



KANTON AARGAU

**DEPARTEMENT  
BILDUNG, KULTUR UND SPORT**  
Abteilung Berufsbildung und Mittelschule

Sektion Mittelschule

**MITTELSCHULEN AARGAU**

**AUFNAHMEPRÜFUNG FACHMITTELSCHULE,  
WIRTSCHAFTSMITTELSCHULE UND INFORMATIKMITTELSCHULE**

---

Deutsch

---

Text 2024

## Schulfach Glück

## Kann man Glück lernen?

**In Heidelberg erfand ein Lehrer vor fünf Jahren das Unterrichtsfach «Glück». Mittlerweile wird es an über 100 Schulen im deutschsprachigen Raum gelehrt.**

5 Gejohle und Gegröle ertönt aus dem Klassenzimmer. Die Jungen unter den 16- bis 18-jährigen Schülern sind deutlich in der Überzahl – kein Wunder, müssen sie sich in pubertärem Gorilla-auf-die-Brust-Geklopfe gebärden<sup>1</sup>. Es dauert eine Weile, bis sie den ergrauten Mann in ihrer Mitte wahrnehmen. Über schlechte Gewohnheiten will er mit ihnen heute sprechen. Na, viel Spass! Darauf haben die Schüler sicher gewartet.

10 *Glücksunterricht nennt sich das Unterfangen. Sein Erfinder ist jener ältere Herr der zwischen den Pubertierenden im Klassenzimmer steht: Ernst Fritz-Schubert ehemaliger Leiter einer Heidelberger Schule. Nach über 30 Jahren im Lehrdienst konnte es der heute 63-Jährige nicht mehr hören dass Schulen in der Beliebtheitsskala der Jugendlichen noch hinter Zahnarztpraxen rangieren<sup>2</sup>. Er beschloss dies zu ändern und führte 2007 an seiner Schule das Fach «Glück» ein. Zusammen mit einem Team von Experten entwickelte er einen konkreten Lehrplan, mit dem Ziel, Themen wie Seele, Körper, Motivation, Leistungsorientierung und Gemeinschaft aufzugreifen – Dinge, die sonst im Unterricht keinen Platz haben.*

25 Die Idee fand rasch Nachahmer. Mittlerweile steht Glücksunterricht nach Fritz-Schuberts Konzept an über 100 Schulen im deutschsprachigen Raum auf dem Stundenplan; vor allem in Süddeutschland und Österreich haben Schüler «Glück». Doch wozu braucht es Glücksunterricht überhaupt?

30 «Kinder sind heute gestresster denn je, denken Sie nur an Burnout<sup>3</sup> und ADHS<sup>4</sup>», sagt Fritz-Schubert. «Die Schule muss ihnen etwas an die Hand geben, was sie wirklich brauchen.»

35 Aber Herr Fritz-Schubert, die Idee, dass permanentes Glück als moderner Anspruch an das Leben in der Schule gelehrt wird, ist irgendwie befremdlich. «Es geht hier nicht um happiness», dass alle im Klassenzimmer sitzen und rumlachen», sagt der Lehrer. Nicht das Zufallsglück stehe im Mittelpunkt, sondern die Zufriedenheit mit dem eigenen Leben. Die Schüler sollen unterstützt werden, ihre Persönlichkeit zu stärken und Sinn in ihrem Tun zu entdecken. Nicht abhängig sein vom Mainstream, sondern unterscheiden können: Was will ich eigentlich? Deshalb findet der Unterricht schon mal an der Kletterwand statt, im Fitnessstudio oder wird von einer Theaterpädagogin gestaltet.

Doch ist dies wirklich Aufgabe der Schule? «Wer wenn nicht wir!», ruft Fritz-Schubert. «In der Schule wird so viel Unnützes gelernt! Wir müssen aufhören, Schüler wie Fässer zu betrachten, die mit Wissen aufgefüllt werden. Schule sollte vielmehr dazu beitragen, dass Kinder sich als Teil dieser Welt begreifen und ihre eigenen kreativen, analytischen, praktischen und sozialen Möglichkeiten erkennen.»

55 Der Pädagoge ist seit einem dreiviertel Jahr im Ruhestand. Weil aber der Glückslehrer der Theodor-Frey-Schule heute krank ist, springt Fritz-Schubert kurzerhand selbst noch mal ein.

60 «Wisst ihr, wer ich bin?», fragt Fritz-Schubert in die Runde, als der Geräuschpegel endlich abflaut. «Der Erfinder von Glück», sagt ein Junge. «Naja, das ist zu viel der Ehre», schmunzelt der Altlehrer, «ich habe es als Schulfach gegründet. Wie ist es euch bisher damit ergangen?» «Es macht Spass» – «Man lernt Dinge, die man gebrauchen kann» – «Die Konzentrationsübungen waren gut». «Okay, nett gebriefft<sup>5</sup> die Schüler», denkt sich die Journalistin; wenngleich die Antworten ein wenig schleppend kommen.

65 Nach einem kurzen Aufwärmispiel rückt der Lehrer mit dem Thema raus: «Wir wollen heute schlechte Gewohnheiten loswerden. Lauft durch den Raum und überlegt euch eine – aber nicht reden, nicht anrumpeln und niemanden angucken!» Unschlüssig und mit viel Gekichere schlendern die Schüler umher. Nach einer Weile fragt Fritz-Schubert: «Wer hat etwas gefunden, das er loswerden will?» Fast alle melden sich. Anschliessend arbeiten sie einen Fragebogen durch: «Was ist der Vorteil der alten Gewohnheit?», steht dort zum Beispiel. «Was bleibt mir erspart durch die Veränderung?» oder «Wer würde sich über die Veränderung freuen, wer sich ärgern?». «Gebt euch Mühe!», mahnt der Lehrer. «Es betrifft euch. Wenn da nachher nur Scheisse steht, ist das schade für euch, weil ihr dann nichts aus der Stunde mitnehmen könnt.»

75 Die Ermahnungen zeigen Wirkung. Aus den zappeligen Pubertierenden werden auf einmal eifrig arbeitende junge Leute, die sich ernsthaft mit den aufgetragenen Fragen beschäftigen. Und sie später sogar offen diskutieren. Man merkt nun, dass sie eine gute Klassengemeinschaft haben und es gewohnt sind, ihr Verhalten zu reflektieren. «Ich will nicht mehr so laut sein in der Schule», benennt ein Mädchen seine zu verändernde Gewohnheit. «Ich will nicht mehr so oft Ja sagen», sagt ein Junge; «Ich will nicht so belehrend sein», ein anderer.

<sup>1</sup> verhalten

<sup>2</sup> eine Position einnehmen, platziert sein

<sup>3</sup> Erschöpfungszustand

<sup>4</sup> Aufmerksamkeitsdefizit/Hyperaktivitätsstörung

<sup>5</sup> instruiert, eingewiesen, vorinformiert

Erst seit einem halben Jahr steht an der Theodor-Frey-Schule Glücksunterricht auf dem Stundenplan, momentan nur für drei Klassen. Der Schulleiter Martin Staniczek ist euphorisch<sup>6</sup>: «Hier werden Werte und Hilfestellungen vermittelt, die heute in der Gesellschaft fehlen.» Einen geregelten Tagesablauf zum Beispiel, unterteilt in Schule, Hausaufgaben und Freizeit, bekämen Kinder vom Elternhaus oft nicht mehr mit. Zudem wüssten viele ohne elektronische Medien nichts mit sich anzufangen. Beides könnte man im Glücksunterricht versuchen aufzufangen.

In der Schule hat sich das neue Fach schnell herumgesprochen. Reihenweise stehen bei dem Schulleiter Jugendliche anderer Klassen auf der Matte, die ebenfalls «Glück» haben wollen. Lehrerkollegen wiederum berichten von positiven Ausstrahlungen auf andere Fächer: So zeigten Glücksschüler eine deutlich engagiertere Haltung. «Ich bin sehr überrascht über die Resonanz<sup>7</sup>», sagt Staniczek, «in diesem Ausmass hatte ich das nicht erwartet.»

Zum Abschluss der Glücksstunde lässt Fritz-Schubert die Schüler eine weitere schlechte Gewohnheit aufschreiben – «nur für euch, den Zettel bekommt niemand zu Gesicht» – und verspricht geheimnisvoll: «Ich werde euch davon befreien, ich habe da einen Trick.» Er lässt die Jugendlichen in einer Reihe aufstellen und jagt dann Zettel für Zettel durch einen mitgebrachten Schredder.

«Glücksunterricht ist cool», sagt der 17-jährige Tim nach der Stunde, «das Fach bringt echt mal was.» «Am besten ist, dass wir so eine geile Klassengemeinschaft haben», findet Eren, 17. «So was hatte ich vorher nie.»

Wir Eltern, 6/2012    Autorin: Kristina Reiss

**Achtung: Im kursiv gesetzten Teil Z. 14–21 fehlen die Kommas (s. Sprachbetrachtung, Aufgabe 8).**

---

<sup>6</sup> begeistert, hochgestimmt

<sup>7</sup> Reaktion