

GLÜCK UND WOHLERGEHEN FÜR ALLE!



Ergebnisse der Langzeitstudie „**Harvard Study of Adult Development**“: Unabhängig von Faktoren wie Kultur, soziale Schicht, Lebensphase oder Gesundheit sind gute Beziehungen der Schlüssel zu mehr Glück und Wohlbefinden. Dabei ist jede Art von sozialer Beziehung ausschlaggebend – Freunde, Verwandte, bis hin zu kurzen Gesprächen mit unbekanntem Menschen.

In dieser Lerneinheit ...

... erlangen die Kinder ein Bewusstsein darüber, was ihnen wichtig für ein glückliches Leben ist. Sie erkennen, welche Wünsche und Bedürfnisse sie haben, gleichen sie mit anderen Kindern ab und hinterfragen sie kritisch. Gemeinsam kommen sie zu einem Verständnis darüber, unter welchen Lebensbedingungen bestenfalls alle Menschen ein glückliches Leben führen können.

Fächerzuordnung: Sachkunde, Religion, Lebenskunde, Kunst, Deutsch



Erkennen: Wünsche und deren Realisierungsmöglichkeiten in Abhängigkeit von den jeweiligen Lebensverhältnissen erkennen.



Bewerten: Sich eigene und fremde Bedürfnisse sowie Wertorientierungen in ihrer Bedeutung für die Lebensgestaltung bewusst machen, würdigen und reflektieren.



Handeln: Aktionen zu erkannten sozialen Missständen vorschlagen und begründen.



Der Krieg in der Ukraine und seine Auswirkungen lassen uns Gewalt, Verzicht und Ängste mittelbar und unmittelbar erleben. Das regt zum Nachdenken darüber an: Was brauche ich für ein glückliches Leben? Und was hindert mich, glücklich zu sein? Mit dieser Lerneinheit können Sie bereits Kinder in jungen Jahren zu einer bewussten Reflexion darüber anregen, was sowohl für sie selbst als auch für die Menschen weltweit wichtig ist, damit möglichst alle ein glückliches Leben führen können. Geht das beispielsweise, wenn es irgendwo in der Welt Kriege gibt, oder braucht es Frieden als Grundlage für ein glückliches Leben aller?



Erkennen

Was ist Glück?

Glück wird sehr individuell empfunden. Was für ein Kind eine Selbstverständlichkeit ist, bedeutet für das andere Glück und umgekehrt. Zum Einstieg beschäftigen sich die Kinder mit ihren eigenen Glücksgefühlen und -momenten.

Erörtern Sie gemeinsam im **Klassengespräch**: Woran merkt ihr, dass ihr glücklich seid? Wie fühlt sich das an? (Lachen, Hochstimmung, Zufriedenheit, Freudentränen, Schmetterlinge im Bauch).

Danach können die Lernenden individuelle Glücksmomente kreativ umsetzen: **Zeig uns einen Moment, in dem du glücklich warst!** Sie können **Bilder malen** und diese in einem **Gallery Walk** vorstellen oder die Situation in einem **Rollenspiel** in Kleingruppen oder als **Pantomime** vorspielen. Reflektieren Sie dabei gemeinsam: War es ein kurzes Ereignis (Gewinn, Eisessen, Lob, Sieg) oder ein langfristiger Lebensumstand (Schulstart, Umzug, Familie, Freundschaft)?

Optionale Wochen-Hausaufgabe: Die Lernenden beobachten ihren Alltag: **Welche Momente gibt es, in denen ich mich glücklich fühle?** Sie führen darüber ein **Glückstagebuch (siehe Arbeitsblatt 1)**, in das sie schreiben oder malen können. Dafür können die Mal- oder Schreibseiten beliebig oft kopiert und mit einer Schleife an der Lochung zusammengebunden werden.

Tipp

Fächerverbindender Exkurs:

„Körper und Sinne“ – Was passiert im Körper, wenn wir glücklich sind?

Tipp

Perspektivwechsel:

Gemeinsame Glücks-Bilder-Galerie mit der Partnerschule erstellen!



Bewerten

Was macht uns glücklich?

Natürlich hat jedes subjektiv empfundene Glück seine Berechtigung. Hierzu können Sie unsere Beispiele von Kindern weltweit heranziehen, die wir Ihnen als digitale Hörgeschichten aufbereitet haben. So treten Sie Ihren Schülerinnen und Schülern nicht zu nahe, indem Sie ihre persönlichen Glücksmomente hinterfragen. Und Sie können gleichzeitig über einen Perspektivwechsel Empathie wecken und bewusst machen, was andere Kinder zum Wohlergehen brauchen. Dabei können Sie ebenfalls herausarbeiten, welches Glück uns vielleicht weniger bewusst ist, weil es uns selbstverständlich erscheint (wie Leben in Frieden, Familie, keine Armut, Bildung).

Analysieren Sie dazu die **Hörgeschichten**, besprechen Sie folgende Fragestellungen und sammeln wichtige Begriffe in einem **Themenspeicher**:

Was macht die Kinder in den Geschichten glücklich? Und warum macht es sie wohl glücklich?

- Till: Stolz auf seine eigene Leistung/Gemeinsames Spielen mit Freunden
- Ana: Leben in Frieden/Familie/Bildung/Freunde/Wohnung/Sicherheit
- Maria: Sieg/Stärke durch Gemeinschaft/Gleichberechtigung
- Pablo und Diego: Freundschaft/Geborgenheit/Verständnis/Zuflucht/Spaß/Achtsamkeit

Gibt es in den Geschichten auch Situationen oder Momente, in denen es für Kinder manchmal schwierig ist, glücklich zu sein?

- Till: Verzicht
- Ana: Leben im Krieg und auf der Flucht
- Maria: Diskriminierung/Vorurteile
- Pablo und Diego: Armut/langer und gegebenenfalls gefährlicher Schulweg

Was brauchen die Kinder, um glücklich leben zu können?

- Till: Anerkennung/Teilen/Freundschaft
- Ana: Frieden/Sicherheit/Familie/Wohnung/Hilfe/Gemeinschaft/Bildung/Freundschaft
- Maria: Gleichberechtigung/Gemeinschaftsgefühl
- Pablo und Diego: Freundschaft/Zusammenhalt/Geborgenheit/sich aufeinander verlassen können

Zusätzliche optionale Methoden für fortgeschrittene Lernende:

Glücksreportage: Die Kinder interviewen (je nach Lernstand und Möglichkeiten) die Familie oder Menschen in der Stadt oder Region. Hier könnten Sie beispielsweise auch Organisationen von und für geflüchtete oder von Armut betroffene Menschen oder Menschen mit Behinderung einbinden. Was macht sie glücklich? Was brauchen sie unbedingt, um glücklich zu sein oder zu werden? Wie können andere zu ihrem Glück beitragen?

Song-Interpretation: Analysieren Sie mit den Kindern den Song „Kinder dieser Welt“ von den Totenköpfen (siehe Linkliste): Welche Lebensumstände werden dort beschrieben, die Kinder unglücklich machen? Wie sollte ihr Leben stattdessen sein?

Philosophieren über Grundbedürfnisse: Zitat des Philosophen Epikur: „Ein Mensch ist dann glücklich, wenn alle seine Grundbedürfnisse erfüllt sind. Das sind Essen, Trinken, Kleidung und ein sicheres Zuhause. Wenn der Mensch das hat, ist er glücklich.“ Wie ist eure Meinung dazu?



Handeln

Was können wir dazu beitragen, damit alle Menschen weltweit ein glückliches Leben führen können?

Im Themenspeicher haben Sie gemeinsam Bedürfnisse gesammelt, aus denen nun Handlungsoptionen auf verschiedenen Ebenen abgeleitet werden können. Die Kinder beschäftigen sich damit, was sich auf der Welt verändern muss, damit alle glücklich leben können, und was sie selbst dazu beitragen können.

Sammeln Sie abgeleitete Verben (wie zuhören, friedlich leben, schützen, helfen, loben, respektieren, tolerieren, bilden, ernähren, abgeben, teilen) gemeinsam auf Moderationskarten in einem „**Glückstopf**“. So fokussieren Sie auf mögliche Handlungen und ergänzen nebenbei den Wortschatz der Kinder.

Visionen „glücklicher“ Lebensbedingungen:

- Reflexion auf individueller Ebene: Die Kinder „backen“ sich ihren persönlichen **Glückskeks**. **Was sind deine Zutaten? Was brauchst du zum Leben? Was wünschst du dir von anderen?** Die Kinder können in Rückbezug auf ihr eigenes Glückstagebuch und auf die Hörgeschichten **Bilder malen**, eine **Collage basteln** oder **Begriffe aufschreiben**.
- Schicken Sie die Kinder auf eine **Fantasiereise ins „Glücksland“** (siehe Arbeitsblatt 2): Lesen Sie die Geschichte vor, während die Kinder mit geschlossenen Augen gemütlich im Klassenraum liegen oder sitzen. Während der Geschichte stellen sich die Kinder vor, wie es in einem Land aussieht, in dem alle Kinder glücklich sind. Reflektieren Sie die Vorstellungen der Kinder in einem **Erzählkreis**, in **Kurzgeschichten**, gemalten **Bildern** oder im **Modellbau**. **Wie sieht es im Glücksland aus? Was macht die Kinder glücklich? Und was können wir tun, damit wir alle glücklich leben können?**

- Schreiben Sie gemeinsam ein **Glücks-Gesetz**: Die Kinder legen fest, was alles geregelt sein soll, damit alle Kinder auf der Welt ein glückliches Leben führen können.

Aus den gefundenen Handlungsoptionen und erwünschten Lebensbedingungen können Sie nun konkrete **Projekte** umsetzen, wie beispielsweise Achtsamkeitsrituale für die Klasse erfinden (Honigduschen, Konfliktvermeidung), Service-Learning-Projekte mit regionalen Organisationen, gemeinsame Aktionen mit der Partnerschule, Engagement in Kinderparlamenten, Petitionen oder Aufklärungskampagnen (wie eine Ausstellung oder ein Theaterstück, um anderen zu zeigen, wie Kinder leben möchten, um glücklich zu sein).



Das **Arbeitsblatt zum Download**, die **Hörgeschichten** und weitere Materialien sowie eine Linkliste zu diesem Thema finden Sie in unserer Online-Materialsammlung über den Filter **Glück und Wohlergehen (Klassen 1 bis 2)**. Einfach den QR-Code scannen oder anklicken!



Tipp

Perspektivwechsel:
Reportage-Austausch mit der Partnerschule.

Tipp

Thema Kinderrechte als Exkurs für fortgeschrittene Lernende.
Fragestellung: Ist Glück ein Kinderrecht?