



## Einsam oder zweisam – Braucht es für das Glück den anderen?

Das ist eine gute Frage, denn eigentlich müsste man es doch ganz allein schaffen – glücklich werden. Auf der anderen Seite verbindet ihr vermutlich sehr viele glückliche Momente mit anderen Menschen.

Wir versuchen zunächst einmal in zwei kleinen Übungen herauszufinden, ob es überhaupt einen Unterschied macht, allein oder zu zweit zu sein.



1. *Suche dir im Klassenraum eine freie Fläche, setze dich und lehne deinen Rücken an die Wand an. Lasse die Situation einige Zeit auf dich wirken und notiere, wie sich dies angefühlt hat.*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2. *Suche dir nun einen Partner/eine Partnerin. Ihr benötigt abermals eine freie Fläche auf dem Boden. Diesmal sollt ihr euch jedoch Rücken an Rücken setzen, sodass ihr euch am anderen anlehnen könnt. Lasst die Situation einige Zeit auf euch wirken und notiert, wie sich dies angefühlt hat.*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3. *Nimm nun Stellung zu der Frage, ob bzw. inwiefern es für das Glück andere Menschen braucht. Bezieht eure Erfahrung aus den Übungen in die Stellungnahme ein.*



Wenn man etwas liest, so möchte man das Gelesene auch verstehen. Doch manche Texte erscheinen auf den ersten Blick unverständlich oder enthalten auf engstem Raum sehr viele Informationen, die man sich (auch in ihrer Beziehung zueinander) kaum merken kann. – Vielleicht ist es dir bei den Ausführungen von Aristoteles zum Thema „Freundschaft“ genauso ergangen. In einem solchen Fall kann es hilfreich sein, den Text in ein Begriffsnetz zu verwandeln.



1. Weiter unten findest du Schlüsselbegriffe aus dem Aristoteles-Text. Schneide die Kärtchen aus und ordne die Begriffe sinnvoll auf deinem Arbeitsplatz an. Dabei soll die Anordnung die Struktur des Textes widerspiegeln. Auf den Leerkärtchen kannst du eigene Schlüsselbegriffe ergänzen.
2. Kommt zu zweit oder dritt zusammen und stellt einander eure Ergebnisse vor. Klebt die Kärtchen nun in der Anordnung auf ein Plakat, die ihr für die sinnvollste haltet.
3. Macht jetzt die Zusammenhänge zwischen den Begriffen sichtbar, indem ihr ein Begriffsnetz bildet. Um die verschiedenen Beziehungen zu verdeutlichen, müsst ihr unterschiedliche Linienarten (– oder → oder ↔ etc.), einfache Symbole und/oder mehrere Farben verwenden.
4. Bringt das, was Aristoteles beschreibt, auf die Bühne. Überlegt euch für jeden Freundschaftstyp eine kleine Spielszene, die ihr in der Klasse vorführt. Wichtig: Verratet nicht, welchen Typ ihr jeweils vorspielt – dies müssen eure Mitschüler herausfinden!



Freundschaft	Tugend	Notwendigste
Liebenswert	gut	lustbringend
nützlich	drei Arten der Freundschaft	Nutzen
Lustbringende	Gute	Zeit und Gewohnheit
Glück	Not	beständig
unbeständig		



## „Trautes Heim – Glück allein?!“ – Partnerschaft und Familie



Stelle dir vor, du könntest auf dem Kontinent „Glüpaufa“ für glückliche Paare und Familien leben. Dort bekommst du ein Stück Land zugewiesen, auf dem du deine Familie als Staat gründen dürftest. Wie würde dein Traumfamilienland aussehen? Notiere deine Gedanken im Flächenumriss und gestalte diesen mit dir passend erscheinenden Farben, kleinen Zeichnungen, Symbolen usw.

Wie viel Fläche bräuchte dein Staatsgebiet? Wie groß wünschst du dir deine Familie?

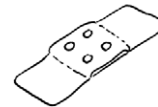


An welche Nachbarländer grenzt du an? Welche Freunde, Verwandte und Bekannte möchtest du in deiner Nähe haben?

Wie soll das Finanzministerium geführt werden? Wofür sollte (d)eine Familie Geld ausgeben?



Worauf soll das Sozialministerium besonders achten? Wie kann konkrete Fürsorge füreinander aussehen?



Was regelt dein Arbeitsministerium? Welche Aufgaben hat jedes Mitglied zu erfüllen, damit euer Familienstaat gut funktioniert?



Welche Aufgaben muss das Verteidigungsministerium bewältigen? Was stellt eine Gefahr für harmonisches Familienleben dar?



In welchen Bereichen brauchst du besonders dringend ein Justizministerium? Welche Regeln sollten alle einhalten, damit es gerecht zugeht?



## „Geben ist seliger als nehmen“ (Apg 20,35) – Soziales Engagement

Neurobiologen, Psychologen, Soziologen – in vielen Fachdisziplinen versuchen Wissenschaftler, dem Schlüssel zum Glück durch Studien und Versuche auf die Spur zu kommen. Ihre Hauptforschungsfragen lauten dabei oft: „Warum sind manche Menschen glücklicher als andere?“ und „In welchen Situationen schätzen sich Menschen selbst am glücklichsten ein?“ Auch die kanadische Psychologin Elizabeth Dunn, Professorin an der University of British Columbia, ist diesen Fragen in mehreren Experimenten nachgegangen – lies selbst, was sie herausgefunden hat.

Heute ist dein Glückstag! Du hast gerade 50 Euro auf der Straße gefunden! Was könntest du mit dem Geld anfangen? Das Spiel kaufen, das du schon lange haben willst, dir das hippe T-Shirt aus deinem Lieblingsladen leisten oder endlich mal wieder in einen Freizeitpark gehen? Wenn man Professor Dunn glaubt, liegt etwas ganz anderes nahe, wenn die Entscheidung glücklich machen soll.

5 Denn Dunn und ihr Team haben herausgefunden: Sein Geld für andere auszugeben, macht glücklicher, als es für eigene Zwecke zu verwenden. Um dies zu belegen, baten sie in einer repräsentativen Stichprobe mehr als 600 Amerikaner einzuschätzen, wie zufrieden sie sind, sowie anzugeben, wie viel Geld sie monatlich für ganz persönliche Dinge (Kredite, Freizeit, 10 Ausgehen, Essen usw.) ausgeben und wie viel für „pro-soziale“ Zwecke (Geschenke für andere, Einladungen ins Restaurant, Spenden an karitative Einrichtungen usw.). Es zeigte sich, dass ausschließlich die sozialförderlichen Ausgaben mit dem Gefühl der Zufriedenheit in Verbindung standen. Je mehr Geld die befragten Personen für andere ausgaben, umso glücklicher schätzten sie sich ein, und das unabhängig von der Höhe ihres Grundeinkommens. Die persönlichen



15 Ausgaben hingegen blieben ohne Einfluss auf das Glück. Offensichtlich macht es uns also glücklicher, wenn wir großzügig sind. Aber aus den oben geschilderten Untersuchungen könnte man auch den umgekehrten 20 Schluss ziehen: Je glücklicher wir sind, umso großzügiger erweisen wir uns. Um festzustellen, ob Großzügigkeit wirklich die Ursache für Glück ist und nicht umgekehrt, bat Dunn daher 50 Studenten anzugeben, wie zufrieden sie sich an einem frühen Morgen fühlten. Danach erhielten die Versuchspersonen jeweils einen Briefumschlag mit entweder fünf oder zwanzig Dollar darin. Dieses Geld sollten sie ausgeben und damit entweder sich selbst oder anderen 25 eine Freude bereiten. Am Ende des Tages zeigte sich, dass sich diejenigen, die das Geld für andere verwendet hatten, glücklicher fühlten als die anderen, die sich selbst „etwas gegönnt“ hatten. Dabei spielte es keine Rolle, um wie viel Geld es ging: Ein Geschenk für fünf Dollar hatte die gleiche positive Wirkung wie eines für zwanzig Dollar.



1. Kannst du Professor Dunns Forschungsergebnis bestätigen? (Wann) Hast du schon einmal die Erfahrung gemacht, dass du glücklich warst, weil du einem anderen eine Freude bereitet hast?