



**Ernst Gehmacher**

Ernst Gehmacher wurde 1926 in Salzburg geboren. Studium der Landwirtschaft, Soziologie und Psychologie an der Universität Wien. 1951 – 1957 Guts-Adjunkt in Niederösterreich. 1957 – 1962 Redakteur der „Arbeiter-Zeitung“, 1963 – 1965 Konsulent der europäischen Zweigstelle der General Teaching Corporation. Am Institut für empirische Sozialforschung (IFES) seit 1965 Mitarbeiter, ab 1968 wissenschaftlicher Leiter und seit 1976 bis Ende 1995 Geschäftsführer. 1996 Gründung des Büros für die Organisation angewandter Sozialforschung (BOaS). 1997 bis 1999 Geschäftsleitung des ÖIBF (Österreichisches Institut für Berufsbildungsforschung). 1999 Gründung des abif – Analyse, Beratung und interdisziplinäre Forschung. 1999/2000 wissenschaftlicher Leiter der PLG – Paul-Lazarsfeld-Gesellschaft. 2001 Beauftragter des Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur (BMBWK) im OECD-Projekt „Measuring Social Capital“. Seit Jahrzehnten Lehrbeauftragter an der Universität Wien und der Technischen Universität Wien. Forschungsschwerpunkte in den Themenbereichen Sozialkapital, Modellierung sozialer Systeme, Policy Research, Methodologie der Umfrageforschung, Bildungsforschung, Medienforschung. Zahlreiche Bücher und Publikationen.

**Kontakt** Prof. Dipl. Ing. Ernst Gehmacher  
Sozialwissenschaftliche Studiengesellschaft (SWS)  
Maria Theresienstraße 9/8b  
A-1090 Wien  
Österreich  
Tel: 3173127, Fax: 3102238  
E-mail: swsrs@aon.at  
web: www.sws-rundschau.at

**Ernst Gehmacher**

## Muss man Glück lernen?

Am 25. Juli 2008 wurde für eine Innovation der besonderen Art dem Leiter der Willy-Helpach-Schule Ernst Fritz-Schubert eine Auszeichnung des deutschen Bundespräsidenten überreicht, im Rahmen der Initiative „Land der Ideen“. In der Oberstufe dieses Wirtschaftsgymnasiums steht seit 2007 das wahlfreie Prüfungsfach Glück zwischen Mathematik, Deutsch und Physikauf dem Stundenplan.

Bisher hat man in der Schule alles Mögliche gelernt – nur nicht Glücklichein. Den neuen Unterricht, zwei Stunden pro Woche, halten abwechselnd Lehrer, Ernährungs- und Sport-Experten, Familientherapeuten und auch Musiker und Schauspieler. Man lehrt und lernt dabei moderne praxisnahe Theorie im Spiel und in der Selbsterprobung, von der Stressbewältigung bis zur Stimmungssteuerung durch Körperhaltung und Meditation.

Ein Test der Sozialkapital-Aktionsforschung hat gezeigt: 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. Schule pur, zusammen mit Pubertätsproblemen, macht Oberstufenschüler eher unglücklich.

Glück hält gesund und motiviert. Nachhaltiges Wohlbefinden, gelernt und selbst gemacht, wäre daher für den Einzelnen wie für die Gesellschaft, weit rentabler und leistungssteigernder als mit Stress und Überbelastung erarbeitetes Konsumglück durch suchtartige Überfütterung mit Stimulation jeder Art. Uralte Weisheit aller Moralisten und Asketen. Aber – kann man Glück selbst machen und solches Do-it-yourself daher auch lernen? Das ist die entscheidende Frage für die Glücks-Pädagogik.

Und diese Frage wurde den Teilnehmern an der kleinen, aber wichtigen Feier in der Willy-Helpach-Schule am 25. Juli dann auch gestellt, in einer Befragung, an der sich 24 pädagogische Fachleute beteiligten.

### **Der Wortlaut der Frage war:**

„Glück muss man haben (extrinsisch), Glück muss man aber auch können (intrinsisch). Wie viel hängt in jeder der folgenden fünf Glücksdimensionen von Ihrem eigenen Wissen und Handeln ab, von Ihrer „Glückskompetenz“?“

- Sinnfindung in eigenem Tun, Leistung – körperlich, geistig;
- Erleichterung, Leidvermeidung, Trost, Entlastung von Stress. Bedürfnisdeckung;

*Zwei Wochenstunden  
Unterricht in  
Glücklichein*

*Anteil der  
glücklichen  
Schüler stieg*

*Nachhaltiges  
Wohlbefinden  
ist besser als  
Konsumglück*

*Die „Glücks-  
kompetenz“  
des Einzelnen*

- Liebe, Mitmenschlichkeit, Freundschaft, Zuwendung, Gemeinschaftserlebnis;
- Innerlichkeit, Gebet, Meditation, Ein-Sein mit sich selbst und der Welt
- Genuss, Lustgewinn, Genussmittel, Unterhaltung“

**Das Urteil zeigt hohen Konsens:**

*Sinnfindung und Liebe kann man gut erlernen...*

|                      | Anteil der Selbstbestimmung  |           |                           |
|----------------------|------------------------------|-----------|---------------------------|
|                      | Zum größten Teil, fast alles | halb-halb | kleiner Teil, fast nichts |
| <b>Sinnfindung</b>   | 63 %                         | 33 %      | 04 %                      |
| <b>Liebe</b>         | 58 %                         | 25 %      | 17 %                      |
| <b>Innerlichkeit</b> | 42 %                         | 37 %      | 21 %                      |
| <b>Genuss</b>        | 25 %                         | 33 %      | 42 %                      |
| <b>Erleichterung</b> | 21 %                         | 29 %      | 50 %                      |

*... sie sind aber auch von der Glückskompetenz abhängig*

Die Glückskomponenten Sinnfindung und Liebe sind gut erlernbar – und von der Glückskompetenz abhängig. Genau das sind aber auch die Grundelemente von Sozialkapital, die Identifikation mit ideellen Gemeinschaften und das Gemeinschaftserlebnis im Nahpersonen- und Bekanntenkreis. Und dieses soziale Glück muss man zum guten Teil selbst herstellen, also erlernen.

*Eine am käuflichen Genuss orientierte Schulbildung zielt vor allem auf Leistungskompetenz*

Von außen rührt seit mehr und überwiegend das extrinsische Glück her, der materielle Genuss und die Leidvermeidung durch Medizin, Technik und Komfort. Eine solche Auffassung entspricht dem „Zeitgeist“: Käuflichen Genuss muss man durch Anstrengung oder in der Lotterie des Markts und des Glücksspiels „gewinnen“. Und dem entsprechend zielt Schulbildung vordringlich auf Leistungskompetenz. Doch gibt es auch eine alternative Kultur, die Genuss und Leidvermeidung direkt und persönlich zu erreichen sucht, über Selbst-Tun bei den Lebensfreuden und präventiver Leidvermeidung, noch bevor man die Medizin braucht. Und dafür kann und muss man einiges lernen.

*Die Selbststeuerungsstützen der Innerlichkeit*

Mag sein, dass man eine derartige gesunde und bescheidene Lebensführung eher mit „Innerlichkeit“ verbindet. Und da ist etwas daran. Essen und Trinken mit vollem Genuss, ohne dick und krank zu werden, führt oft in die Fallen der Anorexie und Askese, wenn nicht Selbststeuerungs-Stützen der Innerlichkeit – und der Sinnfindung in einem verständnisvollen sozialen Umfeld – vorhanden sind. Und solche Innerlichkeit lässt sich, wenn auch schwer, selbst dirigieren, wenn man sie erst gelernt hat.

Die Fest-Teilnehmer in Heidelberg wurden auch gefragt, wie groß der Anteil der ihnen gut Bekannten sei, die man glücklich nennen kann – und wie viele mehr durch Glücks-Unterricht in allen Schulen glücklicher werden könnten.

Der Wortlaut war: „Schätzen Sie grob, wie viel Prozent der Menschen in Ihrem sozialen Umkreis, die Sie persönlich kennen, sind den größten Teil ihrer Zeit glücklich (Note 1 und 2 auf der Schulnoten-Skala) und wie viel Prozent könnten so glücklich sein, wenn in den Schulen Glückskompetenz gelehrt würde?“

Das kollektive Urteil dieser Befragten-Gruppe, der man wohl ein Empfinden für die Stimmung ihrer Freunde und Bekannten zutrauen kann, fiel recht eindeutig aus. Mehr als die Hälfte (54 %) meint, der Anteil der Glücklichen liege unter einem Drittel. Bloß 17 Prozent meint, eine Mehrheit (60 und mehr Prozent) ihrer Bekannten sei meistens glücklich. Der Rest schätzt, dass sich Glückliche und Unglückliche etwa gleich verteilen. Alle erleben die Teilung der Menschen in deutlich unterschiedliche mehr und weniger Glückliche.

Die eigene Stimmungslage unter den Befragten hat auf diese Sicht keinen Einfluss. Die wenigen großteils Leidenden und schlecht Gestimmten (20 %) sehen das Glück in ihrem Umkreis nicht viel anders verteilt als der auch nicht überwältigende Anteil (42 %) derer, die sich selbst als stabil glücklich bekunden. Es gibt offenbar doch eine recht gute Wahrnehmung für fremdes Glück und Unglück, unabhängig von der eigenen Stimmung.

Das würde aber bedeuten, dass selbst im Umkreis wohlbestallter deutscher Pädagogen das Unglücklichsein überwiegt. (Ihr eigenes Glück erscheint ja auch nicht grenzenlos zu sein.) Nimmt man den Mittelwert aller Schätzungen als bestes Maß, so wären nur 35 Prozent der Wohltandsbürger im reichen Deutschland wirklich glücklich. (In den Meinungsumfragen selbst befragt, sind es etwas mehr.)

### **Und was könnte daran ein Schulfach Glück, allgemein eingeführt, in den nächsten Generationen verbessern?**

Von den 24 Befragten weigerten sich zwei (und es waren selbst recht Glückliche), darauf eine Antwort zu geben. Weitere vier gaben dem Glücks-Unterricht nur geringe Chancen – von wenigen Prozent Verbesserungen. Das ergibt ein Viertel skeptischer und unsicherer Meinungen. Drei Viertel muten einem Schulfach Glück langfristig beträchtlichen Erfolg zu – wobei die selbst nicht sehr Glücklichen dem Glücksunterricht durchwegs eine starke Wirkung beimessen.

Im Mittel aller Schätzungen ergibt sich die Hoffnung, durch eine durchgängige schulische Glückserziehung den Anteil der Glücklichen von 35 Prozent auf 55 Prozent steigern zu können. (Es sei angemerkt, dass die Fragebögen ausgefüllt und abgegeben wurden, bevor das Ergebnis der Glückssteigerung bei 20 Prozent der Glücksunterrichts-Teilnehmer in der Willy-Helpach-Schule bei der Veranstaltung vorgestellt wurde.)

\* \* \*

*Wer glücklich ist und wer es sein könnte*

*Die Glücklichen sind deutlich in der Minderheit*

*Die eigene Stimmung beeinflusst die Wahrnehmung für fremdes Glück oder Unglück nicht*

*Selbsteinschätzung ist besser als Beurteilung durch andere*

*Drei Viertel vertrauen darauf, dass ein Schulfach Glück Erfolg bringt*

***Soll Glück sofort ein Pflichtfach werden?***

Angesichts solch optimistischer Hypothesen stellen sich zwei Fragen: Soll Glück sofort zum Pflichtfach gemacht werden? Kann Glück ohne Religion, Politik und Eltern gelehrt werden?

Auf die erste Frage wurde schon am 25. Juli in Heidelberg eine klare Antwort gegeben. Was eine vorbildliche Schule mit guten Schülern im Schwung der Begeisterung zuwege gebracht hat, lässt sich nicht allen verordnen. Das kann nur über Nachahmung und Anpassung in eine Kultur hineinwachsen. Schulpolitik kann einen solchen Prozess aber Raum und Ordnung geben – und auch fördern.

**Die zweite Frage bleibt offen.**

***Glücksfindung ohne Religion, Politik oder Elternhaus***

Zweifellos waren und sind noch immer Religion für die Sinnfindung, Politik für die Erleichterung des Lebens und das Elternhaus für Liebe und Gemeinschaftserlebnis wichtige Quellen. Aber sie haben kein Monopol. Und in der alles verändernden Entwicklung unsrer Geschichtsepoche dehnen sich der individuelle Freiraum der Glücks-Suche und das Potential der Gesellschaft, glücklich und unglücklich zu machen, dramatisch aus. Die Wahl des Glaubens, des politischen Bekenntnisses, des gesamten Lebensstils und nicht zuletzt der Nahestehenden wird immer freier, breiter und unabhängiger – und damit zwingender, komplizierter und unsicherer. Wenn man nun auf der Suche nach Glück immer öfter und immer mehr um Zuwendung werbenden Fernsehprogrammen, politischen Parteien, Urlaubsdestinationen, Lebensabschnittspartnern, Gesundheitsdiäten, religiösen Sekten, Psychotherapien gegenübersteht, wird es immer schwerer, eine gute Entscheidung zu treffen. Mehr Chancen – mehr Risiken. Dem ist nur mit mehr Lernen zu begegnen. Angebote an verlässlichem – und leider auch geschwindeltem – Glückswissen finden einen expandierenden Markt. Und damit ist wohl auch die Zeit reif für das Schulfach Glück.

***Ein großes Angebot an – scheinbaren – Glücksbringern***

***Zähmung von Konkurrenz und Konflikt durch Toleranz***

In der offenen Markt-Demokratie steht dann der Glücksmarkt aber allen Glücksvermittlern offen, in der Politik, in den Glaubensgemeinschaften und in den Lebensstil-Kulturen jedweder Erziehung. Konkurrenz und Konflikt sollen durch die gesellschaftliche Ordnung im Rahmen der Toleranz gezähmt werden. So sieht es die moderne Gesellschaft vor, in der nun auch der schulische Glücksunterricht seinen Platz finden muss.

**Doch das ist noch nicht das Ende der Geschichte.**

***Schwierige Suche der Sinnfindung in einem Glauben***

Für Genuss und Leid-Erleichterung gibt es kaum Bedenken gegen das Erlernen individueller Glücksoptimierung auf dem reichen Markt der Angebote von Freuden, „Mood Repair“ und Medizinen. Da mag jeder seines eigenen Glückes Schmied sein, mit Lehrzeit bei einem Schmiedemeister. Auch für das Glück der Innerlichkeit im psychischen Fluss der Selbstentfaltung (das Flow-Erlebnis) mag das noch gelten. Doch Sinnfindung in einem Glauben und Identifikation mit einer Ideengemeinschaft sind auf das Gefühl der Wahrheit und Einzigartigkeit so sehr angewiesen, dass Wahlfrei-

heit deren Glückswirkung bedroht. Es ist, bei klarem Verstand, schwer möglich, im eigenen Glauben und dessen Symbolen Sinn – und damit Glück – zu finden, wenn man weiß, dass andere Glaubenssysteme genau so wahr oder falsch sind wie das eigene. Zweifel, Beliebigkeit und das Prinzip der Toleranz wurden von Glaubensgemeinschaften daher immer wieder verdammt und verfolgt, oft mit grausamer Härte. Und sieht es nicht so aus, als ob mit der Relativierung des religiösen und politischen Glaubens in der pluralistischen Gesellschaft tatsächlich Sinnhaftigkeit und gemeinschaftliche Geborgenheit als Glücksquelle immer mehr an Boden verlieren?

Die Lösung wäre hier in einer Menschlichkeits-Ethik zu suchen, die auch einen gemeinsamen Kern aller humanitären Religion und Politik umschließt, also eine Menschheits-Metaphysik als „letzte“ Wahrheit hervorbringt, die von allen geglaubt werden kann. Gibt es die nicht schon, in Philosophie und Wissenschaft, in der aufgeklärten Religion, in den globalen Organisationen? Ja, aber es scheint bisher an Bemühungen zu fehlen, die Vielfalt menschlichen Glaubens in eine allgemeingültige Sinnfindung einzubeziehen – und darüber die Maxime des größten Glücks für den größten Teil der Menschen als Kriterium zu stellen. Vielleicht ist da das Schulfach Glück ein erster Schritt nach vorn.

*Zweifel, Beliebigkeit und das Prinzip der Toleranz werden von Glaubensgemeinschaften verfolgt*

*Eine umfassende Menschlichkeits-Ethik, an die alle glauben können, wäre die Basis für allgemeines Glück*