

## Glückliche Kinder und Jugendliche – Anachronismus oder Faktum?

Noch fast jede nachrückende Kindergeneration wurde bedauert, problematischere Lebensbedingungen vorzufinden. In einer Kindheitsautobiographie ist zu lesen: »Zu jener Zeit hatten die Kinder, besonders in den kleinen Städten, noch eine Jugend im wahrsten Sinne des Wortes; sie bildeten eine eigene Gesellschaft und waren unerschöpflich in Erfindung von Spielen.« Dem gegenüber seien heutige Kinder viel unfreier und weniger glücklich. Behauptet wurde dies von dem 1786 geborenen Maler Albrecht Adam.<sup>1</sup> Auch im Kindheitsdiskurs des zwanzigsten Jahrhunderts findet sich dieser Topos, etwa in den Erinnerungen einer 1910 geborenen Arbeitertochter: »Aber trotzdem hatten wir viel mehr Zeit und Platz zum Spielen«<sup>2</sup> – bis hin zu der populär gewordenen These von Neil Postman, Kindheit sei weitgehend verschwunden,<sup>3</sup> Jungen und Mädchen würden durch die Kindheit »gehetzt«<sup>4</sup> und seien – so Hartmut von Hentig – »weitgehend unfähig, anderen und sich selbst Freude zu bereiten«<sup>5</sup>. Dies ist umso bedrückender, als sich die meisten Eltern und ErzieherInnen glückliche Kinder wünschen und nur wenig tiefer betrüben kann als der Vorwurf, Kindheit sei versehrt gewesen, was keinem geringeren als Johann Heinrich Pestalozzi schwer zu schaffen machte, der seinem Sohn Jacques schrieb: »Ich bin ein armer Vater, ich habe dich auf der Welt nicht so glücklich gemacht, als ich wohl wünschte, dass du es wärst.«<sup>6</sup> Gemäß der Präambel der UN-Erklärung zu den Rechten der Kinder haben diese das Anrecht auf eine »glückliche Kindheit«.

Aber: Ist es um die heutigen Kinder (und Jugendlichen) wirklich so arg bestellt, wie dies von Erwachsenen behauptet wird, etwa von den von Englert und Güth befragten Religionslehrerinnen, die zu 95 Prozent der Meinung sind, Kinder seien weniger konzentrationsfähig, zu 88 Prozent,

1 Aus *Anita Meschendörfer*, *Bürgerliche Kindheit im Deutschland des 18. Jahrhunderts anhand autobiographischer Zeugnisse*, Frankfurt a.M. 1991, 133.

2 *K.G. Rückel*, *Kindheit damals – heute. Briefe älterer Menschen*, in: *Kindheit* 4 (1982), 1–27, hier 2.

3 *Neil Postman*, *Das Verschwinden der Kindheit*, Frankfurt a.M. 1983.

4 *David Elkind*, *Das gehetzte Kind. Werden unsere Kleinen zu schnell groß?*, Hamburg 1991.

5 *Hartmut von Hentig*, Vorwort zur deutschen Ausgabe, in: *Philippe Ariès*, *Geschichte der Kindheit*, München 1975, 7–44, hier 32.

6 *Johann Heinrich Pestalozzi*, *Sämtliche Briefe III*, Zürich 1946, 238.

sie seien weniger belastbar?<sup>7</sup> Knapp vierzig Prozent der Kinder seien zumeist zurückgezogen und traurig, so das Hamburger Abendblatt im Jahre 2006.<sup>8</sup> Waren Kinder früher wirklich glücklicher? Dem steht zunächst entgegen, dass sich in so kurzen Zeiträumen die physiologische Ausstattung von Menschen nicht ändert, ebenfalls nicht ihre evolutionär gewordenen, angeborenen Basisemotionen, wozu auch Glück gezählt wird, physiognomisch erkennbar, dass sich die Pupillen weiten, die Augenbrauen heben und die Mundwinkel seitwärts hochgezogen werden – auch im Antlitz von Kindern, die blind geboren wurden.<sup>9</sup> Anstatt in die so traditionsreiche und nach wie vor verbreitete »skandalisierende Rhetorik«<sup>10</sup> über neue Kindheit und Jugend einzustimmen, sind die wirklichen Experten von Kindheitsglück zu konsultieren, die Kinder selber, dies umso mehr, als gemäß der jüngeren, expandierenden Glücksforschung<sup>11</sup> diese »Sehnsucht, die nicht altert«<sup>12</sup>, als »firstperson judgment« und damit als »subjektiv« aufgefasst wird.<sup>13</sup>

Im Folgenden werden empirische Studien, die auf das Glück von Heranwachsenden fokussiert sind, kurz beschrieben. Anschließend wird versucht, die überwiegend positiven Ergebnisse – viel mehr Kinder sind glücklich als unglücklich – glückspsychologisch zu deuten. Abgerundet wird der Beitrag mit Skizzen, wie religiös-spirituelle Erziehung Glück begünstigen kann – dies vor dem Hintergrund einer Tradition, die dem Glück oft misstraute und in den Katechismen festschrieb, wir seien auf Erden, um die Gebote zu halten und dereinst der himmlischen Glückseligkeit teilhaftig zu werden. »Nein, nicht für irdische Glückseligkeit ist der Mensch geschaffen«, merken wir uns das wohl.« – so der große Katechetiker Joseph Deharbe.<sup>14</sup>

7 Rudolf Englert / Ralph Güth, »Kinder zum Nachdenken bringen«. Eine empirische Untersuchung zu Situation und Profil des katholischen Religionsunterrichts an Grundschulen, Stuttgart 1999, 70.

8 Günther Hörbst, Jedes fünfte Kind ist stresskrank, in: <http://www.abendblatt.de/daten/2006/01/11/521920.html>.

9 Paul Ekman, Gefühle lesen. Wie Sie Emotionen erkennen und richtig interpretieren, Heidelberg 2010.

10 Andreas Lange, Kindheitsrhetorik und die Befunde der empirischen Forschung, Konstanz 1996, in: <http://d-nb.info/981150802/34> (Zugriff 11.11.2012).

11 Gesamtdarstellungen: Anton A. Bucher, Psychologie des Glücks, Weinheim 2009; Alfred Bellebaum / Robert Hettlage, Glück hat viele Gesichter, Wiesbaden 2010.

12 Ludwig Marcuse, Philosophie des Glücks, Zürich 1996, 11.

13 So der analytische Philosoph Georg Henrik von Wright, The varieties of goodness, London 1963, 99.

14 Joseph Deharbe, Gründliche und leichtfassliche Erklärung des katholischen Katechismus. 1. Band: Lehre von dem Glauben, Paderborn/Münster<sup>5</sup> 1888, 6.

## 1 Die meisten Kinder: glücklich

Glücksforschung mit Kindern ist eine *junge* Domäne. »Ob Kinder ... traurig oder fröhlich sind, diese Frage wurde in wissenschaftlichen Studien nur selten gestellt.«<sup>15</sup> Ein möglicher Grund ist die Marginalisierung des Glücks in der Pädagogik, die diese »verschundene« Kategorie wieder rehabilitieren müsse,<sup>16</sup> nachdem über die Portale deutscher Gymnasien noch in den ersten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts eingemeißelt war: »Du bist nicht auf Erden, um glücklich zu sein und froh, sondern um deine Pflicht zu tun.«<sup>17</sup> Hinzu kommt, dass die Psychologie bis vor wenigen Jahren primär auf die Kognitionen fokussierte, sodann auf die negativen Emotionen. Im Zeitraum 1887 bis 2000 wurden 86 767 Artikel zu Depression publiziert, aber gerade einmal 3938 zu Glück, und 1161 zu Freude.<sup>18</sup> Doch seit der Proklamation einer »Positiven Psychologie«<sup>19</sup> durch Martin Seligman floriert, ja expandiert die Erforschung positiver Emotionen.<sup>20</sup>

Eine pionierhafte Studie zur Befindlichkeit von Schulkindern führte Sabine Lang zu Beginn der achtziger Jahre durch.<sup>21</sup> Sie »maß« das Wohlfühlen in den verschiedenen Lebensbereichen von Kindern mit Gesichtsskalen (smileys) und fand, dass sie beim Spielen am glücklichsten sind (75% sehr), sodann bei ihren Freunden (69%), in ihren Familien (65%), deutlich seltener jedoch in der Schule (30%). Der entscheidendste Faktor sei die Familie, weniger deren wohnlichen Verhältnisse, sondern vielmehr klimatische Faktoren, bspw. wenn oft gelacht und gelobt wird. Dies bestätigte die soziologische Studie, die Wilk und Bacher mit 2745 Zehnjährigen in Österreich durchführten.<sup>22</sup> Zwei Drittel sind in ihren Familien sehr glücklich, weitere 20% sind es grundsätzlich, gut jedes siebte Kind ist tendenziell traurig, zumal aufgrund Armut und beengten Wohnverhältnissen, seltener jedoch aufgrund harscher Väter und Mütter.

Dass Kinder glücklicher sind als von der skandalisierenden Kindheitsrhetorik behauptet, bestätigte der Survey von Büchner, dem Angaben von 2663 SchülerInnen, durchschnittlich zwölf Jahre alt, zugrundelie-

15 Lieselotte Wilk, Kindsein in »postmodernen« Gesellschaften, in: *Dies. / Johann Bacher* (Hg.), *Kindliche Lebenswelten. Eine sozialwissenschaftliche Annäherung*. Opladen 1994, 1–32, hier 20.

16 Jochen Riemen, *Die Suche nach dem Glück als Bildungsaufgabe. Zur Rehabilitation einer verschwundenen pädagogischen Kategorie*, Essen 1991.

17 Aus: *Peter Schulz-Hageleit*, *Jugend, Glück, Gesellschaft*, Heidelberg 1979, 37.

18 Aus: *Bucher* (Anm. 11), XI.

19 Für den deutschen Sprachraum: *Elisabeth Auhagen*, *Positive Psychologie. Auf der Suche nach dem »besseren« Leben*, Weinheim 2008.

20 *Martin E.P. Seligman*, *Der Glücks-Faktor. Warum Optimisten länger leben*, Bergisch-Gladbach 2005.

21 *Sabine Lang*, *Lebensbedingungen und Lebensqualität von Kindern*, Frankfurt a.M. 1985.

22 *Lieselotte Wilk / Johann Bacher* (Hg.), *Kindliche Lebenswelten. Eine sozialwissenschaftliche Annäherung*, Opladen 1994.

gen.<sup>23</sup> Obschon an der Schwelle der Pubertät oder bereits mitten in dieser, fühlen sich die Jungen und Mädchen in ihren Familien »erstaunlich wohl«.<sup>24</sup> Anders als von der massenmedialen Kindheitskatastrophese-mantik behauptet, sitzen Kinder nicht zumeist untätig und immer fetter werdend vor den Bildschirmen;<sup>25</sup> vielmehr sei Kindheit nach wie vor – und wie wohl schon eh und je – eine »hochaktive Phase«, in der Kinder spielen, explorieren, Freundschaften pflegen, streiten, ihre – auch beglückenden – Termine wahrnehmen, etwa Reitstunde, Ballett.

Eine explizite Glückstheorie legte Bucher seiner Studie mit 1319 Salzburger Kindern, zwischen neun und dreizehn Jahre alt, zugrunde,<sup>26</sup> nämlich eine aktivitätstheoretische Deutung, wie sie auch vom renommierten Glücksforscher Ed Diener von teleologischen Glückstheorien abgegrenzt wird.<sup>27</sup> Gemäß letzteren resultiere Glück aus der Befriedigung von Bedürfnissen und dem Erreichen von Zielen. Doch bereits Aristoteles legte in seiner »Nikomachischen Ethik« dar, dass Glück primär aus Tätigkeit resultiert, speziell aus der um ihrer selbst willen verrichteten, intrinsischen Aktivität.<sup>28</sup> Bucher nahm an, Glück bei Kindern werde primär durch ihre Tätigkeiten hervorgerufen, weswegen die SchülerInnen nicht nur nach ihrem Befinden in den verschiedensten Sektoren ihrer Lebenswelt gefragt wurden (Familie, Pausenplatz etc.), sondern auch nach ihrem Aktivitätsspektrum. Die Jungen und Mädchen bilanzierten ihr bisheriges Leben als erfreulich positiv: 54 Prozent »sehr glücklich«, 40 Prozent »glücklich«. Tatsächlich erklärten die Aktivitäten der Kinder in Familie, Schule und Freizeit viel Varianz des subjektiv eingeschätzten Glücks, immerhin 45 Prozent, was umso erstaunlicher ist, als gängige soziodemographische Variablen in Glücksstudien allenfalls zehn Prozent erklären.<sup>29</sup> Wie gemäß früheren Studien sind auch Salzburger Kinder in ihrer Familie besonders glücklich (auch wenn diese nicht vollständig ist), ebenso bei ihren Freunden, in besonderem Maße, wenn sie sich mit einem Haustier beschäftigen, deutlich geringer jedoch in der Schule; nur beim Zahnarzt oder im Krankheitsfall fühlen sie sich noch unglücklicher.

23 Peter Büchner u.a., Vom Teddybär zum ersten Kuss. Wege aus der Kindheit in Ost- und Westdeutschland, Opladen 1996.

24 Ebd. 40.

25 So auch, ausgesprochen pauschalisierend und tendenziös: Manfred Spitzer, Vorsicht Bildschirm. Elektronische Medien, Gehirnentwicklung, Gesundheit und Gesellschaft, München 2006.

26 Anton A. Bucher, Was Kinder glücklich macht. Historische, psychologische und empirische Annäherungen an Kindheitsglück, Weinheim 2001.

27 Ed Diener, Subjective well-being, in: Psychological Bulletin 95 (1984), 542–575.

28 Aristoteles, Nikomachische Ethik, München 1998.

29 Michael Argyle, The Psychology of Happiness, London / New York 2001.

Im Sommer 2007 wurde diese Studie vom ZDF, anlässlich Zehn Jahre tabaluga tivi, repräsentativ für die Bundesrepublik repliziert.<sup>30</sup> Die 1239 Kinder, zwischen sechs und dreizehn Jahre alt, bilanzierten ihr bisheriges Leben zu 41 Prozent als »total« glücklich, 44 Prozent sind glücklich, 15 Prozent tendenziell traurig.<sup>31</sup> Erfragt wurde auch, wie beglückend spezifische Bereiche in der Kindheit erlebt werden. Am positivsten: Freiraum, Spiel, Freunde, Aktivitäten wie Skaten, sodann die Familie und das Zuhause, Sport; deutlich negativer die Schule (speziell die Hauptschule), Kirche (von mehr als der Hälfte aufgrund mangelnden Bezugs nicht beurteilt), Mithilfe im Haushalt, Kranksein und Zahnarzt. Insgesamt bestätigten sich die Ergebnisse des Salzburger Surveys. Kindheitsglück hängt weniger von soziodemographischen Variablen ab: Wohnort, Anzahl Geschwister, Bildungsgrad der Eltern, Berufstätigkeit Mutter etc., sondern primär von Aktivitäten und klimatischen Variablen speziell in Familie und Freizeit.

Zusätzlich trat in der ZDF-Studie ein enormer Alterseffekt zu Tage: Sechsjährige sind zu 57 Prozent »total« glücklich, Dreizehnjährige hingegen, mitten im puberalen Wachstumsschub und in hormonellen Wechselbädern, noch zu 25 Prozent – ein Trend, der wiederholt festgestellt wurde. Die schottischen Psychologen Sweeting und West fanden in ihrer großen Stichprobe (N = 8000) bei den Elfjährigen 30 Prozent, die sich als wenig glücklich einschätzten,<sup>32</sup> von den Fünfzehnjährigen waren es 45 Prozent. Nebst den körperlichen Veränderungsprozessen, die ins Körperselbstbild integriert werden müssen, wird als Ursache für den Glücksschwund in der Jugend auch die Schule genannt – so von Opp auf der Basis des Gesundheitssurveys der WHO.<sup>33</sup> Und nicht zuletzt zeigte sich in dieser Studie, wie eng auch bei Kindern Glück mit einem gesunden Selbstwertgefühl zusammenhängt,<sup>34</sup> operationalisiert als: »Es gibt viele Dinge, die ich gut kann«, was 49 Prozent »eher richtig« fanden, 44 Prozent »total« – diese sind mit Abstand am glücklichsten. Analysiert wurde zudem, wie das Haushaltseinkommen mit dem subjektiv eingeschätzten Kindheitsglück zusammenhängt. Zwölf Prozent der befragten Kinder leben in einkommensschwachen Haushalten (unter 1200 €). Sie sind häufiger tendenziell traurig: 25 Prozent, Gesamtstichprobe: 14 Prozent. Aber: Wenn das Einkommen über dieser kritischen Schwelle liegt,

30 Markus Schächter (Hg.), *Wunschlos glücklich? Konzepte und Rahmenbedingungen einer glücklichen Kindheit*, Frankfurt a.M. 2009.

31 Anton A. Bucher, Was Kinder glücklich macht? Eine glückspsychologische Studie des ZDF, in: Schächter (Anm. 30), 94–195, hier 101.

32 H. Sweeting / P. West, Sex differences in health at age 11, 13 and 15, in: *Social Science & Medicine* 56 (2003), 31–39.

33 G. Opp, Wohlbefinden im Jugendalter. Widerstandskräfte entwickeln, in: *Renate Frank* (Hg.): *Therapieziel Wohlbefinden*, Heidelberg 2007, 239–247.

34 Roy F. Baumeister et al, Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles, in: *Psychological Science in the Public Interest* 4 (2003), 1–44.

zeitigt es keinen Effekt mehr. In der Glücksforschung ist gut gesichert: Zu wenig Geld bereitet Stress und macht unglücklich, aber ob im Monat 3000 € oder 10 000 €, ist zweitrangig.<sup>35</sup>

Groß angelegt war das Projekt »Chancen und Risiken beim Aufwachsen von Kindern in Deutschland«. Die Forscher des Deutschen Jugendinstituts befragten eingehend 1000 Kinder im Alter von acht und neun Jahren, die eine überraschend hohe Zufriedenheit angaben, speziell in ihren Familien, auch wenn es gelegentlich zu Konflikten kommt, oft wegen dem Aufräumen des Zimmers.<sup>36</sup> Aber viel häufiger erleben sie Spaß, mit der Mutter öfter als mit dem Vater und den Geschwistern, mit denen gelegentlich zu streiten ist. Besonders glücklich sind die Grundschüler auch bei ihren Freunden, von denen sie im Schnitt vier »sehr gute« haben. Erfreulich hoch ist auch das Selbstwertgefühl: 79 Prozent finden sich selber »voll okay«, und immerhin zwei Drittel gehen (noch) sehr gerne in die Schule und haben das Gefühl, in dieser auch rege mitzumachen und viel zu lernen.

Gute Zensuren bezüglich des Wohlbefindens der Kinder stellte der Grundschule auch die erste World Vision Kinderstudie aus.<sup>37</sup> Von den 1592 befragten Sechs- bis Elfjährigen sind 70 Prozent im Klassenzimmer glücklich, in Ganztageseschulen noch häufiger. Doch noch glücksrelevanter ist die Familie, zumal dann, wenn die Eltern ausreichend Freiheit zugestehen – ein wiederholt nachgewiesenes Korrelat von Glück<sup>38</sup> –, sozialintegrativ erziehen, anerkennen und gelegentlich loben. Und nicht zuletzt wies die Studie nach, dass ein Viertel der Befragten in ihrer Freizeit »vielseitige Kids« sind, die nicht nur häufig Sport treiben, sondern auch lesen. Die Hälfte sind »normale Freizeitler«, und ein weiteres Viertel »Medienkonsumenten«, die zwar oft in Bewegung sind, speziell auf Skater- und Sportplätzen, aber überdurchschnittlich lange vor den Bildschirmen und Playstations sitzen.

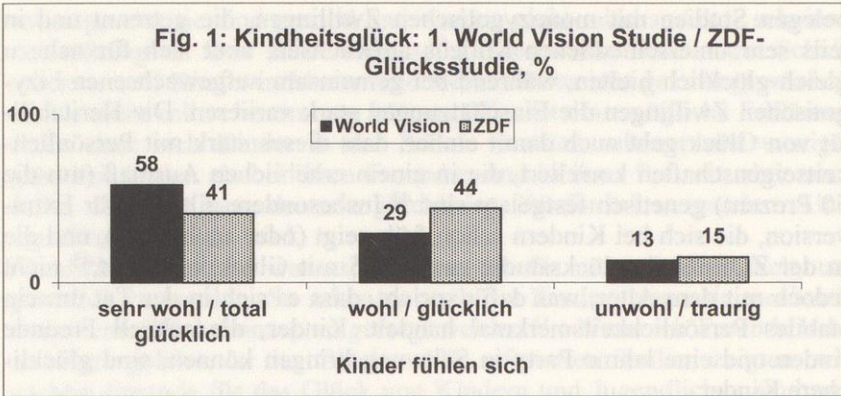
Alles in allem: Entgegen der vielfachen Klagen über die zusehends unglücklicher werdenden Kinder – wenn man sie selber befragt, deklarieren sich viel mehr als glücklich denn als traurig.

35 Robert Biswas-Diener, Material wealth and subjective well-being, in: Michael Eid / Randy J. Larsen (Eds.), *The science of subjective well-being*, New York 2008, 307–322.

36 Christian Alt, *Kinderleben – Aufwachsen zwischen Familie, Freunden und Institutionen*, 2 Bände, Wiesbaden 2005.

37 Klaus Hurrelmann / Sabine Andresen, *Kinder in Deutschland 2007. 1. World Vision Kinderstudie*, Frankfurt a.M. 2007.

38 Demoskopisches Institut Allensbach, *Der Wert der Freiheit. Ergebnisse einer Grundlagenstudie zum Freiheitsverständnis der Deutschen*, Allensbach 2003.



## 2 Glückspsychologische Deutungen

Nach dem Durchgang durch so viele Studien, die durchgängig die deutliche Mehrheit der Jungen und Mädchen als glücklich bis sehr glücklich auswiesen, stellt sich die Frage, ob dies wirklich der Fall ist, aber auch die, wie diese Befundlage erklärt werden könnte. Dies umso mehr, als redundant beklagt wird, Kinder würden zusehends stärker belastet und gestresst, durch Schule, Reizüberflutung, gestiegene Leistungserwartungen etc.<sup>39</sup> Aber zu den hinreichend gesicherten Ergebnissen der Glücksforschung zählt: »Most people are happy«.<sup>40</sup> Die israelischen Psychologen Klar und Giladi fragten Studierende, ob sie zu den 25 Prozent glücklichsten Personen gehören würden – dreimal so viele (77%) bejahten.<sup>41</sup> Der renommierte Glücksforscher Ruut Veenhoven zog auf der Basis tausender Studien den Schluss, Glück sei »die Regel«, und die Frage, ob die Menschen wirklich so glücklich seien, wie sie von sich behaupten, sei durchaus zu bejahen.<sup>42</sup>

Auch bei Kindern und Jugendlichen? Es gibt starke Argumente dafür. Gemäß der Glücksformel von Sonja Lyubomirsky ist der Glücksrichtwert eines Menschen zu gut 50 Prozent genetisch festgelegt<sup>43</sup> – dies

39 Arnold Lohaus / Anke Beyer / Johannes Klein-Heßling, Stresserleben und Stresssymptomatik bei Kindern und Jugendlichen, in: Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie 36 (2004), 38–46.

40 Ed Diener / Carol Diener, Most people are happy, in: Psychological Science 7 (1996), 181–185.

41 Yechiel Klar / Eliath Giladi, Are most people happier than their peers, or are they just happy?, in: Personality and Social Psychology Bulletin 25 (1999), 586–595.

42 Ruut Veenhoven, Questions on happiness. Classical topics, modern answers, blind spots, in: Fritz Strack et al. (Eds.): Subjective well-being, Oxford 1991, 7–26, hier 24.

43 Sonja Lyubomirsky, Glücklich sein. Warum Sie es in der Hand haben, zufrieden zu leben, Frankfurt a.M. 2008, 31.

belegen Studien mit monozygotischen Zwillingen, die getrennt und in teils sehr unterschiedlichen Milieus aufwuchsen, aber sich für nahezu gleich glücklich hielten, während bei gemeinsam aufgewachsenen bizzotischen Zwillingen die Einschätzungen stark variieren. Die Heritabilität von Glück geht auch damit einher, dass dieses stark mit Persönlichkeitseigenschaften korreliert, die in einem erheblichen Ausmaß (um die 50 Prozent) genetisch festgelegt sind.<sup>44</sup> Insbesondere gilt dies für Extraversion, die sich bei Kindern schon früh zeigt (oder auch nicht), und die in der ZDF-Kinderglücksstudie zu  $r = .45$  mit Glück korreliert,<sup>45</sup> nicht jedoch mit dem Alter, was dafür spricht, dass es sich in der Tat um ein stabiles Persönlichkeitsmerkmal handelt. Kinder, die schnell Freunde finden und eine lahmte Party in Schwung bringen können, sind glücklichere Kinder.

Darüber hinaus bilanzierte Lyubomirski, dass soziodemographische Variablen allenfalls zehn Prozent des subjektiv eingeschätzten Glücks erklären. Auch in den referierten Studien mit Kindern, teils Jugendlichen ist dies der Fall. Diese können gleich glücklich sein, egal ob sie auf dem Lande oder in der Stadt leben, Jungen oder Mädchen sind, viel oder gar kein Taschengeld bekommen, Geschwister haben oder Einzelkinder sind. Lyubomirsky zufolge können »wir 40 Prozent unseres Glücks mit unseren bewussten Handlungen beeinflussen«<sup>46</sup>. Um glücklicher zu werden, ist weniger zu raten, die Lebensumstände zu ändern oder sich ein neues Auto anzuschaffen – auch an einen Porsche gewöhnen wir uns schnell –, sondern vielmehr das Aktivitätsspektrum, beispielsweise regelmäßig joggen, oder meditieren, oder malen.<sup>47</sup> Gemäß dem mittlerweile popularisierten Flow-Konzept von Csikszentmihalyi, der zu Recht eingestand, »was Glück ist, begreifen wir nicht besser als Aristoteles«,<sup>48</sup> weil dieser als erster eine aktivitätstheoretische Deutung des Glückes vertrat, resultiert Glück primär aus intrinsisch vollzogenen Aktivitäten. Solche streben Kinder »mit der Unvermeidlichkeit eines Naturgesetzes« an,<sup>49</sup> indem sie beispielsweise einen frisch aufgestellten Maibaum sogleich zu erkraxeln versuchen, mit dem Skateboard an die Grenzen gehen, beim Fußballtraining mit den Freunden um die Wette laufen. »Kinder –

44 J.C. Loehlin et al., Heritabilities of common and measure-specific components of the Big Five personality factors, in: *Journal of Research in Personality* 32 (1998), 431–453.

45 Erhoben wurde Extraversion nach: F. Bugge / F. Baumgärtel, HANES-KJ. Hamburger Neurotizismus- und Extraversionsskala für Kinder und Jugendliche, Göttingen 1975.

46 Lyubomirski (Anm. 43), 81.

47 K.M. Sheldon / Sonja Lyubomirsky, Achieving sustainable gains in happiness. Change your actions, not your circumstances, in: *Journal of Happiness Studies* 7 (2006), 55–86.

48 Mihaly Csikszentmihalyi, *Flow. Das Geheimnis des Glücks*, Stuttgart<sup>6</sup>1998, 13.

49 Mihaly Csikszentmihalyi, *Das flow-Erlebnis. Jenseits von Angst und Langeweile: im Tun aufgehen*, Stuttgart<sup>6</sup>1996, 227.

vorausgesetzt sie sind gesund und werden nicht misshandelt – scheinen sich ständig im flow zu befinden.«<sup>50</sup> Leider werde flow in der Schule seltener, weil Kinder in Muster und Verhaltensweisen gezwängt würden, die sie nicht selber bestimmen können. Dies ist eine mögliche Erklärung dafür, dass sich Kinder in der Schule deutlich seltener und weniger glücklich fühlen als bei ihren Freunden und in ihrer Freizeit, aber auch dafür, dass die Quote der sehr glücklichen Kinder mit steigendem Alter signifikant geringer wird.

Ebenfalls Aristoteles war es, der Freunde für unverzichtbar hielt, um glücklich zu werden. So sehen es auch die Kinder, wenn sie *qualitativ* nach ihren Glückskonzepten gefragt werden.<sup>51</sup> »Wenn ich Freunde habe und dazu gehöre, ist das Glück.« Alle referierten Studien zeigten, wie wichtig Freunde für das Glück von Kindern und Jugendlichen sind und wie viel Zeit sie gemeinsam verbringen, nicht nur draußen, sondern auch vor dem PC.

Insgesamt: Dass sich eine deutliche Mehrheit der Kinder grundsätzlich für glücklich hält, lässt sich glückpsychologisch plausibel erklären. Sie befinden sich sehr oft in autotelischer Tätigkeit, dessen Inbegriff das zweckfreie Spiel ist. Auch wenn redundant behauptet wird, Kinder, mit Fastfood vollgestopft, seien träge geworden – allenthalben, und nach wie vor, sind sie in Bewegung zu sehen, auf Fahrrädern, in Turnschuhen, und vor allem zu hören, wenn sie lachen oder kreischen.

### 3 Religionspädagogische Implikationen

Für die Religionspädagogik, am Evangelium orientiert, muss das Glück der Kinder vorrangiges Ziel sein. Leider hat gerade die religiöse Erziehung unzählige Kindheiten versehrt, ganz im Sinne von Augustinus, für den zum »beweinenswerten Elend dieses Lebens [...] auch die mancherlei Schreckmittel (gehören), die man anwendet, den Unarten der Kleinen zu steuern. [...] Erzieher, Lehrer, Stecken, Riemen, Ruten.«<sup>52</sup> Glückszerstörerisch war aber nicht nur Schwarze Pädagogik, speziell körperliche Züchtigung, oft biblisch begründet – von vielen Fundamentalisten in den USA nach wie vor,<sup>53</sup> speziell wenn sie die Bibel wörtlich nehmen<sup>54</sup> –, sondern auch die Intrusion mit Schuldgefühlen und Sündenbewusstsein,

50 Mihaly Csikszentmihalyi, Dem Sinn des Lebens eine Zukunft geben. Eine Psychologie für das 3. Jahrtausend, Stuttgart 1995, 252.

51 G. Schumacher / S. Kayser, Wie erleben Kinder Glück? Ergebnisse einer tiefenpsychologischen Studie des ZDF, in: *Schächter* (Anm. 30), 83–93.

52 Aurelius Augustinus, Vom Gottesstaat, München 1978, 803.

53 S.S. Owen / K. Wagner, Explaining school corporal punishment. Evangelical Protestantism and social capital in a path model, in: *Social Justice Research* 19 (2006), 471–499.

54 V.R. Wiehe, Religious influence on parental attitudes toward the use of corporal punishment, in: *Journal of Family Violence* 5 (1990), 173–186.

was dem Selbstwert – eines der stärksten Korrelate von Glück – besonders abträglich ist. Von so vielen Missbrauchsoffern ganz zu schweigen. Eine jüngere Studie zu Kindheitsglück fordert Religionspädagogik heraus. Mark Holder und seine Mitarbeiter untersuchten, ob bei 320 Kindern, zwischen acht und zwölf Jahre alt, Religiosität oder Spiritualität glücksbegünstigender ist.<sup>55</sup> Erstere operationalisierten sie als Häufigkeit von Kirchgang und Gebet sowie als Glauben an eine höhere Macht, letztere, im Anschluss an Gomez und Fisher,<sup>56</sup> als Verbundenheit mit sich selbst (Sinn), der Mitwelt, Natur und Kosmos sowie Transzendenz – »Verbundenheit« schälte sich als Kern von Spiritualität heraus.<sup>57</sup> Wenig überraschend war, dass sich 90 Prozent der Kinder auf einer siebenpunktigen Gesichterskala als grundsätzlich glücklich einschätzten, jedes vierte sogar »sehr«. Aber besonders hoben die Forscher hervor, dass Religiosität in keinem Zusammenhang mit Glück steht, Spiritualität hingegen dieses enorm begünstigt (mehr als 20% erklärte Varianz). Holder et al. ziehen den Schluss, die Konstrukte »Religiosität« und »Spiritualität« seien zu differenzieren, und erklären sich die in ihrer Studie fehlende Glücksrelevanz von Religiosität damit, dass den SchülerInnen entsprechende Praxis auferlegt werde.

Wie kann religiöse Erziehung zu mehr Kindheitsglück beitragen? Zum einen, indem sie es tunlichst unterlässt, Kinder mit unnötigen Schuldgefühlen zu belasten und ihren Selbstwert zu mindern. Es ist höchst problematisch, jüngeren Kindern das Konzept der Sünde nahezubringen. An der katholischen Kirche ist höchst befremdlich, dass in den letzten Jahrzehnten Gruppierungen gefördert wurden, die extrem selbstwertmindernde Botschaften verkünden, etwa das Opus Dei, dessen Begründer Escrivá de Balaguer auch schrieb: »Ein klägliches Werkzeug bist du!«<sup>58</sup> Zum anderen, indem sie mehr spirituelle Elemente integriert, insbesondere Verbundenheit, nicht nur mit dem Göttlichem, sondern ebenso sehr mit Natur und sozialer Mitwelt.<sup>59</sup> Viele konkrete Anregungen finden sich in dem Buch »Wurzeln und Flügel«.<sup>60</sup> Und: Indem entsprechende Erziehung in Begeisterung (*spiritus* = Geist) geschieht, eine zu Unrecht vernachlässigte (religions-)pädagogische Haltung, in der erwiesenermaßen Glücksbotenstoffe wie Dopamin und Serotonin freigesetzt werden. Glücksbegünstigend ist – auch in religionspädagogischen Kontexten –

55 M. Holder et al., Spirituality, religiousness, and happiness in children aged 8 – 12 years, in: Journal of Happiness Studies 11 (2010), 131–150.

56 R. Gomez / J.W. Fisher, Domains of spiritual well-being and development and validation of the spiritual well-being questionnaire, in: Personality and Individual Differences 35 (2003), 1975–1991.

57 Anton A. Bucher, Psychologie der Spiritualität. Handbuch, Weinheim 2007.

58 J. Escrivá, Der Weg, Köln<sup>11</sup> 1984, 105.

59 Nel Noddings, Happiness and education, Cambridge 2003, 157–178.

60 Anton A. Bucher, Wurzeln und Flügel. Wie spirituelle Erziehung für das Leben stärkt, Düsseldorf 2007.

eine Haltung der Zu-Mutung, des »Du kannst es!« Folgende von einer Elfjährigen erzählte Geschichte drückt dies unnachahmlich aus:

»Als ich noch klein war, wollte ich Rad fahren lernen. Mein Vater setzte mich auf mein Rad, und ich fuhr los. Er hielt mich hinten. Bei einer Straße, die leicht bergab ging, ließ er mich los, und ich fuhr nichtsahnend weiter. Plötzlich schrie mein Vater: »Du kannst es!« Erst jetzt merkte ich, dass ich alleine fuhr. Das war das glücklichste Erlebnis in meinem Leben.«<sup>61</sup>

Dr. *Anton A. Bucher* ist Professor für Religionspädagogik an der Katholisch-Theologischen Fakultät der Universität Salzburg.

61 *Bucher*, *Kinder* (Anm. 26), 89.