

Pilotprojekt Glück 2021/22

**München
Berlin
Frankfurt
Duisburg/Essen**

T. + 49 69 6600 9666
F. + 49 69 6611 3185

info@createyourlife-sethasa.de
CREATEYOURLIFE-SETHASA.DE

Pilotprojekt Glück - 2021/22

CREATE YOUR LIFE

ANSPRECHPARTNER: **ELLEN SCHEITER**
TITEL: Geschäftsführerin
T. 069 66009666
F. 069 66113185
MAIL: ellen.scheiter@createyourlife-sethasa.de
DATUM: 27. Januar 2021
BETREFF: Pilotprojekt Glück 2021/22

SETHASA GEMEINNÜTZIGE GMBH
C/O DR. PETRA WIBBE SÜDLICHE MÜNCHNER STR. 10 82031 GRÜNWALD

ANMERKUNGEN:

Inhalt

Kurzbeschreibung	2
Hintergrund	3
Projektpartner SETHASA gGmbH	4
Projektpartner Fritz-Schubert-Institut für Persönlichkeitsentwicklung gGmbH	5
„Schulfach/Handlungskonzept Glück“	6
Konzeption	8
Weiterbildung	9
Projektziele	10
Kosten / Finanzierung	11
Anhang – wissenschaftliche Evaluierungen	12

Pilotprojekt Glück - 2021/22

CREATE YOUR LIFE

Kurzbeschreibung

Das Fritz-Schubert-Institut für Persönlichkeitsentwicklung gemeinnützige GmbH in Heidelberg (FSI) und die Münchner SETHASA gemeinnützige GmbH (vormals Integration – Zukunftsperspektive für Kinder e.V.) haben als Kooperationspartner im Schuljahr 2013/14 begonnen, das seitens des FSI entwickelte sogenannte „Schulfach Glück“* (auch „Handlungskonzept Glück“ genannt) als Pilotprojekt an ausgewählten Münchner Mittelschulen einzuführen. Im Schuljahr 2021/22 geht es in München nun ins neunte Jahr, 2017 startete es in Berlin, 2018 in Frankfurt. Im November 2019 haben wir mit *Pilotprojekt Glück* im Großraum Duisburg/Dortmund/Düsseldorf/Köln begonnen. Seit dem Schuljahr 2018/19 Jahr können wir es für alle Schulformen und Altersstufen anbieten.

* Wir weisen darauf hin, dass das sogenannte „Schulfach Glück“ nicht zum offiziellen Fächerkanon der Kultusministerien gehört.

Hintergrund

- **gesteigertes Interesse an der Glücks-Forschung in vielen gesellschaftlichen Bereichen /**
- **Lebens- und Sozialkompetenz von SchülerInnen insbesondere im gesellschaftlichen Fokus**

Das Interesse an den Ursachen für Wohlbefinden und Zufriedenheit (Glücks-Forschung) hat in den vergangenen Jahren in vielen gesellschaftlichen Bereichen zugenommen. Dies ist vermutlich u. a. vor dem Hintergrund immenser digitaler Entwicklung und ihren Auswirkungen auf unser Leben zu sehen. Auch die Schule steht hier im Fokus der Betrachtung: SchülerInnen erscheinen unkonzentrierter, unsozialer, orientierungsloser, uninteressierter u.v.m.. Lebens- und Sozialkompetenz werden neu gewichtet, das Unterrichten ist anspruchsvoller geworden. In diesem Zusammenhang scheinen Schulen in sozial schwierigen Lagen besonders betroffen zu sein. Die Gesundheit der SchülerInnen sowie der Lehrkräfte ist in vielen Fällen tangiert. Ferner stehen wir vor großen Herausforderungen, was die schnelle und nachhaltige Integration jugendlicher Flüchtlinge betrifft. Auch die COVID19-Pandemie hat die Nachfrage nach der Entwicklung persönlicher Kompetenzen, Resilienz, Verantwortung, Umgang mit Werten etc. erhöht.

- **„Schulfach Glück“ als evaluierter Ansatz**

Einen gelungenen Ansatz, um den Zusammenhang von Lebenskompetenz und Lebensfreude sowie Wohlbefinden in die Schule zu tragen, legt Ernst Fritz-Schubert mit der Einführung des Schulfachs „Glück“ vor. Zielführend bei der Entwicklung der Unterrichtsmaterialien ist, dass nicht nur die philosophische Komponente und die kognitive Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Konzepten und Theorien zum Thema Glück einbezogen werden, sondern dass auch theater- und erlebnispädagogische Elemente ebenso wie experimentelle Übungen Berücksichtigung finden, welche für die Entfaltung und Stärkung der Persönlichkeit der Heranwachsenden unverzichtbar sind. Dabei soll der Körper als Ausdrucksmittel erlebt, Freude am Leben und an der eigenen Leistung vermittelt und die Verbindung des eigenen Ichs mit der Welt und der Frage nach sozialer Verantwortung verknüpft werden.

Projektpartner SETHASA gemeinnützige GmbH

- **Erfolgreiche Förderung von MittelschülerInnen seit 2006**

Seit 2006 organisierte die Organisation (damals als gemeinnütziger Verein Integration – Zukunftsperspektive für Kinder e.V.) unter dem Projektnamen „create your life“ Workshops in Schauspiel, Tanz, Gesang sowie Kickboxen für Münchner MittelschülerInnen. Seit 2008 hatten die Workshop-TeilnehmerInnen die Möglichkeit, im Anschluss eine/n MentorIn d.h. für den Zeitraum von mindestens einem Jahr eine Betreuung im eins-zu-eins-Verhältnis zu bekommen. Ziel von „create your life“ ist es, SchülerInnen mit sozial schwierigem Hintergrund in den Bereichen Selbst-Bewusstsein, Disziplin, Kreativität und sozialer Kompetenz zu fördern und ihnen eine reelle Zukunftsperspektive insbesondere in beruflicher Hinsicht zu geben. Es geht darum, die persönlichen Potentiale der Jugendlichen zu erkennen, zu fördern und beruflich nutzbar machen.

- **Unterstützung der Schulen u.a. bei der Förderung der SchülerInnen**

Nach den Erfahrungen im engen Kontakt mit den Jugendlichen in Workshops/ Mentoring sowie im mehrjährigen Austausch mit LehrerInnen und SchulleiterInnen zeigt sich ein Bedürfnis nach Möglichkeiten, an den genannten Zielen vermehrt auch im Schulunterricht arbeiten zu können. Soziale Medien, gesellschaftliche Veränderungen etc. haben es allen, die Jugendliche in ihrer Lebensentwicklung positiv beeinflussen und unterstützen möchten, nicht leichter gemacht – die Schwierigkeiten der Jugendlichen im Umgang mit sich selbst und ihrer Umwelt scheinen zugenommen zu haben. Vor diesem Hintergrund eruierte „create your life“ seit 2012, ob und wie es möglich werden könnte, über die bestehenden Maßnahmen hinaus Themen wie Selbstbewusstsein, Selbstreflektion, Respekt im Umgang miteinander, Wertebewusstsein etc. vermehrt Unterrichtsbestandteil werden zu lassen.

- **Die SETHASA gGmbH ist zuständig für die Gesamtorganisation sowie Koordination des Pilotprojekts, ist damit u. a. Ansprechpartner für die teilnehmenden Schulen, führt die Weiterbildungen durch und ist zuständig für die Öffentlichkeitsarbeit. Die Weiterbildung befähigt die teilnehmenden LehrerInnen/ LehramtsstudentInnen, „Schulfach Glück“ ein Jahr lang und darüber hinaus zu unterrichten.**

Projektpartner Fritz-Schubert-Institut für Persönlichkeitsentwicklung gGmbH (FSI)

- **Gründung des FSI im Jahr 2009 zur Stärkung ganzheitlichen Wohlbefindens in diversen gesellschaftlichen Bereichen**

Ernst Fritz-Schubert lag es mit der Einführung des „Schulfach Glück“ 2007 an der Willy-Hellpach-Schule in Heidelberg am Herzen, Lebenskompetenz und Lebensfreude der SchülerInnen in den Vordergrund zu stellen und einen Erfahrungsraum dafür als Unterrichtsgegenstand ergänzend zum traditionellen Fächerkanon zu eröffnen. In vielerlei Hinsicht ist seine schulische Arbeit vergleichbar mit den Inhalten und Zielen der Workshop-Arbeit sowie des nachfolgenden Mentorings der SETHASA gGmbH (s.o.).

Das Fritz-Schubert-Institut für Persönlichkeitsentwicklung gGmbH wurde 2009 gegründet und entwickelt sowie vermittelt seitdem Techniken zur Stärkung der Persönlichkeit sowie des ganzheitlichen Wohlbefindens und hält damit mit viel Resonanz Einzug ins Bildungs- und Gesundheitswesen, in Unternehmen sowie in kommunalen Bereichen. (Zusammenarbeit u.a. mit dem Deutschen Roten Kreuz und der Gebietskrankenkasse Tirol)

- **Sammlung wissenschaftlich überprüfter Verfahren**

Alle Methoden, die in der Weiterbildung „Schulfach Glück“, im Entwicklungskonzept „Glück“ und in der pädagogischen Praxis Verwendung finden, stellen eine Sammlung überprüfter Verfahren dar: Ihre Grundlagen finden sich in der Salutogenese (Antonovsky), dem logotherapeutischen Ansatz Viktor E. Frankls, der systemisch-konstruktivistischen Pädagogik, der positiven Psychologie, der Konsistenz-Theorie (Klaus Grawe), der Motivationspsychologie, der PSI-Theorie nach Prof. Julius Kuhl und in den Ergebnissen der sogenannten Resilienzforschung. Die Arbeit des FSI wird u.a. von der Universität Osnabrück und der PH Graz wissenschaftlich begleitet.

- **Das FSI ist verantwortlich für die Inhalte der Weiterbildung und die Supervision im Rahmen des Pilotprojektes. Darüber hinaus arbeitet insbesondere Dr. Ernst Fritz-Schubert an der wissenschaftlichen Weiterentwicklung.**

„Schulfach/Handlungskonzept Glück“

- **Freudvollere Gestaltung des Bildungsweges durch Stärkung und Nutzung eigener Ressourcen**

Ernst Fritz-Schubert ist überzeugt dazu beitragen zu können, den Bildungsweg freudvoller zu gestalten, indem er den Lernenden den Einfluss ihrer Einstellung und ihre Handlungsoptionen bewusst macht. „Gute Gründe für freudvolles Lernen aufzuzeigen gelingt insbesondere dann, wenn Vertrauen und Selbstvertrauen, Verantwortung und Selbstverantwortung, Achtung und Selbstachtung als Ressource gestärkt und genutzt werden.“

Es geht um die Erfahrung, was man selbst zum eigenen Wohlbefinden beitragen kann, und die Entdeckung der persönlichen Potentiale und der Freude am Tun. Die SchülerInnen werden dazu einladen, eine Beziehung zum gelingenden Leben zu entwickeln. Es ist ihm gelungen, im „Schulfach Glück“ Psychologie und Philosophie erlebbar zu machen und Erkenntnisse aus diesen Wissenschaften in einen erlebnisorientierten Unterricht umzusetzen, der auch dem psychologischen Wohlbefinden und damit der Gesundheit dient.

- **„Schulfach Glück“ an über 100 Schulen in Deutschland und Österreich**

Das sogenannte „Schulfach Glück“, das nicht Bestandteil des offiziellen Fächerkanons der einzelnen Bundesländer ist, wird mittlerweile in den unterschiedlichsten Schularten und Jahrgangsstufen beispielsweise im Rahmen von Ethik oder als Arbeitsgemeinschaft unterrichtet (an mehr als 100 Schulen in Deutschland und Österreich). Als „Entwicklungskonzept Glück“ ist es inzwischen auch in Kindergärten eingeführt. Weiterbildungseinrichtungen der SETHASA existieren mittlerweile in vier Bundesländern, hinzu kommen regelmäßige Weiterbildungen des FSI sowie der Glücksstifter für Lehrkräfte in Baden-Württemberg, Magdeburg, Basel und Hamburg.

Ein wichtiger Bestandteil des Konzepts ist, dass die Jugendlichen unterrichtsbegleitend eine Dokumentation erstellen, die der kritischen Reflexion des im Glücksunterricht Erlebten dient. Bewertet wird im „Schulfach Glück“, wie intensiv und umfangreich sich die SchülerInnen mit den Unterrichtsinhalten auseinandergesetzt haben, nicht die vermeintlichen oder tatsächlichen Fortschritte in der Persönlichkeitsentwicklung.

- **Wissenschaftliche Evaluierung (vgl. Anhang)**

Die wissenschaftliche Evaluation durch den Wiener OECD-Beauftragten für Sozialforschung, Prof. Ernst Gehmacher sowie Prof. Wolfgang Knörzer ergab bei den Glücksschülern nicht nur eine erhebliche Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens und eine deutliche Verbesserung der Einschätzung des Schul- und Klassenklimas, sondern vor allen Dingen auch eine Zunahme des Kohärenz- sowie Konsistenzgefühls. Die Evaluationen zeigten, dass die SchülerInnen mit gesteigerter Lernmotivation und Zielorientierung aus dem Unterricht hervorgehen, ihre Ziele besser formulieren können, und die Interaktionen, auch mit den Unterrichtenden, als besser erlebt werden.

- **Übungen aus der Organisationsberatung, Methoden der psychotherapeutischen und systemischen Praxis, Erfahrungen aus der Sportpsychologie und Theaterpädagogik**

Vor dem Hintergrund des geisteswissenschaftlichen Fundaments des Konzepts wird methodisch auf Übungen aus der Organisationsberatung und Methoden der psychotherapeutischen und systemischen Praxis sowie auf Erfahrungen aus der Erlebnis- und Theaterpädagogik zurückgegriffen. Mit einfachen Übungen aus diesen Bereichen wird den SchülerInnen gezeigt, wie sie selbst Einfluss auf ihre Grundstimmung ausüben können. Mit Rollenspielen und Übungen aus der Bewegungspädagogik wird Solidarität hervorgerufen, sowie die Auswirkungen des eigenen Handelns auf die Gemeinschaft erlebbar gemacht. So werden gleichzeitig die Wahrnehmung von sinnlichen Körperempfindungen und ihren emotionalen Konsequenzen gefördert. Mentaltraining, Meditations- und Entspannungsübungen tragen ihrerseits zu einem guten Stressmanagement und einem gestärkten Umgang mit Rückschlägen bei.

- **Wohlbefinden und Gesundheit**

Die WHO definiert Gesundheit als „Zustand des vollständigen körperlichen geistigen und sozialen Wohlergehens“. Die Definition spiegelt das Konzept der gesundheitsbezogenen Lebensqualität wider. Das erklärte Ziel von „Schulfach Glück“ ist es, das hedonistische (subjektive) Wohlbefinden und das eudaimonische (psychologische) Wohlbefinden im Sinne von seelischer Gesundheit zusammenzuführen. Die sechs Faktoren des psychologischen Wohlbefindens (Selbstakzeptanz, positive Beziehungen zu anderen, Autonomie, Umweltbewältigung, Lebenssinn und persönliches Wachstum) sollen dabei als Wirkfaktoren für das Zustandekommen des subjektiven Wohlbefindens verstanden werden.

Konzeption

- **LehramtsstudentInnen der örtlichen Universitäten bzw. Hochschulen (Ludwig- Maximilians-Universität München, Humboldt- Universität, Technische Universität, Freie Universität Berlin, Goethe-Universität Frankfurt, Universität Duisburg/Essen u.a.) erhalten die Weiterbildung im sogenannten „Schulfach Glück“. Diese Weiterbildung befähigt die TeilnehmerInnen, das sogenannte „Schulfach Glück“ mindestens ein Schuljahr lang einmal pro Woche 90 Minuten im Rahmen des Fachs „Ethik“*, alternativ als Arbeitsgemeinschaft in ausgewählten Schulen zu unterrichten.**

Die 12-modulige, monatlich stattfindende Weiterbildung führt die SETHASA im engen inhaltlichen Kontakt mit dem FSI durch. Sie umfasst insgesamt 144 Stunden. Jedes Modul wird üblicherweise einmal pro Monat jeweils freitags (17 bis 21 Uhr) und samstags (9-17 Uhr) unterrichtet. Ausgebildet wird in der lösungs- und ressourcenorientierten systemischen Betrachtungsweise, in Basisprinzipien des sportpsychologischen Trainings mit Schülern sowie in theater- und erlebnispädagogischen Grundlagen. Der Kurs ist auch auf Selbsterfahrung angelegt und gibt die Möglichkeit, die eigene Persönlichkeit, die Rolle als lehrende Person zu reflektieren und zu entwickeln. Ein halbes Jahr lang laufen Weiterbildung und Unterricht parallel, was eine intensive Unterrichtsbegleitung und einen guten Erfahrungsaustausch ermöglicht.

Die Ausbildung ist für die StudentInnen kostenfrei. Im Gegenzug erteilen sie im Schuljahr den entsprechenden Unterricht jeweils zu zweit unter Anwesenheit der Lehrkraft ohne Bezahlung. Der Unterricht wird in enger Abstimmung mit den für die Klassen jeweils zuständigen LehrerInnen durchgeführt. Darüber hinaus steht die SETHASA den StudentInnen unterstützend mit Unterrichtsbesuchen, Supervisionen etc. zur Verfügung. Die Glückslehrkräfte erstellen Unterrichtsprotokolle. Glücksunterricht sowie Ausbildung werden mit Fragebögen intern evaluiert.

Die Klassenlehrkraft profitiert von der Glücks-Lehrkraft und umgekehrt: Erst genannte kommt in Kontakt mit allen Methoden – die volle Wirksamkeit entwickelt "Schulfach Glück" allerdings erst, wenn im Rahmen der Weiterbildung der Selbsterfahrungsaspekt, der einen Haltungswechsel im Umgang mit den SchülerInnen auch im Fachunterricht ermöglicht, hinzu kommt. Die studentische Glücks-Lehrkraft profitiert von den Erfahrungen der Klassenlehrkraft. **Gerne nehmen wir auch Lehrkräfte der teilnehmenden Schulen in die Weiterbildung auf, die dann im Tandem mit einem Studierenden unterrichten.**

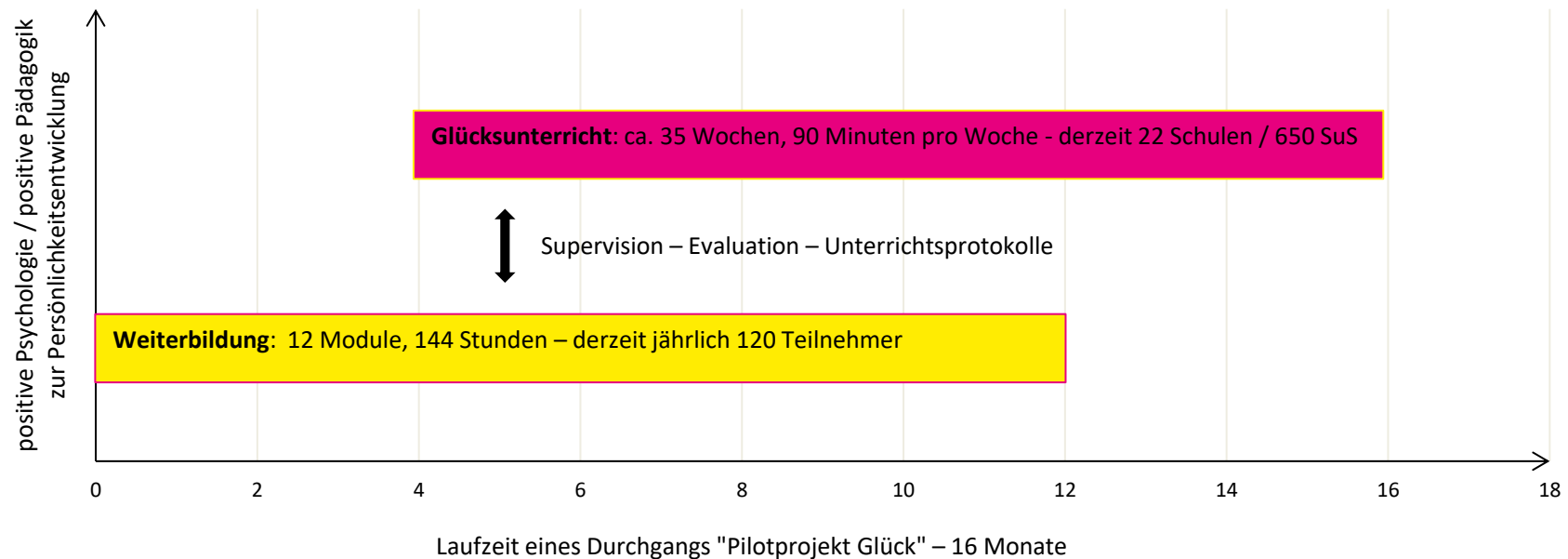
* Lehrplanbezug zum Rahmenlehrplan Ethik zu 90% je nach Bundesland möglich, vielfach auch als AG oder in Willkommens- bzw. Übergangsklassen

Pilotprojekt Glück - 2021/22

CREATE YOUR LIFE

Die Schulen zahlen für die Teilnahme am Projekt € 3.000 pro Klasse. Diese beinhaltet auch einen ausführlichen Austausch über die Implementierung in die jeweiligen Schulthemen. Die jeweiligen Schulaufsichtsbehörden sowie politischen Institutionen werden involviert.

Derzeit führen wir jährlich fünf Weiterbildungen an vier Standorten durch, bilden 120 Studierende und Lehrkräfte zur GlückslehrerInnen aus. An mehr als 20 Schulen erhalten ca. 650 SchülerInnen ein Schuljahr lang wöchentlich Glücksunterricht. Der Fokus liegt auf Grund-, Mittel- und Gesamtschulen, integrierten Sekundarschulen und anderen, die hauptsächlich von Jugendlichen mit sozial schwierigem Hintergrund besucht werden.



Projektziele



* Ziel ist es **nicht**, „Schulfach Glück“ zum Bestandteil der Rahmenlehrpläne der Bundesländer zu machen. Die vorhandenen Freiräume (Ethik, Arbeitsgemeinschaften, Ganzttag etc.) sind ausreichend. Darüber hinaus ist die Methodik zusätzlich in jedem herkömmlichen Fach einsetzbar bzw. nutzbar.

Kosten / Finanzierung

- **Wir sehen einen Beitrag seitens der teilnehmenden Schulen in Höhe von € 3.000 pro Klasse für ein Schuljahr Glücksunterricht vor.**

Für diesen Betrag erhält die Schule grundsätzlich entweder zwei Studenten, oder sie kann eine Lehrkraft in die Weiterbildung schicken, die dann einen Studierenden zur Seite gestellt bekommt.

Kosten entstehen in diesem Projekt vor allem durch die Weiterbildung der StudentInnen/Lehrkräfte. Des Weiteren entstehen der SETHASA Kosten für Organisation, Raummiete, Öffentlichkeits- und Lobbyarbeit. Seit dem Schuljahr 2014/15 werden grundsätzlich alle teilnehmenden Schulen um finanzielle Beteiligung gebeten.

- **Die Teilnahmegebühr für einzelne Lehrkräfte (d.h. solche, die nicht von am Projekt teilnehmenden Schulen kommen) beträgt € 2.200.**
- **Die SETHASA ist darüber hinaus regelmäßig auf Sponsoren und Spenden angewiesen, um die Kosten des Projekts tragen zu können.**

Anhang: wissenschaftliche Evaluierungen

- 2008 **Prof. Ernst Gehmacher**, Fragestellung: „Unterrichtsziel erreicht?“ – Welche Ressourcen können bei Kindern & Jugendlichen gefördert werden? Wie lassen sich Zugewinne messen?
- 2010 **Prof. Dr. Wolfgang Knörzer & Robert Rupp**, Fragestellung: „Welche glücksrelevanten Effekte lassen sich durch das Schulfach Glück feststellen?“
- 2013 **Sarah Hess**, Fragestellung: „Besteht ein Zusammenhang zwischen dem Unterrichtsfach Glück und dem Selbstwertgefühl von Schülern?“
- 2011/15 **Prof. Dr. Alexander Bertrams & Anja Schiepe-Tiska**, Fragestellung: „Wirksamkeitsevaluation eines Unterrichtsprogramms zur Förderung des subjektiven Wohlbefindens, des Selbstwertgefühls und der Selbstwirksamkeitserwartung“
- 2013/14 **Prof. Dr. Ulrike Graf & Niedersächsisches Institut für frühkindliche Bildung & Entwicklung (nifbe)**,
Fragestellung: „Welche professionsorientierten Gewinne erfahren Studierende im Rahmen des Seminarangebots zum Schulfach Glück? Welche Auswirkungen hat das Unterrichten des Glücks für Lehrkräfte auf das gesamte professionelle Handlungsspektrum...?“
- 2016 – 18 **Anna Löffler-Gutmann**, Promotion am Institut für Erziehungswissenschaften Prof. Dr. Olaf-Axel Burow,
Fragestellung: „Wird Schulfach Glück dem inhaltlichen Postulat gerecht, Wohlbefinden im Rahmen verschiedener Umsetzungsformate im Ausbildungs- und Berufskontext zu fördern? Ist der Transfer der Kompetenzen erfolgt?“

Einen ausführlichen Überblick gibt es auch in: Praxisbuch Schulfach Glück (Dr. Ernst Fritz-Schubert, Wolf-Thorsten Saalfrank, Malte Leyhausen, Beltz Verlag ISBN 978 – 3 – 407 – 25735 – 2) sowie „Lernziel Wohlbefinden“, Entwicklung des Konzeptes „Schulfach Glück“ zur Operationalisierung und Realisierung gesundheits- und bildungsrelevanter Zielkategorien (Dr. Ernst Fritz-Schubert, Beltz Verlag ISBN 978 – 3 – 7799 – 3440 – 0).