

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Was macht uns glücklich? Anthropologie

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



I.A.62

Anthropologie

Was macht uns glücklich? – Ein Forschungstagebuch schreiben

Frederike Köhl



© RAABE 2023

© Martin Novak/Slovakia

Die Frage nach dem Sinn des Lebens stellen sich Menschen seit Anbeginn, in allen Kulturen, auf allen Kontinenten. Eines scheint klar zu sein: Wir alle streben danach, glücklich zu sein. Doch wie gelingt ein glückliches Leben? Und was ist Glück überhaupt? In einer immer komplexer werdenden Welt geht der Überblick schnell verloren, worauf es im Leben ankommt. Diese Einheit begleitet die Lernenden auf eine Forschungsreise und lädt ein, dem Glück auf die Spur zu kommen.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	5/6
Dauer:	12 Unterrichtsstunden/6 Doppelstunden
Kompetenzen:	Die Themen „Glück“ und „Lebenssinn“ erörtern (Sachkompetenz); Verfahren zur Problemreflexion anwenden (Methodenkompetenz); den eigenen Standpunkt gegenüber anderen begründet vertreten (Urteilskompetenz); individuelle Vorstellungen von einem gelingenden Leben reflektieren (Handlungskompetenz)
Thematische Bereiche:	Sinn finden, Glück haben, glücklich sein, Umgang mit Unglück und der eigenen Endlichkeit
Medien:	Texte, Arbeitsblätter, Bilder
Methoden:	Textanalyse, Gedankenexperiment, Portfolioarbeit, Lerntheke

Fachliche Hinweise

Was ist Glück? – Eine Definition

Etymologisch betrachtet kann der Begriff „Glück“ zu Verwirrung führen. Während andere Sprachen zwischen „Glück haben“ und „glücklich sein“ unterscheiden, fallen diese doch wesentlich unterschiedlichen Bedeutungen im Deutschen zusammen. Worin liegt der Unterschied? Wer Glück hat, dem fällt dieses zufällig zu. Die äußeren Umstände fallen zu seinen Gunsten aus. Diese Form des Glücks ist zeitlich begrenzt. Sie ist abhängig von äußeren Umständen. Wir können sie nicht herbeiführen. Wer Glück hat, ist jedoch nicht zwingend glücklich.

Glücklich sein bzw. Lebensglück ist etwas, das wir beeinflussen können. Dabei handelt es sich nicht um ein flüchtiges Gefühl, sondern um die grundlegende Erfahrung sinnhaften Lebens. Die Art und Weise, wie wir unserem Leben Sinn geben, ist individuell. Aristoteles zufolge führt ein tugendhaftes Leben zur Glückseligkeit. Für den Philosophen Wilhelm Schmid ist es die Fähigkeit, sein Leben ganzheitlich zu betrachten und Leid und Unglück ebenso anzunehmen wie die guten Tage.

Die Vorstellungen darüber, was ein gelingendes Leben ausmacht, variieren abhängig von der jeweiligen Kultur. Während es in vielen Ländern an materieller Sicherheit und Bildungsmöglichkeiten fehlt, vereinsamt der materiell reiche Westen und sehnt sich nach sozialen Kontakten. Zugleich stellen Glücksstudien immer wieder fest, dass Menschen in ärmeren Ländern durchschnittlich glücklicher sind als Menschen in wohlhabenderen. Oftmals ist der Familienzusammenhalt in Regionen, in denen das Leben unsicher ist und der Wohlstand gering, viel ausgeprägter. Die Erfahrung von Zusammenhalt führt zu mehr Zufriedenheit als Wohlstand und die Möglichkeit zur individuellen Selbstverwirklichung.

Wie hängen Glück und Unglück zusammen?

Der Philosoph Wilhelm Schmid betrachtet das Leben in all seiner Brüchigkeit. Für ihn ist Unglück notwendiger Bestandteil eines erfüllten Lebens. Da es unmöglich ist, ihm zu entkommen, tut der Mensch gut daran, Leid nicht auszublenden, sondern Kummer, Wut und Verzweiflung zuzulassen und zu akzeptieren. Nur dann vermag er die guten Zeiten zu schätzen. Lebensphasen, in denen wir unglücklich sind, stimmen uns nachdenklich. In melancholischen Phasen blicken wir zurück, gehen in uns. Darum entstehen die meisten kreativen Gedanken in Zeiten des Unglücks. Nicht selten gehen aus der Erfahrung von Leid, Einsamkeit oder Trauer Lieder, Gedichte, Romane und Bilder hervor. Reiht sich ein glücklicher Moment an den nächsten, denken wir über unser Leben kaum nach. Wir leben im Augenblick, aber wir reflektieren ihn nicht.

Auch der Tod ist Teil der Gegensätzlichkeit des Lebens. Erst durch ihn erhält das Leben Sinn. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit kann dazu führen, dass wir unser Leben bewusster gestalten. Wir erkennen, dass wir schöne Momente oft in die Zukunft verschieben und Unwichtiges zu ernst nehmen. Die rechtzeitige Auseinandersetzung mit dem Tod ist Teil einer gelungenen Lebensführung.

Glücksforschung als interdisziplinäre Wissenschaft

Hirnforschung, Soziologie, Philosophie, Psychologie und die Wirtschaftswissenschaften – sie alle setzen sich mit der Frage auseinander, was Menschen glücklich macht. Während die Hirnforschung die biochemischen Vorgänge im Gehirn untersucht, die Glücksgefühle auslösen, fragt die Soziologie nach den Lebensbedingungen, die gegeben sein müssen, damit Menschen ein erfülltes Leben führen können. Die Psychologie untersucht Bedingungen, die Glück begünstigen. Der Psychologe Abraham Maslow entwickelte die sogenannte Bedürfnispyramide. Sie zeigt, dass zunächst die menschlichen Grundbedürfnisse wie ausreichend Nahrung, Sicherheit und Schutz befriedigt sein müssen, bevor

wir uns die Frage nach Entfaltungsmöglichkeiten und Formen der Selbstverwirklichung stellen. Auch die Wirtschaft hat ein Interesse daran zu verstehen, was uns glücklich macht. Denn mithilfe eines ausgeklügelten Marketings sucht sie uns erfolgreich Produkte zu verkaufen.

Didaktisch-methodisches Konzept

Wie bettet sich die vorliegende Reihe in den Lehrplan?

Die vorliegende Einheit ist konzipiert für den Einsatz in den Jahrgangsstufen 5 und 6. Sie entspricht den Fachanforderungen des Landes Schleswig-Holstein an das Thema „Glücklich sein als Ziel menschlichen Handelns“. Sie ist der übergeordneten Frage „Was darf ich hoffen?“ zuzuordnen. Zielsetzung ist es, vor dem Hintergrund individueller Lebenserfahrungen unterschiedliche Quellen von Glück zu erkennen und in Auseinandersetzung mit verschiedenen Bedeutungen von Glück eigene Vorstellungen von persönlichem Glück zu entwickeln. Die Lernenden begreifen, dass sie für ihr Glück selbst verantwortlich sind. Sie reflektieren Strategien, ihr persönliches Glück zu finden und Frustrationserfahrungen zu bewältigen. Sie positionieren sich in der Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Glücksvorstellungen und nehmen sich als Adressatinnen bzw. Adressaten vielfältiger Glücksversprechungen in ihrer Umgebung wahr und prüfen diese. Darüber hinaus gewinnen sie Einblick in vielfältige Forschungsbereiche.

Warum ist es wichtig, mit Jugendlichen über Glück zu philosophieren?

Fragen nach einer gelingenden Lebensgestaltung beschäftigen uns alle. In Zeiten, in denen die Welt immer komplexer wird und schon junge Menschen sich mit einer Vielzahl an Handlungsmöglichkeiten konfrontiert sehen, ist es wichtig, den Blick für das Wesentliche, das Sinngebende zu schärfen. Nicht ohne Grund steht das Fach Glück in den Lehrplänen einiger Bundesländer.

Welche Bedeutung kommt in diesem Kontext dem Ethik- und Philosophieunterricht zu?

Der Ethik- bzw. Philosophieunterricht bietet Raum, eigene Handlungsweisen und Überzeugungen zu reflektieren. Vor allem offene Gespräche und Denkipulse bilden den Nährboden für ein nachhaltiges Bewusstsein zur Gestaltung eines sinngebenden Lebens. In kaum einem anderen Fach werden die Schülerinnen und Schüler stärker motiviert, einen eigenen Standpunkt zu entwickeln, diesen kritisch zu reflektieren und argumentativ zu vertreten.

Wie ist die vorliegende Reihe aufgebaut?

Die erste Doppelstunde nähert sich dem Thema intuitiv. Die Schülerinnen und Schüler erhalten unverhofft Zeit zur freien Verfügung. Was tun sie, wenn sie unerwartet von allen Pflichten entbunden sind? Anschließend reflektieren sie, was ihnen im Leben wirklich wichtig ist und welche Beschäftigung sie glücklich bzw. zufrieden macht.

Vertiefend setzen sie sich mit den unterschiedlichen Bedeutungen des Begriffes „Glück“ aus etymologischer Perspektive auseinander. Sie unterscheiden zwischen „Glück haben“ und „glücklich sein“. Kennzeichen beider Begriffe werden herausgearbeitet. Abschließend diskutieren die Lernenden, welche Form des Glücks wohl die erstrebenswertere ist.

Darauf aufbauend unternehmen die Schülerinnen und Schüler einen Exkurs in die Psychologie. Die maslowsche Bedürfnispyramide dient als Grundlage für die Auseinandersetzung mit der Frage nach möglichen objektiven Glückskriterien.

Andere Länder, andere Glückskonzepte? Die Schülerinnen und Schüler erkennen anhand von Interviews mit Kindern aus anderen Ländern, dass unsere Vorstellungen von einem gelingenden Leben stark durch die uns umgebende Kultur geprägt sind. Zugleich finden sich kulturübergreifend viele

Gemeinsamkeiten. Alle Menschen schätzen den familiären Zusammenhalt und gute Gespräche mit vertrauten Freunden.

Im Fokus der folgenden Doppelstunde steht die philosophische Perspektive. Wilhelm Schmid legt dar, dass das Leben als ein großes Ganzes zu betrachten und nur so zu verstehen sei. Es existiert kein umfassendes Glück ohne die Erfahrung und Akzeptanz von Leid.

Zum Abschluss stehen den Lernenden drei Stationen einer Lerntheke zur wahlweisen Bearbeitung zur Verfügung: „Wie entsteht Glück im Gehirn?“, „Was ist ein Flow-Erlebnis?“ und „Wie hängen Glück und Tod miteinander zusammen?“. Diese Themen bieten sich für eine Lerntheke an, zum einen, weil sie je unterschiedliche Schwierigkeitsgrade aufweisen. Zum anderen, weil die Auseinandersetzung mit dem Tod nicht für alle Lernenden angenehm ist.

Wie gelingt die Ergebnissicherung?

Die Einheit begleitend führen die Schülerinnen und Schüler ein Forschungstagebuch. Ob darin alle Arbeitsblätter der Reihe eingeklebt werden oder nur die abschließende Reflexion am Ende einer jeden Stunde, ist der Lehrkraft überlassen. Der Evaluationsbogen hilft bei der Bewertung der Forschungstagebücher. Die Einträge für die Tagebücher können entweder gemeinsam während der Schulzeit entwickelt oder in der nachbereitenden Hausaufgabe individuell bearbeitet werden. So lassen sich die hier konzipierten Doppelstunden auch in Form von Einzelstunden unterrichten.

Welchen methodischen Schwerpunkt setzt die Reihe?

Der methodische Schwerpunkt dieser Reihe liegt auf der spielerischen Portfolioarbeit. Die Schülerinnen und Schüler sammeln erste Erfahrungen im eigenständigen Reflektieren. Die Reihe lädt ein zu einer Forschungsreise. Die Lernenden gewinnen Einblick in Forschungsergebnisse zum Thema „Glück“. Der methodische Schwerpunkt liegt dabei auf altersgerechten, kreativen Zugängen. Erfahrungsgemäß erleichtern gerade kreative Zugänge jüngeren Lernenden einen Zugang zu komplexen Sachverhalten.

Wie werden Arbeitsergebnisse gesichert? – Wir gestalten ein Forschungstagebuch

Jede Stunde findet ihren Abschluss mit einem Eintrag in das Forschungstagebuch. Dieser Eintrag sollte eine DIN-A4-Seite füllen und sich auf die leitende Problemstellung der jeweiligen Stunde beziehen. Die Tagebücher werden am Ende der Reihe eingesammelt und bewertet. Wichtig ist es, dies frühzeitig zu kommunizieren und die Beurteilungskriterien transparent zu machen.

Welche Kompetenzen werden in dieser Einheit gefördert?

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich verschiedene Textarten in ihrer theoretischen und praktischen Dimension erschließen.
- Ergebnisse und Überlegungen in einem Forschungstagebuch selbstständig dokumentieren und reflektieren.
- das Thema „Glück“ in seiner Interdisziplinarität begreifen.
- darlegen, was sie glücklich macht.
- die Unterscheidung von Zufallsglück und Lebensglück darlegen, analysieren und bewerten.
- begründet Stellung nehmen zu unterschiedlichen Positionen.
- das Leben in seiner Wechselhaftigkeit begreifen, die gute und schlechte Phasen bereithält, und den eigenen Umgang damit reflektieren.
- sich kreativ mit dem Thema „Tod und Glück“ auseinandersetzen.
- die Bedeutung des Themas begreifen, benennen und reflektieren.

Weiterführende Medien

I Fachliteratur für Lehrerinnen und Lehrer

- ▶ Schmid, Wilhelm: Glück. Alles, was Sie darüber wissen müssen, und warum es nicht das Wichtigste im Leben ist. Insel Verlag, Frankfurt am Main 2007.
Der Philosoph Wilhelm Schmid ist bekannt für seine Lebenskunstphilosophie. Er schrieb zahlreiche Bücher zum Thema „Glück, Lebenssinn und Liebe“. Dieses Büchlein gibt einen kurzen und prägnanten Überblick über verschiedene Formen des Glücks und erläutert, warum das Unglück ebenso zum Glücklichen dazugehört wie die schönen Momente.
- ▶ König, Siegfried: Glück? Philosophie des glücklichen Lebens. CreateSpace Independent Publishing Platform, Leipzig 2014.
Dieses dünne Buch gibt einen schnellen Einblick in alle wichtigen Positionen zum Thema „Glück“. Während Schmid seinen Schwerpunkt auf seine eigene Position legt, stellt König die bereits vorhandenen Positionen vor.

II Weiterführende Internetseiten

- ▶ <https://www.oecdbetterlifeindex.org/de>
Auf dieser Internetseite finden sich Ergebnisse aus empirischen Studien zu den Lebensumständen und der Zufriedenheit der Einwohner und Einwohnerinnen zahlreicher Länder.
- ▶ http://www.positive-psychologie.ch/?page_id=217
Diese Seite erläutert das Flow-Erlebnis. Außerdem zeigt sie auf, wie man begünstigende Bedingungen für ein Flow-Erlebnis erzeugen kann.
- ▶ <https://www.arte.tv/de/videos/111045-000-A/building-happiness/>
Die skandinavischen Länder stehen stets an der Spitze des World Happiness Report, jährlich veröffentlicht von der UNO. Diese Reportage rekonstruiert, wie es den Skandinaviern in den letzten 100 Jahren gelungen ist, eine Gesellschaft zu schaffen, die auf Solidarität, Frieden, Toleranz und Demokratie beruht. Wie lautet das Geheimnis des skandinavischen Glücks? Und was können wir von den Skandinaviern lernen?

[Alle Links zuletzt geprüft am 25.11.2022.]

Auf einen Blick

1./2. Stunde

Thema:	Die geschenkte Zeit – Was ist mir im Leben wichtig?
M 1	Die geschenkte Zeit
M 2	Glück und Leben – Wir gestalten ein Forschungstagebuch
M 3	Was mache ich am liebsten? – Ein Forschungstagebuch
Inhalt:	Was tue ich, wenn mir unverhofft Zeit geschenkt wird? Gemeinsam werten die Lernenden das Experiment zu Stundenbeginn aus. Anschließend wird der Lerngruppe die Portfolioarbeit vorgestellt, welche sie die Einheit über begleitet. In der Hausaufgabe fassen die Jugendlichen die Ergebnisse der ersten Stunden für sich zusammen.
Benötigt:	Kopieren Sie M 1 bis M 3 im Klassensatz. Bringen Sie für den Einstieg ein „Geschenk“ mit, einen bunten Karton mit großer Schleife etc.
Hausaufgabe:	In der Hausaufgabe formulieren die Lernenden einen Eintrag für ihr Forschungstagebuch.

3./4. Stunde

Thema:	Glücklich sein oder Glück haben? – Eine etymologische Untersuchung
M 4	Ben, der Glückliche?
M 5	Hat Ben Glück oder ist er glücklich? – Eine Untersuchung
M 6	Glücklich sein oder Glück haben? – Mein Forschungstagebuch
Inhalt:	Anhand eines Fallbeispiels analysieren die Lernenden die Doppeldeutigkeit des Begriffes „Glück“ im Deutschen. Sie ordnen Bens Erlebnisse den Kategorien „Glück haben“ und „glücklich sein“ zu. Anschließend arbeiten sie Merkmale der beiden Formen von Glück heraus. Im Forschungstagebuch reflektieren sie ihre Ergebnisse und erörtern, was erstrebenswerter ist: Glück haben oder glücklich sein.
Benötigt:	Kopieren Sie M 4, M 5 und M 6 im Klassensatz.
Hausaufgabe:	In der Hausaufgabe befassen sich die Schülerinnen und Schüler mit der unterschiedlichen Bedeutung von „Glück haben“ und „glücklich sein“.

5./6. Stunde

Thema:	Was benötigt man, um glücklich zu sein? – Ein Schaubild analysieren
M 7	Was benötigt man, um glücklich zu sein?
M 8	Welche Bedingungen müssen erfüllt sein, um glücklich sein zu können? – Mein Forschungstagebuch
Inhalt:	Gibt es Grundvoraussetzungen für Glück? Die Schülerinnen und Schüler lernen die maslowsche Bedürfnispyramide kennen und reflektieren diese kritisch. Alternativ entwickeln sie eine eigene.
Benötigt:	Kopieren Sie Arbeitsblatt M 7 und M 8 im Klassensatz. Sie benötigen einen Beamer, um den Trailer von „Cast Away“ zu zeigen.
Hausaufgabe:	Zu Hause bearbeiten die Schülerinnen und Schüler M 8.

7./8. Stunde

Thema:	Anderes Leben, andere Glücksvorstellungen? – Perspektivwechsel üben
M 9	Anderes Leben, andere Glücksvorstellungen?
M 10	Interviews mit Kindern aus aller Welt – Dokumentation der Recherche
M 11	Anderer Herkunft, andere Glücksvorstellungen? – Mein Forschungstagebuch
Inhalt:	Jugendliche aus aller Welt berichten, was sie unter „Glück“ verstehen. Die Lernenden schlüpfen in die Rolle der Kinder und führen miteinander fiktive Interviews. Diese werden im Plenum vorgeführt. Die Lernenden befragen einen Jugendlichen aus Deutschland zu Glücksvorstellungen und verfassen dazu einen Text für das Forschungstagebuch.
Benötigt:	Kopieren Sie die Arbeitsblätter M 10 bis M 12 im Klassensatz. Stellen Sie zwei Stühle vor die Tafel, halten Sie ein Mikrofon bereit, für die fiktiven Interviews. Erstellen Sie Zettel mit der Notiz „Interview“ und weiße Blanko-Vorlagen, um die Teams, die vortragen müssen, auszulösen.
Hausaufgabe:	Zu Hause bearbeiten die Schülerinnen und Schüler M 11.

9./10. Stunde

Thema:	Glück im Unglück – Eine philosophische Position erörtern
M 12	Glück im Unglück? – Ein Gespräch mit dem Philosophen Wilhelm Schmid
M 13	Kann man glücklich sein, wenn man das Unglück nie kennengelernt hat? – Mein Forschungstagebuch
Inhalt:	Die Lernenden lesen den Text von Wilhelm Schmid über die Bedeutung von Unglück. Sie prüfen seine These anhand von Beispielen aus ihrem Alltag und reflektieren diese. Alternativ verfassen sie eine Geschichte, in der Glück und Unglück nah beieinanderliegen.
Benötigt:	Kopieren Sie die Arbeitsblätter M 12 und M 13 im Klassensatz.
Hausaufgabe:	Zu Hause bearbeiten die Schülerinnen und Schüler M 13.

11./12. Stunde

Thema:	Arbeit an der Lerntheke
M 14	Station 1: Glück und Tod – Wie sind sie miteinander verbunden?
M 15	Station 2: Im Flow – Zufriedenheit in der Tätigkeit finden
M 16	Station 3: Ist Glück nur ein chemischer Vorgang? – Erklärungen aus der Hirnforschung
M 17	Evaluationsbogen zum Forschungstagebuch über das Thema „Glück und Lebensinn“
Inhalt:	Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit einem Gedicht auseinander und reflektieren die Bedeutung der eigenen Endlichkeit für ein sinnerfülltes Leben. Sie erleben ein künstlich erzeugtes Flow-Erlebnis und setzen sich mit der Position des Neurowissenschaftlers Gerhard Roth auseinander. Deutlich wird, was im Gehirn passiert, wenn wir glücklich sind. Der Evaluationsbogen dient als Bewertungsraster für die Forschungstagebücher.
Benötigt:	Kopieren Sie die Arbeitsblätter M 14 bis M 16 in Dreiviertelstärke der Klasse. Kopieren Sie M 17 im Klassensatz. Schneiden Sie M 15 ab der gestrichelten Linie durch oder falten Sie das Blatt vorab.

Erklärung zu den Symbolen

	Dieses Symbol markiert differenziertes Material. Wenn nicht anders ausgewiesen, befinden sich die Materialien auf mittlerem Niveau.				
	einfaches Niveau		mittleres Niveau		schwieriges Niveau



Die geschenkte Zeit

M 1

Heute ist dein Glückstag! Es ist kein Unterricht. Du kannst deine Zeit frei gestalten. Notiere im Anschluss, wie du die geschenkte Zeit genutzt hast. Beantworte dann die Fragen, wenn ihr zum gemeinsamen Unterricht wieder zusammenkommt. Schau dir die Fragen vorher nicht an!

Aufgaben

1. Beantworte die nachfolgenden Fragen zunächst für dich allein.
2. Vergleiche deine Antworten anschließend mit denen deiner Sitznachbarin/deines Sitznachbarn. Wo liegen Unterschiede? Gibt es Gemeinsamkeiten?



Evaluation des Experiments

Fragen	Meine Antwort
1. Woran hast du als Erstes gedacht, als du erfahren hast, dass du tun kannst, worauf du Lust hast?	
2. Wie hast du die freie Zeit, die dir geschenkt wurde, gestaltet?	
3. Wenn du wüsstest, dass das Experiment wiederholt würde, würdest du etwas anders machen?	
4. Wenn dir deine Eltern zu Hause Zeit schenken würden, was würdest du tun? Wäre es etwas anderes als das, was du in der Schule gemacht hast?	
5. Hat dir das Experiment gefallen? Erkläre, warum oder warum nicht.	



