

# Für eine Kultur des Zusammenlebens in Würde

## Der Autor

Dr. rer. nat. Dr. med. habil.  
Gerald Hüther ist Neurobiologe und Vorstand der Akademie für Potentialentfaltung.

„Die Würde des Menschen ist unantastbar“ heißt es im ersten Artikel des Grundgesetzes. Aber was bedeutet so eine Aussage, wenn Menschen sich ihrer eigenen Würde gar nicht bewusst sind? Können wir ohne einen solchen inneren Kompass jemals menschenwürdig leben?

Wenn das Leben, vor allem das Zusammenleben mit anderen, immer komplizierter wird und vieles von dem, was in der Welt geschieht, kaum noch verstehbar und erst recht nicht mehr durch eigenes Handeln beeinflussbar ist, breitet sich in jeder Gesellschaft eine zunehmende Verunsicherung aus. Ratlos suchen dann immer mehr Menschen nach Halt und Orientierung. Viele sind dann bereit, jenen zu glauben und zu folgen, die zu wissen meinen und lauthals

verkünden, worauf es jetzt ankomme. Solche Phasen allgemeiner Verunsicherung sind Umbruchphasen einer Gesellschaft. Geschickten Demagogen bieten sie die Chance, sich mit ihren einfachen Rezepten als Wiederhersteller einer verloren gegangenen Ordnung feiern und zu Anführern wählen zu lassen. Wissenschaftlich heißt das, worum es dabei geht, Komplexitätsreduktion. Die Übernahme der Macht durch einen neuen Leithammel ist zwar eine sehr alte, ursprünglich von Herdentieren entwickelte Strategie, um wieder Ordnung in eine aufgeschreckte Meute zu bringen, aber wir Menschen nutzen eine Vielfalt an Strategien zur Komplexitätsreduktion, von denen Schafe und Büffel noch nicht einmal zu träumen imstande sind. Zum Beispiel können wir den Kopf in den Sand stecken und so tun, als sei alles in Ordnung. Das machen wir dann aber nicht gleich so offensichtlich wie der Vogel Strauß, sondern ganz unauffällig auf dem Sofa vor dem Fernseher, beim Shoppen oder Surfen oder im Stadion beim Heimspiel unserer Fußballmannschaft. Verdrängung, Ablenkung, künstliche Aufregung und neuerdings auch das Abtauchen in virtuelle Welten – all das sind uns Menschen zur Verfügung stehende Möglichkeiten, um das Leben wieder einfacher und überschaubarer zu machen, wenn es zu kompliziert zu werden droht.

Dazu zählen auch alle Versuche derjenigen, die hoffen, ihr Leben werde besser überschaubar, bequemer und unkomplizierter, wenn sie sich endlich in eine einflussreiche Position emporgearbeitet haben, wenn sie genug Geld verdienen und sich nun nicht mehr mit all dem komplizierten Kleinkram des alltäglichen Lebens befassen müssen, weil sie andere dafür bezahlen können, die das für sie erledigen.

## Wir laufen ständig Gefahr, uns zu verirren

Dass wir Menschen über so viele verschiedene Möglichkeiten zur Komplexitätsreduktion verfügen, liegt daran, dass unser menschliches Gehirn offen für alles ist, was es draußen in der Welt wahrzunehmen, zu verarbeiten und zu tun gibt. Und dass dieses komplexe Gehirn aber nur dann eine bestimmte Leistung hervorbringen kann, wenn dort oben einigermaßen Ordnung herrscht. Sonst würden wir im Chaos unserer Wahrnehmungen und unserer Gedanken versinken. Deshalb ist Komplexitätsreduktion eine entscheidende Voraussetzung für ein einigermaßen funktionierendes Hirn. Allerdings gibt es intelligentere Lösungen. Denn mit der Wahl eines neuen Anführers, oder durch die Verengung des eigenen Blickfeldes, durch Verdrängung und Ablenkung, durch das Abtauchen

# Humor als Strategie und Lebensprinzip angesichts des Gelingens und Misslingens von Leben

## Was das (Schul)Leben glücklich werden lässt

### Der Autor

Ludger Hoffkamp ist Katholischer Theologe, erfahrener Religionspädagoge und arbeitet als Seelsorger, Gestaltberater (IGBW), Gestalttrainer (IIGS), Clown, Zauberer, Ballonkünstler, Jongleur sowie zertifizierter Humorcoach bei Humorcafe Deutschland-Österreich. Er wirkt als Humortrainer bei der Stiftung *Humor hilft heilen* mit (HHH, Eckart von Hirschhausen) und lebt in Ludwigsburg.

„Das Wort Schule leitet sich vom griechischen *scholä* ab, dessen Grundbedeutung mit Muse wiedergegeben werden kann“<sup>1</sup>. *Scholä* ist die Ruhebank, auf der ich in Muse die Musen betrachte. Die Musen sind die von den Bildhauern schön gestalteten Figuren, die sich die Betrachter *einbilden*. Also ist Bildung gewissermaßen *Einbildung*. Wir bilden uns etwas ein, was hinterher in Erinnerung ist und abgerufen werden kann: als Lernwissen oder Lebenswissen des oder der Einzelnen. Im Idealfall hinterlassen die Eindrücke aus dem *Museum Schule* Erinnerungen. Das bedeutet, dass sie im Inneren etwas hinterlassen. „Gelernt wird vor allem das, was uns ein bisschen unter die Haut geht“, meint der Neurobiologe Gerald Hüther.<sup>2</sup> Das Wort Muse steckt im Wort *amüsieren*. Wer sich amüsiert, entspannt sich. Und wer entspannt ist, lernt leichter. In Klassenzimmern sollte viel gelacht werden und Freude am Lernen und das lebendige, freudige Miteinander sollte ganz oben in der Rangordnung stehen. Wo gelacht wird, entstehen Vertrauen und Leichtigkeit und vor allem Freude. Oft vergeht einem das Lachen und die Freude, wenn gleich zu Beginn einer Schulstunde oder in einer Gruppe mit humorloser Stimme an den *Ernst des Lebens* erinnert wird. Der *Ernst des Lebens* beginnt bekanntlich mit dem Eintritt in die Schule. Das gibt zu denken.

Wenn ich bei Humorseminaren mit Schülerinnen und Schülern entspannt und mit Humor arbeite, sagen sie anschließend meist zu mir: „Könntest du das auch mal mit unseren Lehrern und Lehrerinnen machen?“ Wenn ich dann frage, was für sie einen guten Lehrer oder eine gute Religionspädagogin ausmache, fällt

eigentlich immer der Satz: „Wenn er oder sie Humor hat ...!“

Die Lehrkräfte, Pfarrer und Religionspädagog\*innen, an die wir uns heute noch erinnern, waren meist ein wenig *schräg*, im wahrsten Sinne des Wortes eigenartig, also wie wir sagen *komisch*.

Eine Lehrkraft, die ins Klassenzimmer hineinstolpert und über sich selbst lachen kann, tritt leichter in Beziehung zu ihren Schülern und Schülerinnen. Lehrerinnen und Lehrer, die eine gute Beziehung zu ihren Schülerinnen und Schülern aufbauen und pflegen, haben ein um 20% geringeres Risiko physisch und psychisch zu erkranken. Dies besagt eine Studie, die der Neurobiologe Joachim Bauer im Auftrag des Kultusministeriums Baden-Württemberg durchgeführt hat.<sup>3</sup> Von ihm habe ich anlässlich einer von mir gestalteten humorvollen Moderation auf einem Lehrergesundheitsstag gelernt, dass Lehrende beim Betreten eines Raumes mit Kindern ihren emotionalen Regenschirm aufspannen sollten, um die Gefühle der Anwesenden einzusammeln, damit die Beziehung besser gelingt. Gerade im Verhältnis zwischen Lehrenden und Schüler\*innen ist die Beziehungsebene grundlegend entscheidend für gelingendes Lernen. Dieses Phänomen wird von Neurobiologen als „joint attention“ bezeichnet.<sup>4</sup> Auch die vielbeachtete *Hattie-Studie*<sup>5</sup> hat gezeigt, wie wichtig die Beziehung zwischen Schüler\*innen und Lehrer\*innen im Bildungsbereich ist; sie steht bei gelingenden Lernprozessen häufig an erster Stelle.

1) Vgl. Halbfas, Hubertus: *Das dritte Auge*. Düsseldorf 1992.

2) Vgl. Hüther, Gerald: *Die Macht der inneren Bilder : Wie Visionen das Gehirn, den Menschen und die Welt verändern*. Göttingen 2011 sowie Hüther, Gerald: *Für eine Kultur des Zusammenlebens in Würde in vorliegender Ausgabe*.

3) Vgl. Bauer, Joachim: *Freiburger Schulstudie zur Lehrer\*ergesundheit*. Freiburg 2004.

4) Vgl. Bauer, Joachim: *Warum ich fühle, was du fühlst – Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneuronen*. Hamburg 2006.

5) Vgl. Hattie, John: *Visible Learning*. New York 2009.

## M8

Wir, die SMV,  
möchten euch helfen,  
denn unser Ziel ist eine Schule,  
an der sich alle  
wohlfühlen.



## M9



Wir sind als SMV angetreten, um allen Schüler\*innen zu helfen. Wir haben hier eine\*n Schüler\*in, die unsere Hilfe dringend benötigt. Wir müssen hier eingreifen und helfen, ganz gleich, ob wir bei der nächsten Wahl Stimmen verlieren oder nicht. Wir dürfen den Konflikt nicht klein reden, sondern wir müssen uns mit allen zusammensetzen und v. a. nach einer gerechten Lösung für das Opfer suchen. Es ist super wichtig, dass sich hier *alle* Schüler\*innen wohlfühlen, weil sie alle gleich wichtig sind.



So ein Streit schadet unserer SMV. Wir haben gesagt, dass wir allen Schüler\*innen helfen werden. Die Frage, die sich mir stellt, ist allerdings: Wer bringt uns mehr? Wenn wir jetzt einer/ einem Einzelnen helfen, könnte uns das bei der nächsten SMV-Wahl Stimmen kosten, weil wir eine ganze Gruppe verlieren könnten. Ich würde jetzt mal mit allen reden und beschwichtigen. Wer von uns ist nicht schon mal geärgert worden? Das gehört dazu und man lernt damit umzugehen. Das mit dem Wohlfühlen kommt dann schon irgendwie.



Ich muss zunächst festhalten, dass diese ganze Geschichte kein gutes Bild auf uns wirft. Wenn wir als SMV die Schule wirklich mitgestalten wollen, ist so eine Streiterei nur schädlich für uns. Ich denke, wir sollten alle Beteiligten bestrafen, damit sie lernen, dass sie hier nicht das Sagen haben und lernen, wo ihr Platz an unserer Schule ist. Sobald sich alle an unsere Regeln halten, werden sie sich auch wohlfühlen.

## M10 Tafelbild zur Ergebnissicherung

Würfelvorlage der Stiftung Weltethos,  
Goldene Regel in allen Religionen!

Würfel als Bastelvorlage



Bestellbar unter:

<https://www.weltethos.org/bibliothek/didaktischer-wuerfel-goldene-regel-6-religionen/>.