

Glücks  Stifter

„Schulfach Glück“

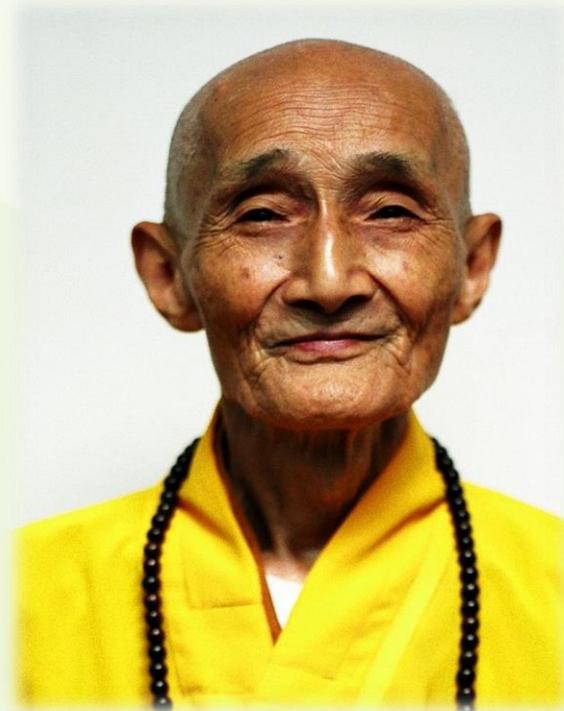
Glück kann man lehren

„Glück ist, wenn Sie sich glücklich fühlen.“

Glücksmomente



Lebenszufriedenheit



Glückliches Leben

Die wichtigsten Auslöser für Glück

- P ositive Emotionen
- E ngagement
- R elationships: Soziale Beziehungen
- M eaning: Werte und Sinn
- A ccomplishment: Zielerreichung

*„Gemeinsam sinnvolle Ziele erreichen,
und dabei Spaß haben“*

Glück ist nicht nur zum Spaß da !

Glück macht Spaß, kann aber noch mehr:

- Sozialen Umgang verbessern
- Widerstandsfähigkeit gegen Krisen
- Lernleistung erhöhen
- Gesundheit stärken
- Mehr Energie für Alltag und Freizeit
- Ein gutes Leben ermöglichen



Wie machen wir das?





Das Schulfach Glück basiert auf:

- Salutogenese (Antonovsky)
 - Sinnhaftigkeit, Handhabbarkeit, Verstehbarkeit
- Logotherapeutischer Ansatz (Viktor E. Frankl)
 - Der Wille zum Sinn, Möglichkeiten der Sinnfindung
- Ergebnisse der Resilienzforschung
 - Selbstwirksamkeit, Verantwortung, Orientierung
- Systemisch konstruktivistische Pädagogik
 - Prinzipien des impliziten Lernens
- Positive Psychologie
 - Sinnfindung, Flow, PsychoSynergetik
- Konsistenz-Theorie (Klaus Grawe)
- Rubikon-Modell (erweitert durch Ernst Fritz-Schubert)
- PSI-Theorie (Prof. Julius Kuhl)



Titel	Inhalte	Methoden aus:
Freude am Leben	Vertrauen Wertschätzung Entdeckung der Stärken	Erlebnispädagogik Stärken- und Lösungsorientierung Systemischer Ansatz
Träume und Lebensmotive	Imagination Motive und Sinnfindung Zielharmonie Lösungsorientierung	FSI-System, Rubikon-Modell Positive Psychologie Mentaltraining Theorie: ZRM, PSI, HKT
Leben bewegen	Bewegungserfahrung Umgang mit eigenen Grenzen Spiel als Gruppenerlebnis Beziehungen, Achtsamkeit	Kampfkunst
Gestaltungspotentiale nutzen	Körper als Ausdrucksmittel Potentiale & Emotionen Herausforderungen meistern Kreative Ausdrucksmöglichkeiten	Theaterpädagogik
Abenteuer Alltag	Flow Planung Soziale Systeme/Kommunikation Herausforderungen/Resilienz	Selbsterarbeitete Anwendungsfelder Zeitmanagement Gruppendynamik Repräsentantenarbeit
Seelisches Wohlbefinden	Harmonie von Körper, Geist & Seele Ich und die Natur Reflexion Sinn und Wertegebung	Jeux Dramatique LandArt Ernährungswissenschaften Yoga/ Meditation



- Messung des Sozialkapitals durch Prof. Ernst Gehmacher
OECD-Beauftragter Österreichs
- Messung der Konsistenz nach Klaus Grawe durch Prof. Wolfgang
Knörzer, Pädagogische Hochschule Heidelberg
- Ergebnis: „Der Glücks-Unterricht wirkt. Der Anteil der
„Glücklichen“ stieg unter den Glücks-Schülern von 50 auf 70
Prozent – während er in der Vergleichsgruppe ohne Glücks-
Training von dem gleichen Anfangswert von 50 Prozent sogar
zurückging. „



Glück macht Schule

**Deutschland
Land der Ideen**



Ausgewählter Ort 2008

Auszeichnung durch den Bundespräsidenten



- „Ernst Fritz-Schuberts Glücks-Elan springt über.“ **stern**
- „Als Pädagoge hat Fritz-Schubert wohl alles richtig gemacht.“ **ZDF**
- „Ein außergewöhnlicher Lehrer“ **Geowissen**
- „Ernst Fritz-Schubert beschreitet ... in Sachen Optimismus neue Wege.“
NachtCafé, SWR
- „Als erste in Deutschland unterrichtet eine Heidelberger Schule das Fach
"Glück".“ **SPIEGEL**
- „In der Willy-Hellpach-Schule büffeln Schüler nicht nur Mathe-, sondern auch
Glücksformeln.“ **Focus**
- "Ein seelisches Polster aufbauen." **Gehirn & Geist**

Noch Fragen?

GlücksStifter

Dominik Dallwitz-Wegner

Hudtwalckerstraße 31a

22299 Hamburg

040 - 4696 1718

www.gluecksstifter.de