

# Mit Glück zur Nachhaltigkeit

## Ein Projekt der Ökologiestation Lahr

ÖKOLOGIE  
STATION  
LAHR



am Freizeithof Langenhard



Baden-  
Württemberg  
Stiftung

WIR STIFTEN ZUKUNFT



Heidehof  
Stiftung

## Ziel des Vortrags

Einblick bieten in ein spannendes und inspirierendes Projekt

Interaktiver Vortrag ermöglicht Austausch und angeleiteten Bezug zum eigenen Leben und der eigenen Arbeit

Vortrag veröffentlicht unter:  
[www.oekologiestation-lahr.de/aktuelles](http://www.oekologiestation-lahr.de/aktuelles)



# Inhalte

Ziel des Vortrags, Inhalte

Die Ökologiestation Lahr

Nachhaltigkeit und Bildung für nachhaltige Entwicklung

Ausgangssituation und Projektidee

Das Glück

Modell Seligman und Broaden and Build Theorie von Frederikson

Tricky points, Herausforderungen und Grenzen des Projektes

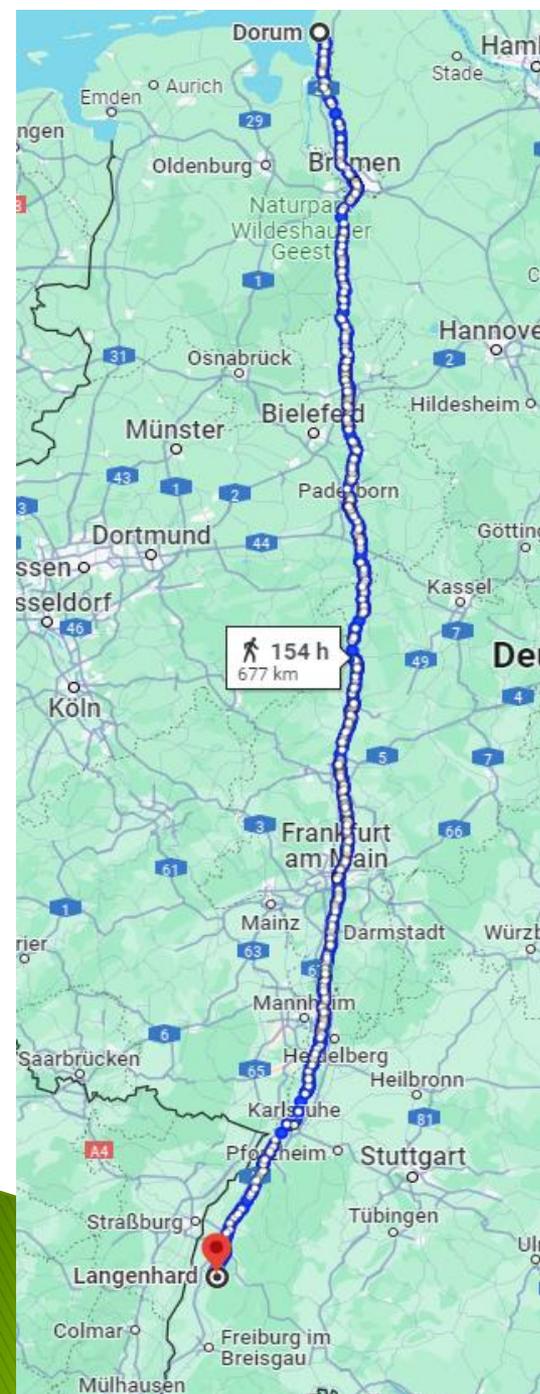
Fazit bezogen auf unsere Arbeit

Im Anschluss für Interessierte: Gespräche vor dem Haus

Workshop Samstag, 10.00 – 14.30 Uhr

welcome point Dorum, Poststr. 16,





# ÖKOLOGIE STATION LAHR



am Freizeithof Langenhard





Impressionen



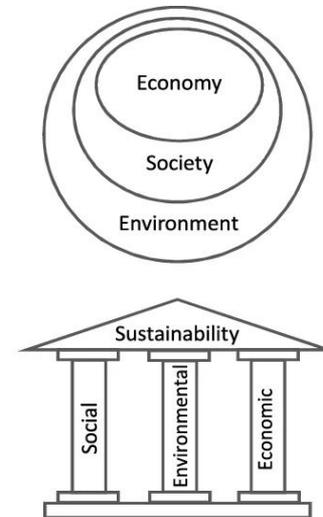
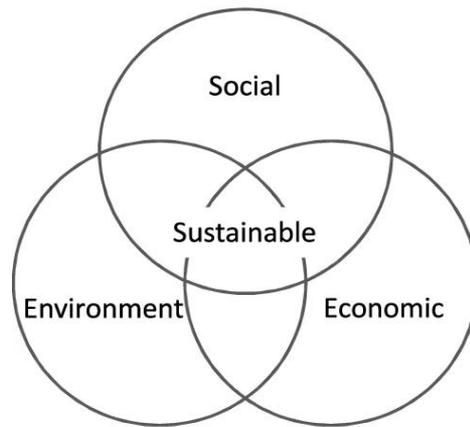


Was ist für mich Nachhaltigkeit?

# Nachhaltigkeit

„Nachhaltigkeit oder nachhaltige Entwicklung bedeutet, die Bedürfnisse der Gegenwart so zu befriedigen, dass die Möglichkeiten zukünftiger Generationen nicht eingeschränkt werden. Dabei ist es wichtig, die drei Dimensionen der Nachhaltigkeit – wirtschaftlich effizient, sozial gerecht, ökologisch tragfähig – gleichberechtigt zu betrachten.“

BMZ



# Bildung für nachhaltige Entwicklung

1. BNE ist ein Bildungskonzept mit Handlungsorientierung
2. BNE befähigt zu zukunftsfähigem Denken und Handeln, Gestaltungskompetenz
3. „Bearbeitung“ der SDGs (Nachhaltigkeitsziele)



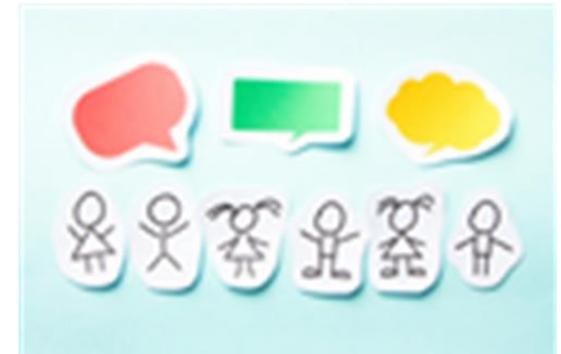
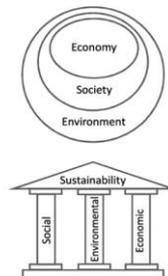
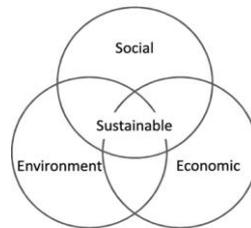
# BNE Aspekte

Betrachtung regionaler und globaler Zusammenhänge

Beachtung der Nachhaltigkeitsaspekte (Ökologie, Ökonomie, Soziales/Kulturelles)

BNE - Angebote sind partizipativ

ERKENNEN - BEWERTEN - HANDELN



# BNE Beispiel „Unser Erdboden“



# Ausgangssituation

Ecological Grief

Angst & Depressionen

Persönlichkeits-  
entwicklung

Mit Glück zur  
Nachhaltigkeit



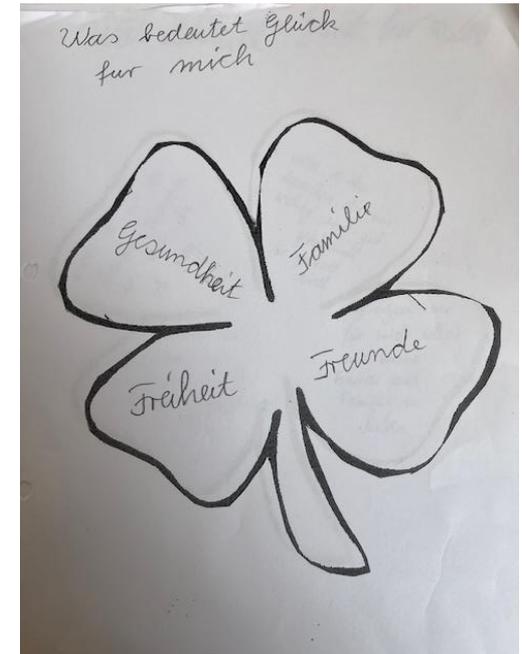
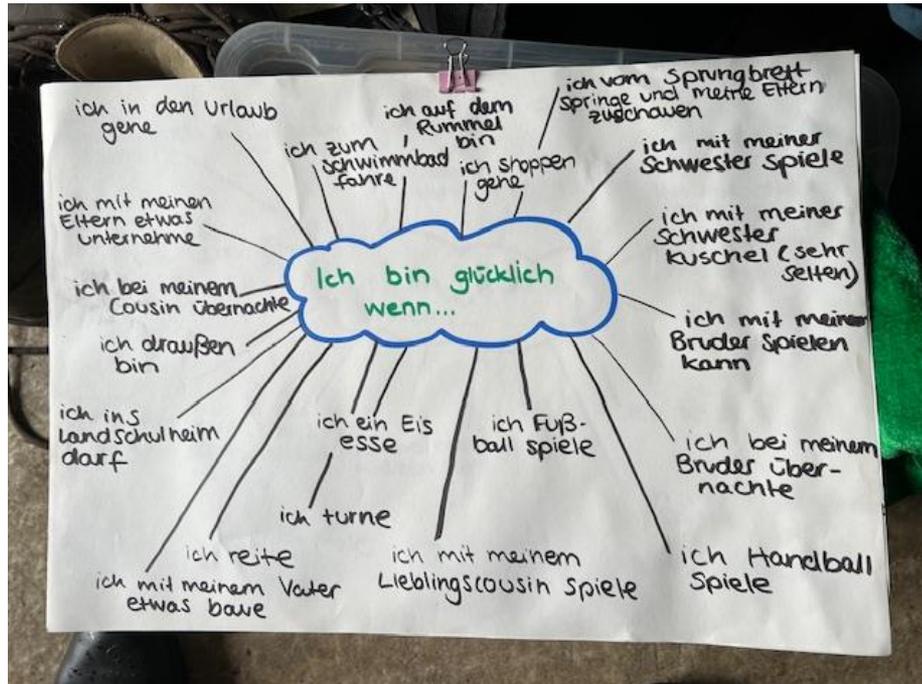
## Projektidee: Mit Glück zur Nachhaltigkeit

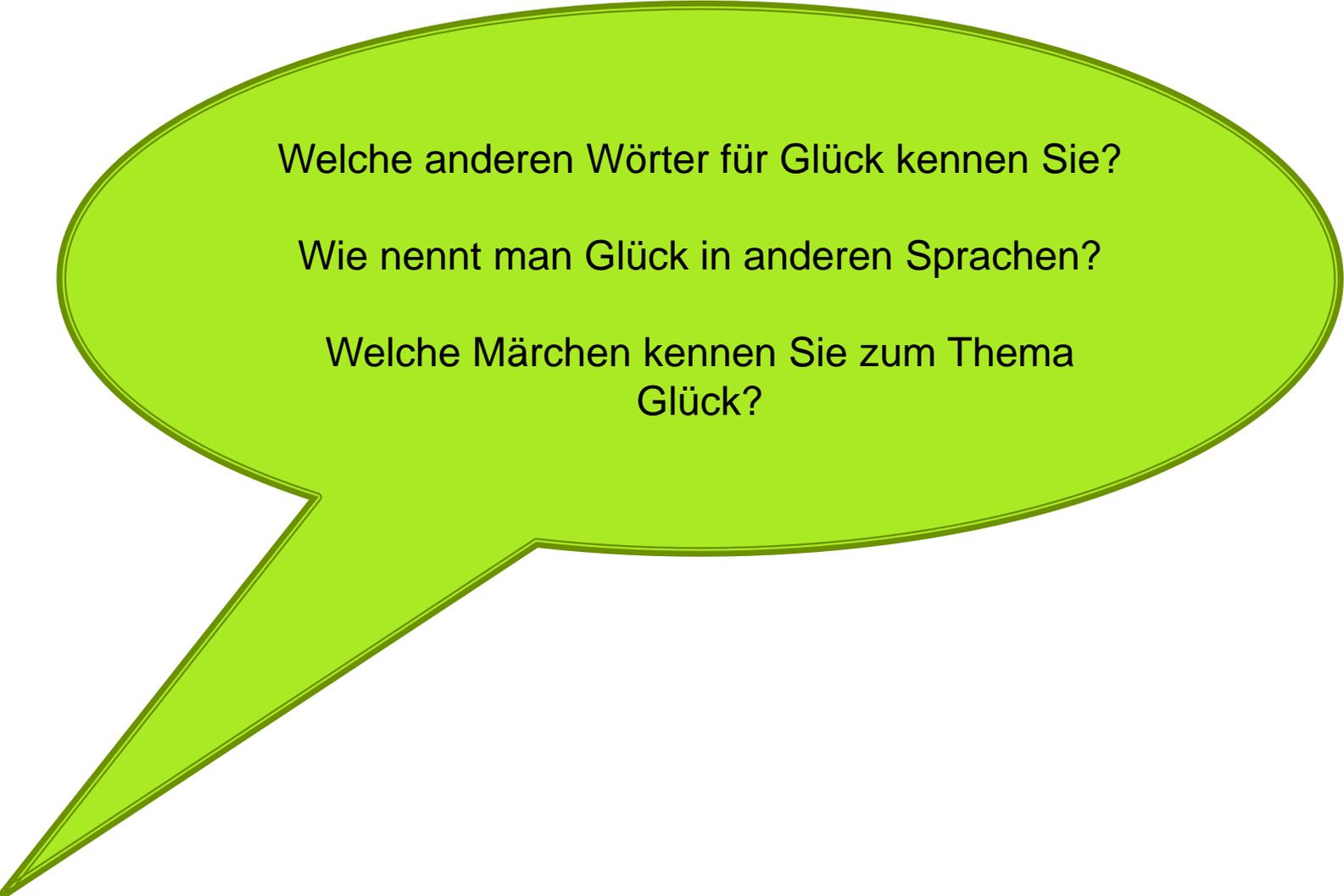




*Was macht mich  
glücklich?*

# Ich bin glücklich, wenn...





Welche anderen Wörter für Glück kennen Sie?

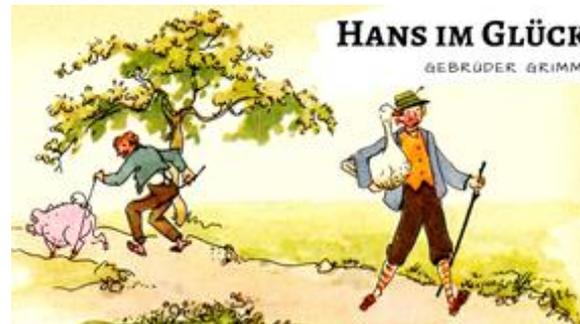
Wie nennt man Glück in anderen Sprachen?

Welche Märchen kennen Sie zum Thema  
Glück?

# Andere Sprachen....

	<b>Glück haben</b>	<b>Glücksmoment erleben</b>	<b>dauerhaft im Glück leben</b>
Engl.	luck	pleasure	happiness
Franz.	fortune, chance	plaisir	bonheur
Span.	fortuna, suerte	placer	felicidad

Ein Märchen zum Thema Glück:



Quelle: [https://www.gluecksarchiv.de/inhalt/begriff\\_glueck.htm](https://www.gluecksarchiv.de/inhalt/begriff_glueck.htm)

# Wer befasst sich mit dem Thema Glück?

- ▶ Glück und die Philosophie

Aristoteles: Glück ist Tugend und Tüchtigkeit  
Thomas von Aquin: Glück ist die Gebote Gottes zu halten  
John Locke: Glück ist ein Höchstmaß an Vergnügen

- ▶ Glück und die Psychologie

positive Psychologie seit 90er Jahren

- ▶ Glück und die Pädagogik

Schulfach Glück, circa 2007 u.a.  
Heidelberger Schuldirektor Ernst Fritz-Schubert

# 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.**“

# Happy Planet Index

$$HPI = \frac{LE \cdot LZ \cdot UGF}{\ddot{O}FD}$$

LE Lebenserwartung

LZ Lebenszufriedenheit, subjektives Wohlbefinden

UGF Ungleichheitsfaktor

öFD ökologischen Fußabdruck

# Das PERMA Modell

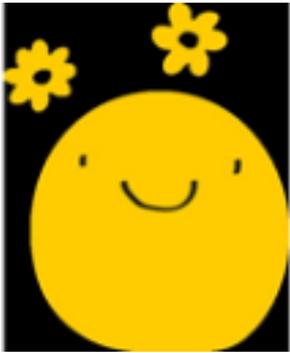
Positive emotion, engagement, relationship,  
meaning, accomplishment



# Flow und Nachhaltigkeit



# Gute Gefühle und Nachhaltigkeit



# Gute Beziehungen und Nachhaltigkeit



# Zielerreichung und Nachhaltigkeit



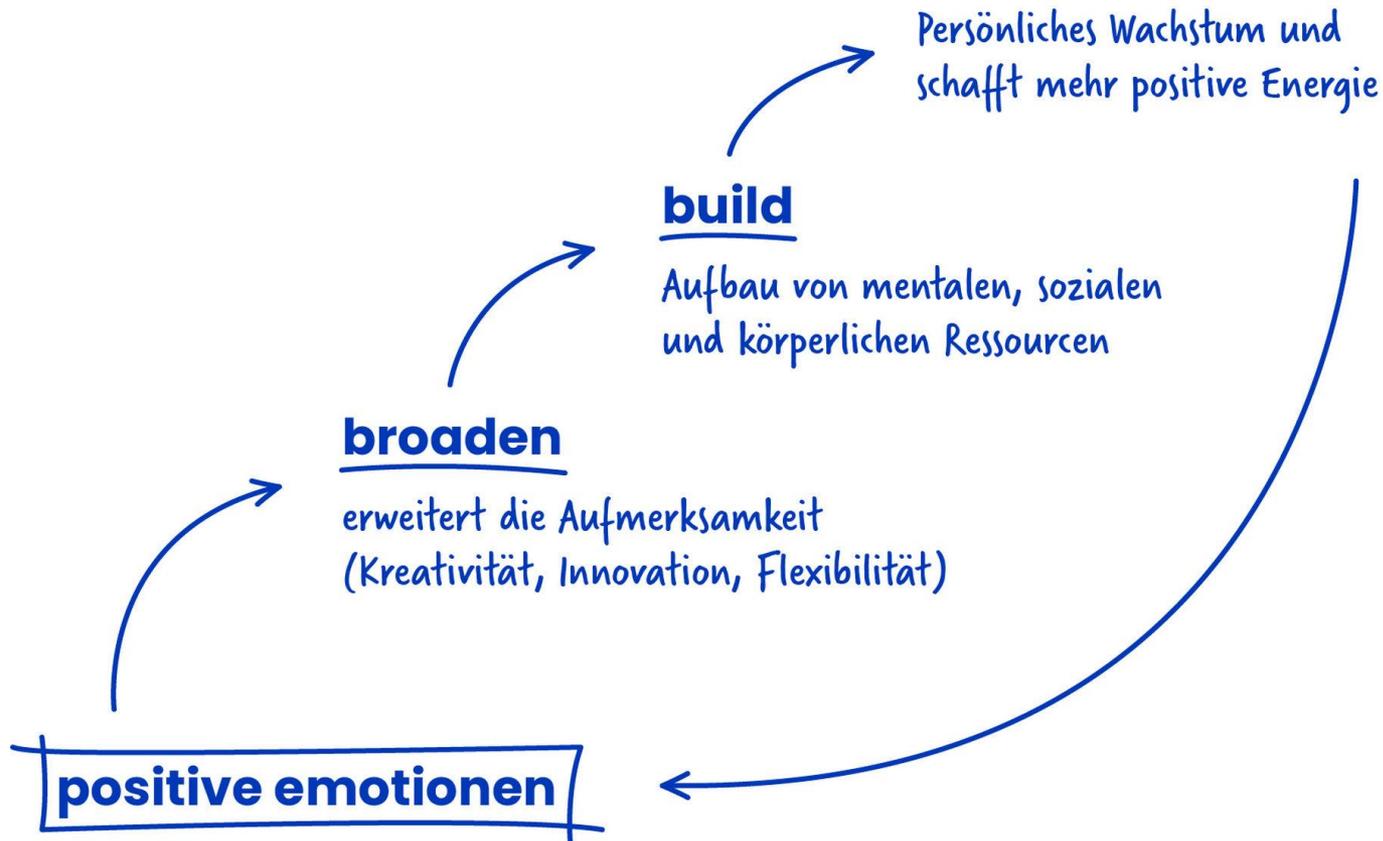
# Sinn, Werte und Nachhaltigkeit



# Das PERMA Modell



# Verstärkung durch Broaden & Build Theory, Fredrickson



# Tricky points, Herausforderungen und Grenzen des Ansatzes



# Tricky points, genau hingeschaut

## Herausforderungen und Grenzen des Ansatzes

- Nicht-nachhaltiges Verhalten kann auch glücklich machen – Dilemmasituationen
- Diese pädagogische Arbeit braucht Zeit - sie ist prozesshaft
- Ansatz nicht an der strukturellen Ebene sondern ausschließlich die individuelle Ebene

# Transformationen

## KOLLEKTIVE STRUKTURELLE TRANSFORMATION DER WELTGEMEINSCHAFT

Ziel: ökologische, nachhaltige,  
sozial gerechte Welt

## PSYCHOLOGISCHE TRANSFORMATION

Ziel: Befriedigung der  
Grundbedürfnisse →  
Verbesserung der psychischen  
Gesundheit

**Ziel: Glück in Verbindung mit  
Nachhaltigkeit leben,**

# Was bedeuten die Tricky points für unsere Arbeit an der Ökologiestation:

- ▶ Strukturelle und individuelle Ebenen werden bewusst gemacht
- ▶ Wir betonen, dass jede/r eine andere Emotionen und damit auch Sichtweisen hat/haben kann und daraus Dilemma entstehen können
- ▶ Wir arbeiten an der Ambiguitätstoleranz (Dilemma tolerieren)
- ▶ Wir favorisieren mehrtägige Projekte und eine enge Zusammenarbeit mit den Lehrkräften und den Eltern
- ▶ Wir arbeiten an uns selber und an unserer Verbindung von Glück und Nachhaltigkeit
- ▶ Bei allen Projekten vernetzen wir die BNE mit der Arbeit am Glück





# ÖKOLOGIE STATION LAHR



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Antje Kirsch

Workshop Samstag  
10.00 bis 14.30 Uhr  
Postst. 16, Dorum  
Welcome Point



## Quellen

- ▶ <https://www.bosch-stiftung.de/de/projekt/das-deutsche-schulbarometer>, Zugriff 26.09.2023
- ▶ <http://www.bmz.de/de/service/lexikon>, Zugriff 14.06.2024
- ▶ <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
- ▶ 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, gemeinsame Gespräche (2023)
- ▶ Dr. Jochen Dallmer, gemeinsames Cafehausgespräch (2023)
- ▶ Hunecke, Marcel (2022): Psychologie der Nachhaltigkeit, Vom Nachhaltigkeitsmarketing zur sozial-ökologischen Transformation. oekokomVerlag

## 2 andere Ansätze, vertiefend, erweiternd, ergänzend...

Marcel Hunecke Psychologie der Nachhaltigkeit

Inner development goals

# Psychologie der Nachhaltigkeit, Marcel Hunecke

sozial-ökologische Transformation einer Konsumerlebnisgesellschaft durch eine innere Transformation des Menschen:

6 psychische Ressourcen fördern das individuelle Wohlbefinden und die Motivation für nachhaltiges Verhalten:

Achtsamkeit,  
Genussfähigkeit,  
Selbstakzeptanz,  
Selbstwirksamkeit,  
Sinnkonstruktion,  
Solidarität.



In 2015, the UN Sustainable Development Goals (SDGs) provided a comprehensive plan for a sustainable world by 2030. However, progress is not happening fast enough, and we urgently need to increase our collective abilities to face and work effectively with complex challenges. This is why we are co-creating the Inner Development Goals (IDG) – a non-profit, open-source initiative committed to fostering inner development towards more sustainable futures. We research, collect, and communicate science-based skills and qualities that help us to live purposeful, sustainable, and productive lives.

# Framework



## 1 Being

Relationship to Self

Inner Compass

Integrity and  
Authenticity

Openness and  
Learning Mindset

Self-awareness

Presence



## 2 Thinking

Cognitive Skills

Critical Thinking

Complexity  
Awareness

Perspective Skills

Sense-making

Long-term  
Orientation and  
Visioning



## 3 Relating

Caring for Others  
and the World

Appreciation

Connectedness

Humility

Empathy and  
Compassion



## 4 Collaborating

Social Skills

Communication  
Skills

Co-creation Skills

Inclusive Mindset  
and Intercultural  
Competence

Trust

Mobilisation Skills



## 5 Acting

Enabling Change

Courage

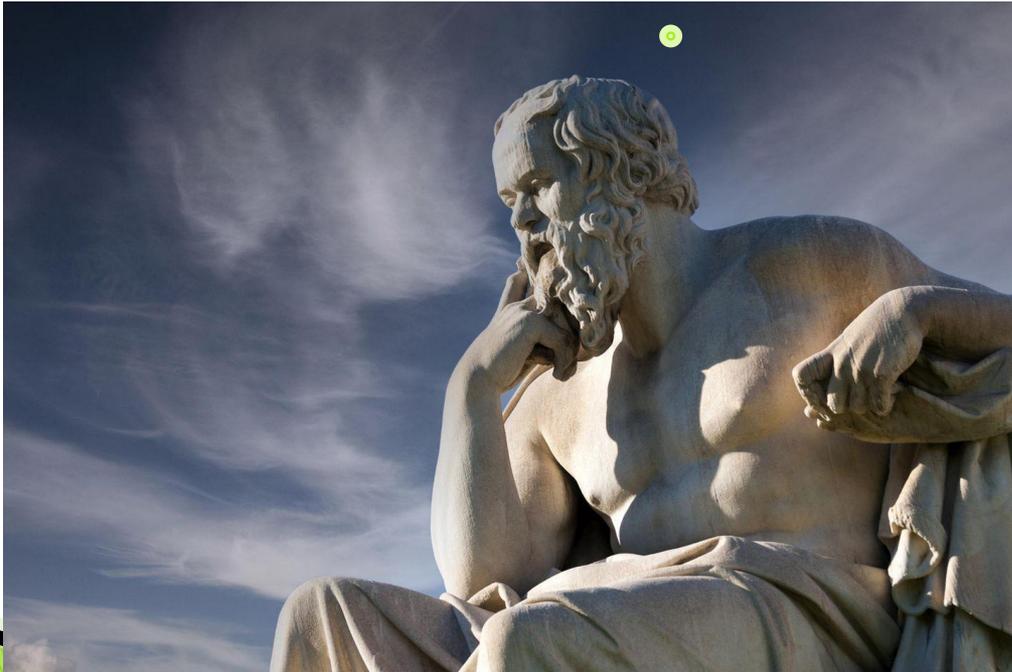
Creativity

Optimism

Perseverance

# Glück in der Philosophie

Hedonismus



# Glück in der Philosophie

Eudaimonia

