

# „Mit Glück zur Nachhaltigkeit“

## Workshop Doppelter Espresso



Referentinnen:

**Antje Kirsch**

**Annerose Möbes**



ÖKOLOGIE  
STATION  
LAHR



am Freizeithof Langenhard

These: Nachhaltigkeit lässt sich nur herstellen, wenn sie zu  
individuellem Glück beiträgt.

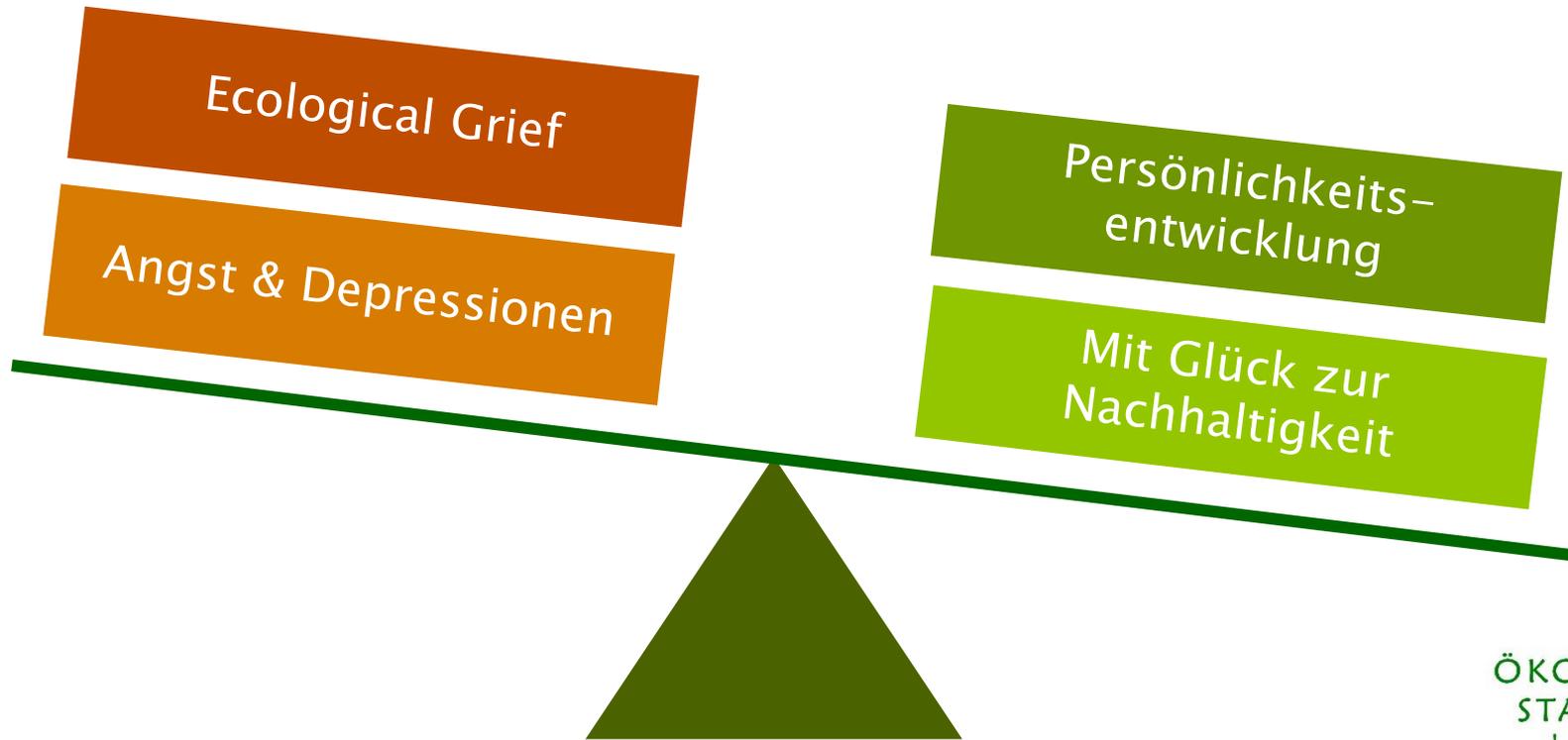
Bildung für nachhaltige Entwicklung muss daher mit der  
Arbeit am individuellen Glück verbunden sein.

### Ablauf:

- ▶ Ausgangslage
- ▶ Definitionen Glück und BNE
- ▶ Integrativer Ansatz
- ▶ PERMA Modell
- ▶ Verstärkung durch die Broaden and Build Theory
- ▶ Beispiele für einen pädagogischen Ansatz
- ▶ Tricky Points, kritischer Blick
- ▶ Blick nach vorne



# Ausgangslage



ÖKOLOGIE  
STATION  
LAHR



am Freizeithof Langenhard

# Definition BNE



- BNE ist ein Bildungskonzept mit Handlungsorientierung
- BNE befähigt zu zukunftsfähigem Denken und Handeln
- „Bearbeitung“ der SDGs (Nachhaltigkeitsziele)
- Betrachtung regionaler und globaler Zusammenhänge
- BNE-Angebote sind partizipativ

**Entwicklung & Förderung der Gestaltungskompetenz**



# Definition Glück/Subjektives Wohlbefinden

## Wikipedia:

„**Glück**: mehrdeutiger Begriff  
positive Empfindungen (Glücksgefühle),  
still oder überschießend



Glücklich kann man zudem eine Person nennen, der es anhaltend gut geht, weil ihr Leben viel von dem enthält, was sie als wichtig erachtet. Im Sinne des glücklichen Zufall steht Glück für eine günstige Fügung bzw. für eine positive Schicksalswendung.

**Subjektives Wohlbefinden** (englisch subjective well-being, kurz: SWB) beschreibt das **selbst wahrgenommene Gefühl des Glücks im Leben oder der Zufriedenheit mit dem Leben.**“

# Integrative Ansätze – Sustainable Happiness

O'Brien, 2008



# pädagogische Ansätze

- Wildnispädagogik und Glück (BNE sehr wenig)
- Jugendherbergswerk Reise ins Glück (BNE stärker, Projekt beendet)
- Fritz Schubert Institut Hamburg Glückpädagogik – ohne BNE



**Idee:**

Arbeit mit dem PERMA Modell in Kombination mit BNE

# PERMA Modell von Martin Seligman

**P**

- Positive Emotionen

**E**

- Engagement → Flow

**R**

- Relationship = gute soziale Beziehungen

**M**

- Meanings = Sinn, Werte

**A**

- Accomplishment = Zielerreichung

ÖKOLOGIE  
STATION  
LAHR



am Freizeithof Langenhard

# Unser pädagogischer Ansatz, Beispiele

**P**

- Achtsamkeitsübungen, z.B. Schokoladenmeditation

**E**

- Individuelle Aktivitäten, die uns in Flow bringen, z.B. Schnitzen, Bodentiere mikroskopieren

**R**

- Gemeinsames Kochen, Spielen, Singen, Tanzen

**M**

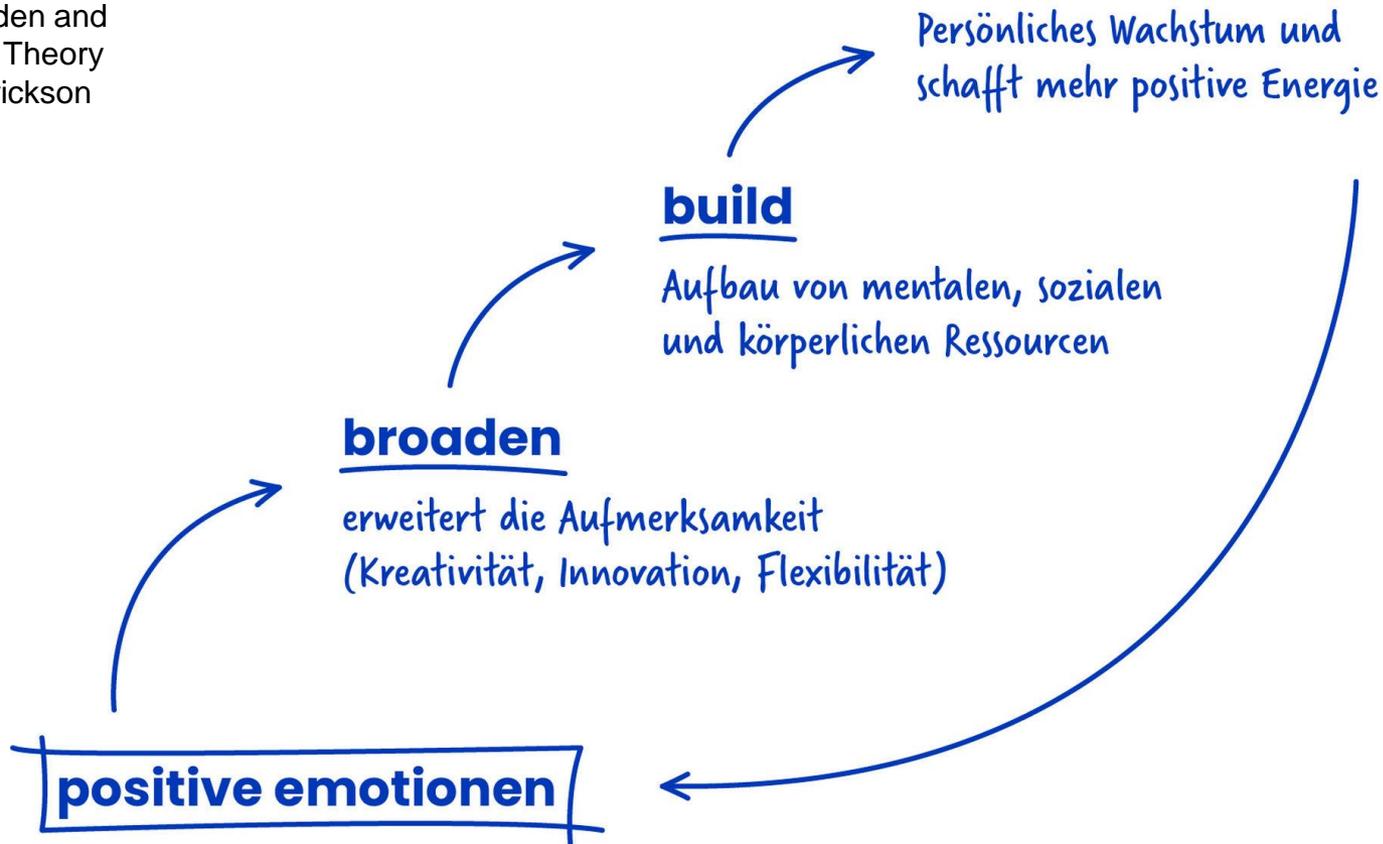
- Fragen zu den Werten der Kinder, Vorstellung unserer Werte, BNE Vorstellung

**A**

- Wanderung zu einem gemeinsamen Ziel

# Verstärkung durch Broaden & Build Theory

Broaden and  
Build Theory  
Fredrickson



# Tricky points, kritischer Blick

- Glück und PERMA sind offene Modelle
- PERMA-Modell beinhaltet nicht die strukturelle Ebene
- Individualität bedeutet jede/r erlebt unterschiedliche positive Emotionen
- Nicht-nachhaltiges Verhalten kann auch glücklich machen
- Ambiguitätstoleranz ertragen → zum Thema machen
- Pädagogische Arbeit braucht Zeit, ist prozesshaft



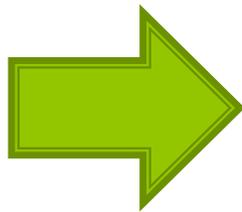
# Der Blick nach vorn...

## KOLLEKTIVE STRUKTURELLE TRANSFORMATION DER WELTGEMEINSCHAFT

Ziel: ökologische, nachhaltige,  
sozial gerechte Welt

## PSYCHOLOGISCHE TRANSFORMATION

Ziel: Befriedigung der  
Grundbedürfnisse →  
Verbesserung der psychischen  
Gesundheit



**Mit Glück zur Nachhaltigkeit,  
verbindet beide Transformationen**



**Viel Freude und Erfolg uns allen auf  
unserem Weg:**

**Mit Glück zur Nachhaltigkeit**

# Quellen

<https://www.bosch-stiftung.de/de/projekt/das-deutsche-schulbarometer>, Zugriff 26.09.2023

<https://sozialministerium.baden-wuerttemberg.de/de/service/publikation/did/interdisziplinaere-handreichung-der-task-force-zur-psychischen-situation-von-kindern-und-jugendlichen-in-folge-der-coronapandemie>, Zugriff 26.09.2023

<https://www.dak.de/dak/download/kinder--und-jugendreport-2622592.pdf>, Zugriff 26.09.2023

[https://www.bne-portal.de/bne/de/home/home\\_node.html](https://www.bne-portal.de/bne/de/home/home_node.html), Zugriff 26.09.2023

<https://www.pschyrembel.de/Broaden-and-Build-Theorie/P064X>, Zugriff 26.09.2023

<https://www.akademie-pp.at/angebot/ausbildung-positive-psychologie>, Zugriff 12.10.2023

<https://www.wbgu.de/de/publikationen/publikation/welt-im-wandel-gesellschaftsvertrag-fuer-eine-grosse-transformation>, Zugriff 16.11.2023

Dallmer, Jochen (2020): Glück und Nachhaltigkeit. Subjektives Wohlbefinden als Leitmotiv für nachhaltige Entwicklung. transcript: Bielefeld

Rosa, Hartmut (2023): Resonanz Eine Soziologie der Weltbeziehung. Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft

O Brian, Catherine (2016): Education for Sustainable Happiness and Well-Being. Taylor & Francis Ltd.

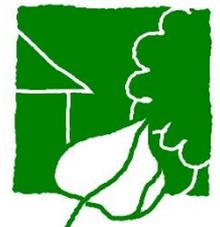
Fritz-Schubert, Ernst (2015): Praxisbuch Schulfach Glück. Beltz Verlag

Oxford Review of Education, Vol. 35, No. 3, June 2009, pp. 293–311, ISSN 0305-4985 (print)/ISSN 1465-3915 (online)/09/030293–19, © 2009 Taylor & Francis, DOI: 10.1080/03054980902934563, Positive education: positive psychology and classroom interventions, Martin E. P. Seligman, Randal M. Ernst, Jane Gillham, Karen Reivich and Mark Linkins

Seligman (2012): Wie Menschen aufblühen. Die Positive Psychologie des gelingenden Lebens. München: Kösel-Verlag

**Julius Grund, Institut Futur, FU Berlin, gemeinsame Telefonate (2023)**

**Dr. Jochen Dallmer, gemeinsames Cafehausgespräch (2023)**



# Mit Glück zur Nachhaltigkeit



**Die Ökologiestation bedankt sich für**

**die Förderung der Stiftungen und die Kooperation mit der ANU.**

Die [Baden-Württemberg Stiftung](#) und die [Heidehof Stiftung](#) fördern im Rahmen des Programmes „Nachhaltigkeit lernen – Kinder gestalten Zukunft VII“ das Projekt "Mit Glück zur Nachhaltigkeit" (März 2023 - März 2026).

