

Ohne Pult und Tafel

Am Felix-Klein-Gymnasium steht das Fach „Glück“ auf dem Stundenplan

VON VERENA SCHULZ

GÖTTINGEN. Alexandra schließt die Augen und lässt die Beine baumeln. Sie sitzt in der Mitte des Stuhlkreises, elf Augenpaare mustern sie. „Ich mag, dass du so oft lachst“, „Ich find deine Mütze cool“, „Du bist nett“. Die Elfjährige lächelt und genießt. So kann Unterricht aussehen. Zumindest, wenn das Fach „Glück“ heißt.

Am Felix-Klein-Gymnasium in Göttingen gehört das Fach Glück seit diesem Halbjahr zum Lehrplan. In der Glücksforscher-AG treffen sich einmal in der Woche Schüler der fünften Klasse mit Monika Fahrenbach, eine der drei Glücks-Lehrer der Schule. Im kommenden Schuljahr wird Glück sogar zum Wahlpflichtfach für die siebten und achten Klassen. Statt Sprachen oder Informatik stehen dann zum Beispiel Entspannungsübungen und Rollenspiele auf dem Stundenplan.

„Der Leistungsdruck ist bei vielen hoch“, sagt Fahrenbach, die das Unterrichtskonzept aus ihrer früheren Heimat Heidelberg nach Göttingen brachte. „Wir wollen den Schülern Raum geben loszulassen.“ Ziel sei es, dass die Schüler eine wertschätzende Haltung zu sich selbst und ihren Mitmenschen gegenüber entwickeln. Statt Defizite werden Stärken aufgedeckt.

Dafür braucht die Arbeitsgruppe weder Pult noch Tafel. Zum Warmwerden versammeln sich die acht Mädchen und zwei Jungen im lockeren Stehkreis. Sie schließen die

Augen. „Wie fühlt sich der Bauch an nach dem Mittagessen?“, fragt die Lehrerin. Die Schüler horchen in sich hinein. Auf die Ruhe folgt Musik. Zu südländischen Rhythmen fangen die Fünftklässler an, durch den Raum zu springen. Die Leichtigkeit ist vielen schon jetzt ins Gesicht geschrieben.

Noch intensiver wird das bei der Übung „Warme Dusche“. Wie Alexandra müssen auch alle anderen nacheinander in der Mitte Platz nehmen und bekommen Komplimente. „Manches finden die anderen gut, was man selbst an sich gar nicht so gut findet“, stellt Paula im Gespräch nach der Übung fest. „Man lernt sich selbst besser kennen.“

Dieses positive Gefühl nehmen die Schüler mit nach Hause. „Ich bin einfach besser gelaunt danach“, sagt der elfjährige Thomas, der seit Anfang des Halbjahres dabei ist. Andere nutzen die Übungen in ganz bestimmten Situationen. „Ich war bei Klassenarbeiten immer so aufgeregt, und deshalb bin ich hier, um nicht mehr so nervös zu sein“, sagt Lina (10). Auch die zehnjährige Anna findet: „Nach den Übungen bin ich viel entspannter.“



Unterricht mal anders: Die Schüler der Glücksforscher-AG machen sich beim Tanzen warm für die nächsten Übungen. Das soll vor allem entspannend wirken.

Fotos: Schulz

HINTERGRUND

Idee stammt aus Heidelberg

Die Idee zum Schulfach Glück stammt von dem Heidelberger Oberstudiendirektor Ernst Fritz-Schubert. Mit dem Ziel, Lebenskompetenz, Lebensfreude und Persönlichkeitsentwicklung zu fördern, feierte der Glücksunterricht 2007 an seiner Schule Premiere. Inzwischen sind dem Konzept über 100 Schulen in Deutschland gefolgt. In der Region sind das neben dem Felix-Klein-Gymnasium die

BBS Am Ritterplan und die BBS in Duderstadt.

Seit 2009 gibt es das Fritz-Schubert-Institut, das Methoden für den Glücks-Unterricht entwickelt und Fortbildungen für Lehrer anbietet. Nächster Starttermin für die einjährige Weiterbildung in Kassel ist am 31. Mai. Weitere Informationen zum Konzept und zur Ausbildung gibt es auch im Internet.

www.gluecksstifter.de