2008. -  
189 S. ; 200 mm x 125 mm  
ISBN - 978-3-451-29849-3 \*Gb. : sfr 30.90  
(freier Pr.), EUR 16.90, EUR 17.40 (AT)  
Signatur: Phi G 2.3/17.1

**Arbeit - Leben - Glück** : wie man herausfindet,  
was man werden will / Gina Schulze. - Orig.-  
Ausg., 2. Aufl. - München : Dt. Taschenbuch-  
Verl., 2006. - 235 S. : graph. Darst. ; 210 mm x  
135 mm (dtv ; 62220 : Reihe Hanser)  
Literaturverz. S. 235 - [236]  
ISBN 3-423-62220-2 - 978-3-423-62220-2 :  
EUR 7.50  
Signatur: Pae D 13/78-2.1

**„Die Glückspost“ – Schüler einer zweiten Klasse  
erfahren ihre Klassenzeitung als Ritual** / von  
Frauke Rolf. - 2004. - 40 S. : zahlr. Ill.  
Hamburg, Landesinstitut für Lehrerbildung und  
Schulentwicklung, Abteilung Ausbildung, Haus-  
arbeit, 2. Staatsprüfung, Lehramt an Volks- und  
Realschulen  
Signatur: A 31:101

**Man darf mit dem Glück nicht drängelnd sein :** ein Leseprojekt zu dem gleichnamigen Roman von Kirsten Boie [Niveau 1] / erarb. von Jutta Hinne-Fischer. Ill. von Ulrike Selders. - 1. Aufl., 1. Dr. - Berlin : Cornelsen, 2004. - 96 S. : Ill. ; 21 cm + Lösungsh. (12 S.)

ISBN 3-464-60134-X \*kart. : EUR 8.20, sfr 15.00  
Signatur: LSU C 5.3.3.9/108

**Können Steine glücklich sein? : philosophieren mit Kindern** / Kristina Calvert. - Orig.-Ausg. - Reinbek bei Hamburg : Rowohlt-Taschenbuch-Verl., 2004. - 111 S. : Ill. ; 24 cm (Rororo ; 21266 : Rotfuchs : Science & fun)  
Literaturverz. S. 104 - 106  
ISBN 3-499-21266-8 : EUR 12.90  
Signatur: Phi F 5/24a.1

### Einzelne Aufsätze

**Leben ohne Geld. ... aber mit Alternativen** / Bianca Stratmann  
In: Praxis Politik, 8 (2012) 1, S. 30-34 - ISSN: 1860-255X – Signatur: Sz 43

**Zur Pädagogik der Glücksgefühle.** Ein Beitrag zum Pursuit of Happiness / Jörg Zirfas  
In: Zeitschrift für Erziehungswissenschaft, 14 (2011) 2, S. 223-240, - ISSN: 1434-663x; 1862-5215 – Signatur: Ph 237

**Glück kann man lernen.** Interview mit dem „Glücks-Lehrer“ Ernst Fritz-Schubert. -  
In: Deutschmagazin, 8 (2011) 1, S. 14-17 - Illustrationen; Literaturangabe; Anmerkung - ISSN: 1613-0693 – Signatur: Duz 47

**Positive Pädagogik.** Glück in der Schule / Olaf-Axel Burow  
In: Die Grundschulzeitschrift, 25 (2011) 242/243, S. 4-7 - Illustrationen; Literaturangaben; Internetadresse - ISSN: 0178-8523; 0932-3910 - deutsch – Signatur: Ph 216

**Experimente mit Taschengeld, Ferien und Zufriedenheit.** Wie Vergleiche im Alltag unser Glück bestimmen / Tobias Pfaff  
In: Unterricht Wirtschaft + Politik, 1 (2011) 1, S. 43-48 - ISSN: 2191-6624 – Signatur: Hz 5b

**Glück ist...? Philosophieren zum Thema „Glück“** Kea Schilling – In: Die Grundschulzeitschrift, 25

(2011) 250, S. 12-15 - Illustration; Text; Literaturangaben; grafische Darstellungen; Anmerkung  
ISSN: 0178-8523; 0932-3910 - deutsch  
Signatur: Ph 216

**Vorschläge zur Arbeit mit der Folie zum Thema „Glaube und Glück“** / Udo O.H. Jung  
In: Praxis Fremdsprachenunterricht, 6 (2009) 4, S. 72 - Folie - ISSN: 1613-0901 – deutsch  
Signatur: Ez 23

**Wie glücklich sind Deutschlands Kinder?** Eine glückspsychologische Studie im Auftrag des ZDF / Anton A. Bucher  
In: Diskurs Kindheits- und Jugendforschung, 4 (2009) 2, S. 241-260 - ISSN: 1862-5002  
Signatur: Sozz 13

**Kinder wollen glücklich sein - dem Glück auf der Spur.** Kinderstudien im Vergleich / Christian Alt ; DJI-Kinderpanel, LBS-Kinderbarometer, World Vision Kinderstudie, ZDF-Glücksstudie. -  
In: DJI-Bulletin, (2009) 85 (1), 8 S., URL: [http://cgi.dji.de/bulletin/d\\_bull\\_d/bull85\\_d/DJIB\\_85.pdf](http://cgi.dji.de/bulletin/d_bull_d/bull85_d/DJIB_85.pdf) - ISSN: 0930-7842 -

**Glücklich sein - was heißt das?** Glücklich werden - wie gelingt das?, 2002 / Edgar Bein  
In: Bein, Edgar: : Texte zu Themen der Zeit : 1961 - 2008. - Hoisdorf : Selbstverl.. - 2009, S. 162-181  
Signatur: Phi G 3.3/93.1

**Kinder von pathologischen Glücksspielern:** Lebensbedingungen, Anforderungen und Belastungen / Tobias Hayer, Carolin Bernhart, Gerhard Meyer  
in: Abhängigkeiten : Forschung und Praxis der Prävention und Behandlung. - Lausanne : ISPA Press. - Bd. 12.2006, 2, S. 60-77 – Signatur: Psz 21

**Kontakt**  
Erika Flügge, Leitung Hamb. Lehrerbibliothek Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI)  
Abteilung Zentrale Dienste - LIZ 4  
Felix-Dahn-Str. 3, 20357 Hamburg  
Tel.: (040) 42 88 42 - 840  
Fax: (040) 42 797 1 - 530  
E-Mail: [erika.fluegge@li-hamburg.de](mailto:erika.fluegge@li-hamburg.de)  
LZ : 745/5026  
[www.li.hamburg.de/lehrerbibliothek](http://www.li.hamburg.de/lehrerbibliothek)

## 17. Glückstee – selbst gemacht Regina Marek

Um schlechte Laune zu vertreiben kann man ein Glückstee-Rezept ausprobieren. Der vorgestellte Glückstee wirkt belebend. Er lässt die düsteren Gedanken in Vergessenheit geraten. Der eigene Körper steht im Mittelpunkt und kann sich entspannen.

Alle Zutaten für den Glückstee bekommt man problemlos aus der nächsten Apotheke. Für einen Liter Tee benötigen Sie folgende Zutaten möglichst aus biologischem Anbau:

- 2 Teelöffel Minze
- 2 Teelöffel Lindenblüten
- 2 Teelöffel Eisenkraut
- 2 Teelöffel Kamille

Übergießen Sie die Kräuter mit kochendem Wasser und lassen Sie den Tee dann zwischen 10 und 15 Minuten ziehen. Den Tee kann man mit etwas Honig süßen oder auch etwas Bio-Milch dazugeben, einige mögen den Tee auch mit Blutorangeensaft.



Foto: Alnatura

Es gibt zahlreiche Anbieter für fertige Glückstees in Beuteln, z.B. Alnatura Glückstee mit Zutaten aus ökologischer Landwirtschaft. Zutaten: Kakaoschalen (50%), Rooibos (21%), Ceylon-Zimt (12%), Anis, Süßholz, Vanilleschote gemahlen (2%) Ceylon-Zimt\* (12%), Anis.

Ebenso gibt es Yogi-Tee®-Glückstee-Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau: Zimt, Fenchel, Ingwer, Johanniskraut, Anis, Süßholz, Kardamom, Orangenschalen, natürliches Orangenaroma, schwarzer Pfeffer, Lavendel, Nelken, Boxhornkleesamen Zimtextrakt.



Abb.: Gute Zutaten für den Glückstee – Biokräuter aus der Apotheke oder dem Reformhaus.  
Fotos: Heike Rau, peppi18/beide Fotolia.com

## 18. NEU – im ZSU-Schulgarten Monika Schlottmann

Foto: ZSU



Schon immer hat mich die Natur, das Wachsen und Gedeihen der Pflanzen, die biologischen Zusammenhänge und Kreisläufe interessiert – als Kind und als Erwachsene. Deshalb war es ein dringendes Anliegen,

schon damals als Kollegin in der Schule Flughafenstraße gemeinsam mit anderen einen Schulgarten und ein grünes Klassenzimmer zu planen, anzulegen und fest in den Unterricht und die Schulgemeinschaft zu integrieren. Die Themen- und Tagebücher, Untersuchungen, Versuche und Beobachtungen von Pflanzen und Schulgelände waren eine logische Ergänzungen, auch an der Schule Ratsmühlendamm.

Als Teammitglied im Projekt Klimaschutz am LI (Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung) habe ich Klimaschulen auf dem Weg zum Klimaschutzplan begleitet und war mitverantwortlich für die Ausschreibung Umweltschule. Hier hatte ich mit vielen Schulen aller Schulformen im gesamten Stadtgebiet Kontakt. Ein Großteil von ihnen führte auch Projekte zu Umweltuntersuchungen, Schulgeländegestaltung, Schulgartenanlage und Biodiversität durch – auch hier wieder ein weiterer Anknüpfungspunkt für mein Interesse und Engagement.

Da war es logisch, dass ich mich auf die neu zu besetzende Stelle als pädagogische Leitung für den ZSU-Schulgarten bewarb. Dies darf ich seit August 2012 freudig wahrnehmen.

Meine Tätigkeit als Redakteurin für den Hamburger Bildungsserver lässt sich damit gut verknüpfen und spiegelt neben den aktuellen Hamburger Schulthemen auch besonders diese Inhalte in den von mir verantworteten Bereichen in den Fächern, Themen und Aufgabengebieten wieder.

Ein besonderer Schwerpunkt unserer Arbeit in der Abteilung Schulgarten des ZSU (Zentrum für Schulbiologie und Umwelterziehung) wird in den nächsten Jahren sein:

- Bildung eines Netzwerkes „Schulgarten und Schulgartengeländegestaltung“
- Erstellen eines Leitfadens zur Schulgartenanlage und Beratung dazu
- Projekte zu mobilem Gärtnern – urban gardening – zu initiieren
- Erweitern des Kursangebotes für Schülerinnen und Schüler zum forschenden und untersuchenden Lernen zu verbindlichen Themen des Rahmenplans zum weiten Bereich „Schulgarten“
- Lehrerfortbildung und Beratung zu den o. a. Themen



Abb.(von links): Schülergruppen pflanzen im ZSU-Schulgarten die vorgezogenen Gemüsepflanzen · Flaschengarten: Ein selbst gebautes Ökosystem, geeignet zur Langzeitbeobachtung · Ausleihprogramm „Vom Laich zum Grasfrosch“. Fotos: ZSU

## 19. Familien- und Geburtstagsprogramm des FSH

Sascha Fronz

Foto: ZSU



Wie viele von Ihnen wissen, besteht die Arbeit des FSH seit vielen Jahren darin, Kinder und ihre Eltern mit spannenden und informativen Programmen für die Themen der Naturwissenschaften zu begeistern.

Hierzu hat sich von vor vielen Jahren das Familien- und Geburtstagsprogramm als Anlaufstelle für die Freizeitgestaltung vieler Familien etabliert. Aber auch hier ergeben sich von Zeit zu Zeit Veränderungen.

Seit November 2012 hat sich unsere bisherige Cheforganisatorin, Sanne Kaib, ihre längst verdiente Pause gegönnt. Damit aber weiterhin vielfältige und ansprechende Angebote für Groß und Klein bereitgestellt werden können, muss diese Arbeit fortgeführt werden.

Diese Aufgabe ist mir, Sascha Fronz, zuteil geworden. Ich bin schon seit einiger Zeit Mitglied

im Dozententeam des ZSU und habe dabei viele wertvolle Erfahrungen für mein Lehramtstudium der Biologie und Sozialwissenschaft sammeln können.

Ich hoffe durch meine etwas erweiterten Aufgaben als neuer Organisator und Ansprechpartner für das Familien- und Geburtstagsprogramm weitere spannende Erfahrungen und Eindrücke erleben zu können. Dabei stehe ich Ihnen gern für alle Fragen rund um das Familien- und Geburtstagsprogramm zur Verfügung und hoffe auf eine gute Zusammenarbeit und ein baldiges „Hallo“ auf dem Gelände des ZSU. Gern auch bei einem unserer neuen Angebote, welche mit dem Beginn des neuen Jahres Bestandteil unseres Angebotes sein werden.

### Kontakt

Förderverein Schulbiologiezentrum  
Hamburg e.V.

Familien- und Geburtstagsprogramm  
Sascha Fronz

Tel.: 0176 /444 793 06

E-Mail: [sascha.fronz@studium.uni-hamburg.de](mailto:sascha.fronz@studium.uni-hamburg.de)



Abb. (von links): Tiere im Teich: Beobachtung von Rückenschwimmer, Wasserkorpion und Libellenlarve unter einer Lupe oder dem Mikroskop · Wie fühlt sich ein Krallenfrosch an? Fotos: FSH

## 20. Neues aus dem ZSU Thomas Hagemann

Foto: ZSU



Seit über 25 Jahren unterstützt das Zentrum für Schulbiologie und Umwelterziehung (ZSU) als Teil des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung (Referat Naturwissenschaften) Hamburger Schulen darin, Themen der Bildung für nachhaltige Entwicklung und der Naturwissenschaften zu vermitteln.

Die Arbeit des ZSU hat sich dabei gerade in den letzten Jahren stark gewandelt. Waren es zunächst eher fachliche Themen, so sind es heute Aspekte der Inklusion, der Individualisierung und der Kompetenzorientierung, an denen sich die Veranstaltungen des ZSU orientieren. Dies gilt für Schülerangebote und Fortbildungen am ZSU gleichermaßen. Das Veranstaltungsprogramm passt sich dabei kontinuierlich den allgemeinen Bedarfen der Schulen und vor allem den Vorgaben der Rahmenpläne an.

Ganz im Sinne des interdisziplinären Gedankens der Bildung für nachhaltige Entwicklung vernetzt sich das ZSU zunehmend und kooperiert mit Partnern wie E.ON Hanse, dem Gut Karlshöhe, Multimar Wattforum in Tönning oder dem Fledermauszentrum Noctalis in Bad Segeberg und vielen anderen Institutionen. Gemeinsam werden Wettbewerbe organisiert oder die Veranstaltungsprogramme aufeinander abgestimmt. Der Naturwissenschaftliche Verein Hamburg e. V. und der Imkerverein Altona e. V. bieten zahlreiche Veranstaltungen am ZSU an, so dass sich ambitionierte Naturkundler mit Naturwissenschaften und Umweltthemen beschäftigen und mit Gleichgesinnten austauschen können. Auch die NABU-Ortsgruppe ist am Hemmingstedter Weg aktiv und bietet Kindern und Jugendlichen ein eigenes Programm.

Dass die breit angelegte Angebotspalette des ZSU sehr gut angenommen wird, beweisen die stetig steigenden Teilnehmerzahlen. In 2011 nahmen über 14.000 Besucherinnen und Besucher an Programmen vor Ort teil, lernten die Vielfalt des Angebots kennen und vor allem die naturnahe Umgebung des ZSU am Hemmingstädter Weg schätzen.

Hinweisen möchte ich auf die mittlerweile von vielen Schulen sehr geschätzte und genutzte ZSU-Messe, die in 2013 am 13. und 14. Juni stattfindet. Auf der Messe für Umweltbildung präsentieren sich verschiedenste Institutionen aus der Umweltbildung mit ihren Ständen. Am 13. Juni wird auch der „Zero-Emission-Wettbewerb“ von E.ON Hanse ausgerichtet, wo es wieder einmal darum geht, mit Brennstoffzellen betriebene Boote zu bauen und sich im Wettrennen zu messen. Das Motto der Messe steht diesmal im Zeichen der Mobilität.

### Neu in das Programm aufgenommen wurden folgende Veranstaltungen:

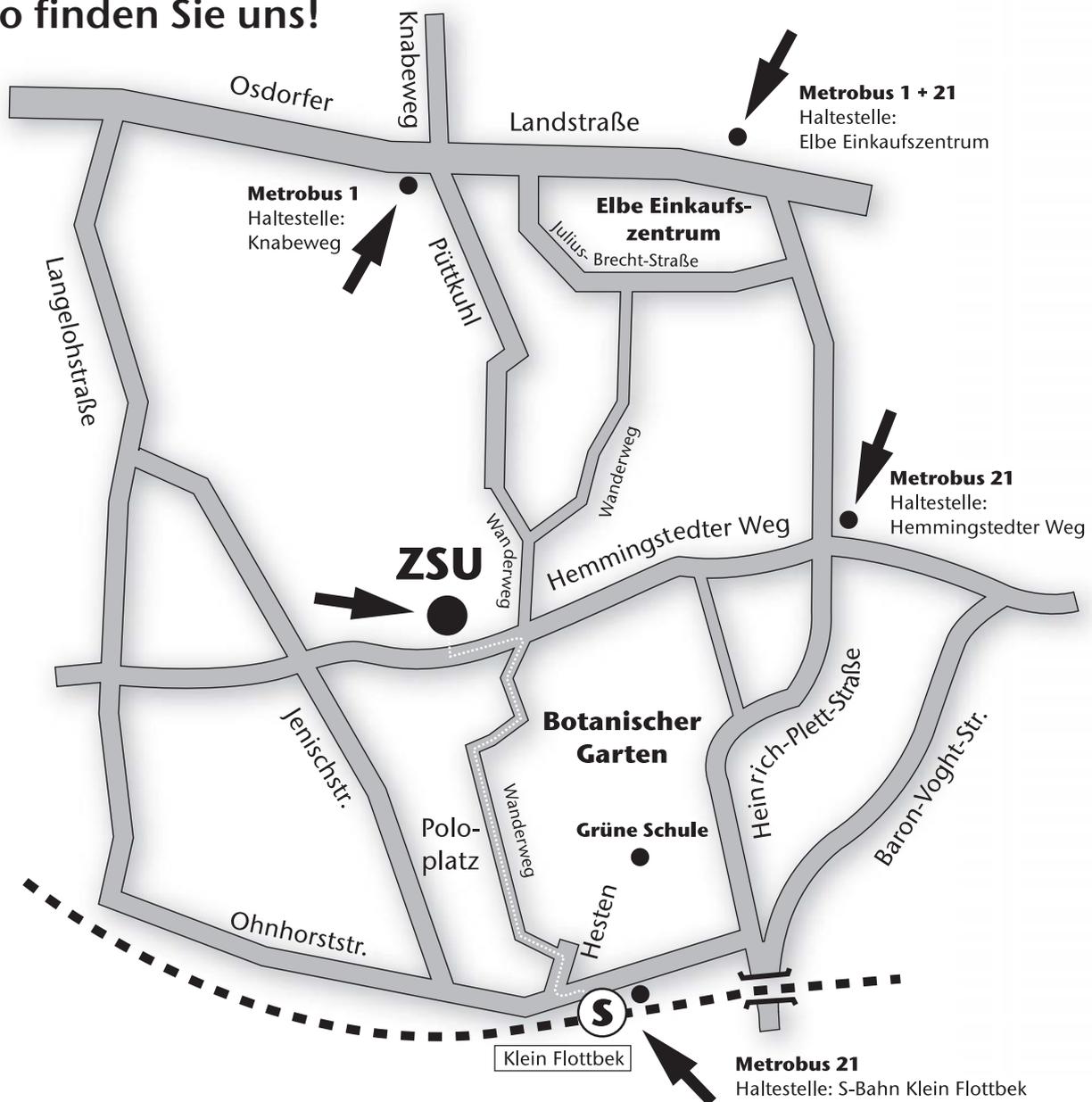
Veranstaltungsthema	Klassenstufe
Schau genau – welcher Baum ist das?	2-4
Schau genau – was krabbelt da?	2-4
Schwimmen und Sinken	3-4
Energie erleben – Klima schützen	2-4
Ökosystem Meer	10-13
Netzwerk Schulgarten in Hamb. (Fortbildung)	---
Mobiles Gärtnern (Fortbildung)	---
Artgerechte Tierhaltung (Fortbildung)	---
Das Leben in der Nordsee (Fortbildung)	---

Das Veranstaltungsprogramm des ZSU kann dem Programmheft des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung (<http://li.hamburg.de>) oder dem aktuellen ZSU-Katalog entnommen werden (<http://li.hamburg.de/zsu/>), der zum Jahresanfang an alle Schulen geht.

Danken möchte ich an dieser Stelle dem Förderverein Schulbiologiezentrum Hamburg e. V., der dem ZSU auch in schwierigen Situationen beiseite steht und vor allem mit seinen guten Ideen unterstützt und dazu beiträgt, dass sich das ZSU positiv weiterentwickelt und bereits zum vierten Mal in Folge als Dekadeprojekt der Bildung für nachhaltige Entwicklung ausgezeichnet wurde.

Ich wünsche Ihnen viele interessante Eindrücke, Erlebnisse und Erfahrungen am ZSU und hoffe, dass wir dazu beitragen, dass Umweltbildung und Naturerfahrung an Schulen großgeschrieben wird.

## So finden Sie uns!



### Das **ZSU**, Hemmingstedter Weg 142, 22609 Hamburg

Sie erreichen uns mit der S1/S11 ab Altona in Richtung Wedel, Haltestelle Klein Flottbek/ Botanischer Garten. Gehen Sie bitte an der Ohnhorststraße (rechter Ausgang) in Fahrtrichtung weiter und biegen Sie rechts ab in den Hesten. Von dort aus führt nach etwa 100 m ein kleiner befestigter Wanderweg (Holzschild: „Wanderweg zum Hemmingstedter Weg“) links ab direkt bis zum Hemmingstedter Weg. In diesen biegen Sie links ein und schon sehen Sie auf der rechten Seite die zweistöckigen Gebäude des ZSU (Fußweg maximal 15 Minuten). Gehen Sie nicht die Asphaltstraße zwischen den Mammutbäumen – dies ist der Zugang zum Betriebshof des Botanischen Gartens.



#### Öffentliche Verkehrsmittel:

S1, S11; Metrobus 1, 21  
Haltestelle: Klein Flottbek/Botanischer Garten  
Metrobus 1 – Haltestelle: Knabeweg  
Metrobus 21 – Haltestelle: Hemmingstedter Weg

### Die **Grüne Schule** im Botanischen Garten der Universität Hamburg, Hesten 10, 22609 Hamburg

Die Grüne Schule befindet sich auf dem Gelände des Botanischen Gartens Klein Flottbek unmittelbar gegenüber der S-Bahn Station Klein Flottbek/Botanischer Garten.

#### Öffentliche Verkehrsmittel:

S1/S11; Metrobus 21 – Haltestelle: Klein Flottbek

### Die **Zooschule** bei Hagenbeck Lokstedter Grenzstr. 2, 22527 Hamburg

Die Zooschule befindet sich auf dem Gelände von Hagenbecks Tierpark – unmittelbar hinter dem neuen Haupteingang des Tierparks. Sie arbeitet in einer Public Private Partnership zusammen mit dem Tierpark Hagenbeck.

Öffentliche Verkehrsmittel: U2 Hagenbecks Tierpark

# Förderverein Schulbiologiezentrum Hamburg e. V. (FSH) Werden Sie jetzt Mitglied und helfen Sie mit!



## EINTRITTSERKLÄRUNG

Hiermit werde ich Mitglied im Förderverein Schulbiologiezentrum Hamburg e. V. als ...

- Einzelperson ..... Jahresbeitrag 25.- €
- Förderndes Mitglied ..... Jahresbeitrag..... €
- Bevollmächtigte/r der Schule, Institution,  
Firma, des Verbandes, Vereins: ..... Jahresbeitrag..... €
- Schüler/in, Auszubildende/r,  
Student/in, Arbeitslose/r, Rentner/in ..... Jahresbeitrag 10.- €

### PERSÖNLICHE DATEN

Name: .....	Dienststelle: .....
Vorname: .....	.....
Straße: .....	.....
Ort: .....	Telefon (dienstlich): .....
Telefon (privat): .....	Behördenleitzahl: .....

- Ich nehme am Lastschriftinzugsverfahren teil und erkläre mich damit einverstanden, dass der Jahresbeitrag von meinem Konto abgebucht wird.

Bank: .....

KTO: .....

BLZ: .....

- Auch wenn das für den FSH mehr Verwaltungsaufwand und u. U. mehr Kosten verursacht, überweise ich den Jahresbeitrag jeweils bis zum 31. Januar des Jahres auf das Vereinskonto.

Hamburg, den ..... Unterschrift: .....

**Vereinskonto: Sparda-Bank Hamburg, BLZ: 206 905 00, Kontonummer: 000 554 1492**  
ZUWENDUNGEN AN DEN FSH SIND STEUERLICH ABSETZBAR

Hemmingstedter Weg 142 · 22609 Hamburg · Telefon: 82 31420 · Telefax: 82314222 · Behördenpost: 145 / 5034

Herausgeber:  
 Förderverein Schulbiologiezentrum Hamburg e.V. (FSH)  
 Hemmingstedter Weg 142, 22609 Hamburg  
 Verantwortlich: Regina Marek (1. Vorsitzende)  
 Tel.: (040) 823142-0  
 Fax: (040) 823142-22  
 Behördenpost: 145/5034  
 E-Mail: Regina.Marek@fs-hamburg.org  
 Internet: www.fs-hamburg.org

Bankverbindung:  
 Sparda-Bank Hamburg, BLZ 206 905 00, KTO 000 554 1492

Redaktion und Autoren Lynx-Druck 01/2013:  
 Regina Marek (FSH)  
 Monika Schlottmann (ZSU, Hamburger Bildungserver – BSB)

Weitere Autoren:

Henry C. Brinker (Stiftung Kinderjahre)  
 Iris Brückner (Schule Rönneburg)  
 Volker Dümenil (Stiftung Kinderjahre)  
 Erika Flügge (LI-Hamburg)  
 Sascha Fronz (FSH)  
 Rita Gerhardt (STS Barmbek)  
 Annette Gräwe (LI-Hamburg)  
 Christa Grimm (Alex.-von-Humboldt-Gymnasium)  
 Thomas Hagemann (Leitung des ZSU)  
 Leonhard Hahn (Musiker und Autor)  
 Michael Hahn (Schule Lämmersieth)  
 Anne Harder (Elbinselschule Wilhelmsburg)  
 Rebekka Harning (Schule Lämmersieth)  
 Dr. Eckart von Hirschhausen  
 Antje Kilicli (Schule Lämmersieth)  
 Sandra Klatte (Elbinselschule Wilhelmsburg)  
 Anna Kleis (ZSU, FÖJ)  
 Dr. Bettina Knauer (Elbinselschule Wilhelmsburg)  
 Peter Krause (Elbinselschule Wilhelmsburg)  
 Walter Krohn (ZSU, Grüne Schule)  
 Susanne Krüger (Schule An der Seebek)  
 Björn Lengwenus (STS Barmbek)  
 Hannelore Lay (Stiftung Kinderjahre)  
 Annika Lohstroh (Medienbüro Lohstroh + Thiel)  
 Yvonne Musolff-De Nardo (BSB)  
 Uta Nellen (GlückSchmiede e.V.)  
 Tanja Oberreuter (Stiftung Kinderjahre)  
 Stefanie Quandt (Elbinselschule Wilhelmsburg)  
 Ingrid Reinhard (Elbinselschule Wilhelmsburg)  
 Patrizia Renz (Schule Lämmersieth)  
 Dr. Jan-Uwe Rogge (Autor, Familien- und  
 Kommunikationsberater)  
 Maud Schaller (GlückSchmiede e.V.)  
 Dr. Jochen Schnack (LI-Hamburg)

Andrea Schuberth (Elbinselschule Wilhelmsburg)  
 Christine Stecker (TU Hamburg-Harburg)  
 Michael Thiel (Dipl.-Psych.)  
 Henning Trost (Alex.-von-Humboldt-Gymnasium)  
 Dirk Vorwerk (Stiftung Kinderjahre)  
 Frederike Warnholtz (STS Barmbek)

Gestaltung und Layout:

Patrick Schempp (E-Mail: mail@media-artworker.de)

Fotos und Grafiken:

Alnatura, Elbinselschule Wilhelmsburg, FSH,  
 Leonhard Hahn, Anna Kleis, Walter Krohn,  
 Johannes Marek, Regina Marek, Philips, Monika  
 Schlottmann, Schule An der Seebek, Schule  
 Lämmersieth, STS Barmbek/Standort Fraenkel-  
 straße, Stiftung Kinderjahre, Henning Trost, ZSU,  
 Fotolia.com (Helder Almeida, Aramanda,  
 Yuri Arcurs, frenta, Slavomir, Pancevac, peppi18,  
 Franz Pfluegl, Heike Rau, yanlev), Wikipedia  
 (Friedrich Böhringer, Manfred Heyde, Mikrolit,  
 Phyzome, Pwagenblast)  
 Titel: Christian Schwier/Fotolia.com

Auflage: 1000 Stück  
 Februar 2013

Wir danken der Stiftung Kinderjahre für die  
 Anzeigenschaltung.

# SCHULFACH GLÜCK

EINE HAMBURGER INITIATIVE DER STIFTUNG KINDERJAHRE FÜR MEHR LEBENSFREUDE  
UND GESELLSCHAFTLICHEN ZUSAMMENHALT

DIESE GLÜCKS-BOTSCHAFTER  
UNTERSTÜTZEN DIE  
STIFTUNG KINDERJAHRE



Dr. Eckart von Hirschhausen



Dipl.-Psych. Michael Thiel



Dr. Jan-Uwe Rogge



Björn Lengwenus

## ZUM GLÜCK GIBT ES DIE STIFTUNG KINDERJAHRE

Kinder und ihre Bildung sind lebenswichtig für die Zukunft unserer Gesellschaft. Chancen und Perspektiven sind ungleich verteilt und viele Kinder leben an der Armutsgrenze. Deshalb setzt sich die Stiftung Kinderjahre für Chancen sozial und emotional benachteiligter Kinder ein mit mehreren Projekten und Initiativen – z.B. dem Schulfach Glück – vorwiegend in sozialen Brennpunkten, unter den Maximen Bildung und nachhaltige Wertevermittlung.

Kunst, Kultur, Musik, Bewegung und Sport sowie ein neues Bewusstsein für Ernährung stehen dabei im Fokus. Denn diese Fächer fördern Intelligenz, Eigeninitiative und Lebensfreude und tragen damit zu mehr Integration und

gesellschaftlichem Miteinander bei – gegen Ausgrenzung, Armut und Jugendgewalt!

Die Stiftung Kinderjahre finanziert ihre Projekte ausschließlich durch Zuwendungen. Helfen Sie uns, Kinder zu fördern! Geben Sie eine Zustiftung. Spenden Sie jetzt. Vielen Dank!

### SPENDENKONTEN

**HSBC Trinkaus:** Stiftung Kinderjahre  
Kto-Nr. 800 759 013 | BLZ 300 30 880

**Haspa:** Stiftung Kinderjahre  
Kto-Nr. 102 222 4362 | BLZ 200 505 50

Stiftung  Kinderjahre  
CHANCEN FÜR BENACHTEILIGTE KINDER