

Besteht ein Zusammenhang zwischen dem Unterrichtsfach *Glück* und dem Selbstwertgefühl von Schülern?

– Studienergebnisse –

Das Selbstwertgefühl (also die Vorstellung von dem Wert der eigenen Person) ist eine wichtige Variable für menschliches Wohlbefinden (Paradise & Kernis, 2002). Bisherige Untersuchungen lassen darauf schließen, dass das Selbstwertgefühl einer Person möglichst moderat hoch und stabil sein sollte (Kernis, 2003). Hat ein Schüler ein stabiles Selbstwertgefühl, so bedeutet dies, dass sein Selbstwertgefühl wenig zerbrechlich ist und zeitlich gesehen wenig Schwankungen unterliegt. Zudem sollte ein optimales Selbstwertgefühl wenig kontingent sein, d.h. es sollte möglichst unbeding, d.h. unabhängig von äußeren Erfahrungen sein (Kernis, 2003). Weist ein Schüler z.B. eine geringe Selbstwertkontingenz bezüglich Leistung auf, so zeigt dies, dass er seinen Wert als Person für unabhängig von seinen Noten erachtet. Findet sich eine geringe Selbstwertkontingenz bezüglich Kompetenz, kann man sagen, dass sich sein Selbstwertgefühl in geringem Maße darauf stützt, wie er seine Kompetenz, bspw. seine schulische Kompetenz, wahrnimmt. Aufgrund weiterer Forschungsbefunde geht man davon aus, dass durch bestimmte Trainings Einfluss auf das Selbstwertgefühl von Menschen genommen werden kann (Hattie, 1992; Harter, 1999).

Am Privatgymnasium Weinheim wird das Schulfach *Glück* in allen Klassenstufen unter der Leitung von Frau Ingrid Schneider unterrichtet. Die Unterrichtsinhalte orientieren sich dabei an dem vom Fritz-Schubert Institut in Heidelberg entwickelten Unterrichtskonzept, welches das Ziel verfolgt junge Frauen und Männer in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen und sie zu zufriedenen und selbstsicheren Menschen auszubilden (Fritz-Schubert, 2008). Bestimmte definierbare Inhalte dieses Faches zielen auch darauf ab, das Selbstwertgefühl zu stärken, stabil zu machen und Schülern eine Vorstellung davon zu vermitteln, dass ihr Wert als Person unabhängig ist von ihren Eigenschaften.

Im Rahmen einer wissenschaftlichen Arbeit für das Lehramt an Gymnasien an der Universität Mannheim wurde untersucht, ob ein Zusammenhang zwischen dem Schulfach *Glück* und verschiedenen Facetten des Selbstwertgefühls von Schülern besteht.

Methode

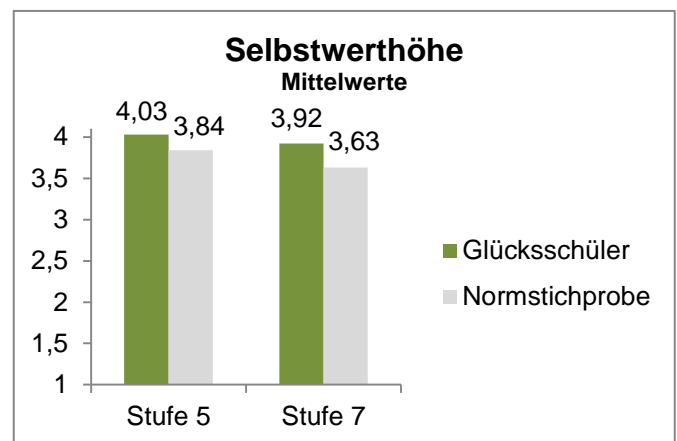
Im Frühjahr 2012 wurde am Privatgymnasium Weinheim eine Stichprobe von 124 Schülern (davon 68 aus Klassenstufe 5 und 56 aus Klassenstufe 7), die das

Schulfach *Glück* haben, mittels eines neuen Fragebogens zu Selbstwert untersucht, der aus dem „Selbstwertinventar für Kinder und Jugendliche (SIKJ)“ (Schöne & Stiensmeier-Pelster, in Vorbereitung) stammt. Auf einer 5er-Skala (von „stimmt gar nicht“ bis „stimmt genau“) sollten Schüler darüber Auskunft geben, inwieweit bestimmte Selbstbeschreibungen auf sie zutreffen. Als Vergleichsgruppe dienten die Daten der Normstichprobe des Selbstwertinventars von 444 Schülern aus Klassenstufe 5 und 549 Schülern aus Klassenstufe 7, die das Schulfach *Glück* nicht haben.

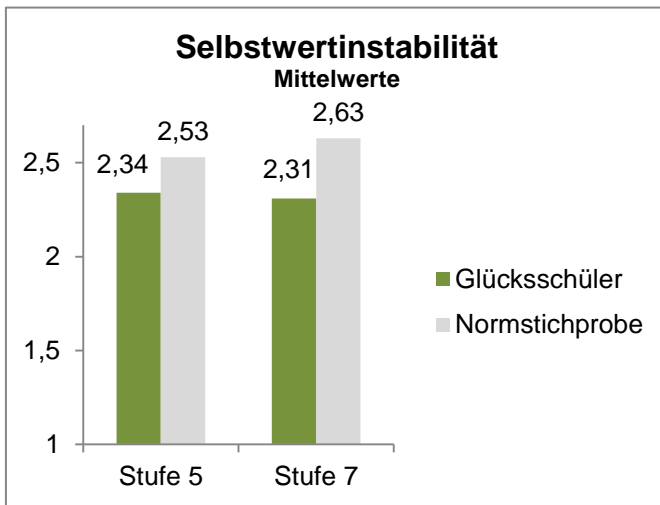
Ergebnisse

Um zu überprüfen, ob die mittleren Werte bei den Schülern, die das Schulfach *Glück* haben, höher ausgeprägt sind als in der Normstichprobe, wurden ein-Stichproben-T-Tests gerechnet.

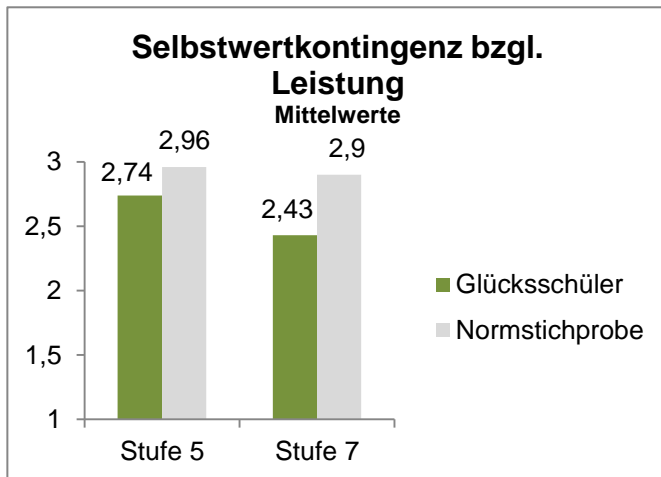
Die Befunde zeigen, dass die *Glücks*-Schüler ein signifikant höheres Selbstwertgefühl aufweisen als die Nicht-*Glücks*-Schüler der Normstichprobe. Dies gilt für Schüler der Klassenstufe 5 ($p < 0.02$), wie für Schüler der Klassenstufe 7 ($p < 0.01$).



Das Selbstwertgefühl von *Glücks*-Schülern ist aber nicht nur höher, sondern darüber hinaus auch weniger instabil als das der Nicht-*Glücks*-Schüler der Normstichprobe, d.h. es ist weniger zerbrechlich und unterliegt weniger Schwankungen. Signifikante Unterschiede ergaben sich auch hier in Klassenstufe 5 ($p < 0.05$), wie auch in Klassenstufe 7 ($p < 0.02$).



Im Hinblick auf Selbstwertkontingenzen zeigt sich, dass *Glücks*-Schüler der Klassenstufe 7 bezüglich Kompetenz signifikant weniger kontingent sind als Nicht-*Glücks*-Schüler der Normstichprobe ($p < 0.01$). Und auch bezüglich Leistung zeigen sich in Klassenstufe 7 signifikante Unterschiede zwischen den *Glücks*-Schülern und Nicht-*Glücks*-Schülern der Normstichprobe ($p < 0.001$). *Glücks*-Schüler der Klassenstufe 7 stützen ihr Selbstwertgefühl folglich in geringerem Maße auf ihre Kompetenz und in geringerem Maße auf ihre Leistung. Bei *Glücks*-Schülern der Klassenstufe 5 zeigen sich bezüglich der Selbstwertkontingenzen keine signifikanten Unterschiede.



Diskussion

In der Tat besteht ein Zusammenhang zwischen dem Schulfach *Glück* und verschiedenen Facetten des Selbstwertgefühls von Schülern. Letztendlich erfüllt die Versuchsgruppe der *Glücks*-Schüler all jene Kriterien eines optimalen Selbstwertgefühls, welche im Rahmen dieser Arbeit untersucht wurden, eher als die Schüler der Normstichprobe. *Glücks*-Schüler der Klassenstufe 5, wie Klassenstufe 7 weisen ein signifikant höheres und

stabileres Selbstwertgefühl auf als Nicht-*Glücks*-Schüler der Normstichprobe. Auch im Hinblick auf Selbstwertkontingenzen bestätigen die Befunde die Annahme, dass *Glücks*-Schüler – die bestimmte Unterrichtseinheiten behandelt haben von welchen angenommen werden kann, dass sie im Zusammenhang mit Selbstwertkontingenzen bezüglich Kompetenz und bezüglich Leistung stehen – tatsächlich bezüglich Kompetenz und Leistung signifikant weniger kontingent sind als Nicht-*Glücks*-Schüler. So zeigen sich, wie vermutet, signifikante Unterschiede in Klassenstufe 7, nicht aber in Klassenstufe 5.

Wir vermuten, dass das Schulfach *Glück* als eine Art Selbstwert-Training fungiert. Angesichts des gewählten Untersuchungsdesigns kann dies jedoch nicht zweifelsfrei belegt werden. Um hinsichtlich eines kausalen Zusammenhangs klarere Aussagen treffen zu können, müssten Folgeuntersuchungen angestellt werden, z.B. Experimente.

Obwohl die Versuchsgruppe aus Schülern eines Privatschulsystems und die Vergleichsgruppe aus Schülern staatlicher Schulen besteht, scheint es keine Hinweise darauf zu geben, dass es am Privatschulsystem neben dem Schulfach *Glück* Angebote gibt, die im Zusammenhang mit Facetten des Selbstwertgefühls der Schüler stehen könnten. Zudem besteht kein Grund zur Annahme, dass sich Schüler privater Schulen prinzipiell in ihrem Selbstwertgefühl von Schülern staatlicher Schulen unterscheiden.

Mannheim, den 02.09.13

Sarah Hess (Autorin der Zulassungsarbeit)
Prof. Dr. Oliver Dickhäuser (Betreuer)

Bei weiterem Interesse ist die wissenschaftliche Arbeit in der Bibliothek der Universität Mannheim verfügbar:

Hess, Sarah (2013): Besteht ein Zusammenhang zwischen dem Unterrichtsfach *Glück* und dem Selbstwertgefühl von Schülern?

Literaturverzeichnis

- Fritz-Schubert, E. (2008). *Schulfach Glück. Wie ein neues Fach die Schule verändert*. Freiburg: Herder.
- Harter, S. (1999). *The Construction of the Self: A Developmental Perspective*. New York: Guilford Press.
- Hattie, J. (1992). *Self-concept*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Kernis, M. H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquiry*, 14, 1–26.
- Paradise, A. W. & Kernis, M. H. (2002). Self-esteem and psychological well-being: Implications of fragile self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21, 345–361.
- Schöne, C. & Stiensmeier-Pelster, J. (in Vorbereitung). *Selbstwertinventar für Kinder und Jugendliche (SIKJ)*. Göttingen: Hogrefe.