

Stichwort Freude

WILTRUD GIESEKE

DE FREUDE FREUDE FREUDE

Emotionen erscheinen im Allgemeinen – trotz aller gegenteiliger Belege – immer noch als Gegenspieler zur Rationalität, die seit der Aufklärung als Garant für vernunftbegabtes Denken und Handeln und wissenschaftlichen Wissenserwerb gilt. Das greift zu kurz, denn Emotionen gehören zu unserer neurobiologischen Grundausstattung (siehe Damásio, 2000, auch Fuchs, 2012) und sichern das unmittelbare Verstehen von Menschen. Sie stehen uns körperlich-psychisch zur Verfügung, unabhängig von Wissen und Kompetenz. Die neurologischen Vernetzungen im Gehirn (Fuchs, 2012) sagen nichts über die Inhalte und die sie begleitenden Emotionen aus. Sie zeigen nur die wechselseitig wirkenden Verbindungen im Leib/Körper auf. Emotionen sind nicht die zu unterdrückende dunkle Seite. Sie zeigen eher, wie das Spannungsverhältnis zwischen Emotionen und Denken bei der Verarbeitung von Wissen, von gesellschaftlichen Normen und dem Selbsterleben im Individuum und in Gruppen austariert ist. D. h., es geht eine große Dynamik von den Emotionen aus. Sie differenzieren sich aus durch kulturelle Bedingungen, Erziehungskontexte, theoretisch unterlegte Menschen- bzw. Geschlechterbilder und normative Standards und unterliegen dabei, historisch betrachtet, Veränderungen (Frevert, 2013). Diese hohe Komplexität und ihre nur begrenzt eindeutige Zugänglichkeit machen es der Forschung schwer.

Wie verhält es sich nun mit der Freude als spezifischer Emotion? Unter den 60 von Schmidt-Atzert unterschiedenen Emotionen findet sich Freude als ein Emotionsbündel neben sieben anderen (Rost, 1990, S. 41), z. B. Mitgefühl, Aggressionslust, Neid und Traurigkeit. Das Spektrum, das mit Freude verbunden wird, reicht von Zufriedenheit und Heiterkeit über Triumphgefühl bis zu Glück und Hochgefühl.¹ In den Kombinationen nach Izard sind Interesse, Freude und Überraschung miteinander verbunden (Izard, 1999, S. 252ff).



PROF. DR. WILTRUD GIESEKE

ist Seniorprofessorin der Abteilung Erwachsenenbildung/Weiterbildung am Institut für Erziehungswissenschaften der Humboldt Universität zu Berlin.

wiltrud.gieseke@cms.hu-berlin.de

¹ Dabei fehlt noch die dunkle Seite von Freude als Schadenfreude bis hin zum Sadismus (Kast 1991, S. 88ff). Izard weist, empirisch gestützt, auf eine Verbindung von Freude und Geringschätzung, ja Grausamkeit und Willkür hin (Izard, 1999, S. 295).

FREUDE

Emotionen drücken Beziehungen aus, die die Personen zu ihrer Umwelt, in diesem Fall zum Lernen und zur Bildung, eingehen. Die Wirkmächtigkeit von Emotionen kann nicht hoch genug eingeschätzt werden. Sie haben eine individuell steuernde Funktion in ihrer Beziehungsorientierung und großen Einfluss auf Lern- und Bildungsverläufe. Eine neuere Studie zum Lernen von Studierenden identifiziert eine epistemische Neugier, die mit Fachinteresse und Selbstwirksamkeit zusammenwirkt und die das Selbst quasi im »flow« lernen und arbeiten lässt: Man ist in den Lernverlauf eingebunden, d. h. mit allen Emotionen involviert (Barnat & Jänsch, 2019, S. 103, s. a. das »Tafelbild«).

Erwachsenenbildung/Weiterbildung will die Zugänge zum Lernen erleichtern, Mut machen, an schönere Teile des Alltags erinnern. Kurz: Lernen soll Spaß machen. Es soll etwas Leichtes, Witziges, nicht nur Ernstes, Getragenes aus einer anderen Welt sein. Es sollte situativer Kurzgewinn sein, nicht an Schule erinnern, aber auch keine Langeweile verbreiten. Spaß und Freude gehen aber, gerade was Bildung betrifft, auseinander. Die Annahme »Spaß haben« scheint als einzulösendes Versprechen in der Erwachsenenbildung/Weiterbildung eine Brücke zu sein, um zum eigenen Interesse zu finden und sich zu öffnen für Neues, für Veränderungen, aber auch um zu prüfen, ob man das will, was man möchte und ob dies durch Bildung zu erreichen ist. Freude ist begrifflich anders akzentuiert, Freude ist eine Emotion, die öffnet, weitergibt und ein selbstverständliches Selbstvertrauen lebt. Wenn man um der Sache willen etwas tut, etwas leistet, sich nicht fürchtet, nicht paranoid ist, nicht neidisch, sondern offen ist, dann interessiert man sich für Wissen, für Zusammenhänge und Menschen. Wenn Bildungswünsche positiv erfüllt werden, stellt sich ein freudiges, glückhaftes Gelingen ein, welches zum Weitermachen auffordert. Freude meint somit nicht nur Freude über Erfolge, über Abschlüsse oder gewonnene Erkenntnisse, sondern Freude in Flow-Prozessen, das meint sich selbstüberlassenen, freien Denk- und Aktivitätsbewegungen.

Freude tritt dann auf, wenn wir es nicht erwarten, als Ergebnis unserer Aktivitäten, wenn wir uns in etwas vertiefen und im Interesse des Gegenstands etwas leisten (Gieseke, 2016, S. 63).

Auch auf einer weniger absoluten Stufe: wenn man Neues mit altem Wissen verbinden oder ersetzen kann, wenn man einen Kompetenzgewinn erlebt und sich besser zurechtfindet. Dazu gehört aber immer auch, dass man sich einlässt, sich traut, sich auch etwas zumutet, sich Zeit nimmt und durchhält, denn in diesem Prozess des Lernens verändern sich die Gefühle immer wieder. Dazu gehört außerdem, sich nicht autoritären Strukturen passiv auszuliefern oder ihnen aus Bequemlichkeit zu folgen. Freude wirkt nicht nur temporär, sondern sie hat ausstrahlende Wirkung, um weiterzumachen, weil sie öffnet und man selbst ein inneres Wachstum spürt. Man freut sich auf etwas, man freut sich danach. Die Lebenskräfte steigen, man bleibt offen für neue Aufgaben und vor allem neugierig auf andere Menschen.



Barnat, M. & Jänsch, V.K. (2019). Forschendes Lernen und Studienerfolg: Die Bedeutung epistemischer Neugier. In G. Reinmann, E. Lübcke & A. Heudorfer (Hrsg.), *Forschendes Lernen in der Studieneingangsphase. Empirische Befunde, Fallbeispiele und individuelle Perspektiven*. Wiesbaden: Springer Fachmedien.

Damasio, A. (2000). *Ich fühle, also bin ich – Die Entschlüsselung des Bewusstseins*. München: List.

Frevert, U. (2013). *Vergängliche Gefühle*. Göttingen: Wallstein.

Fuchs, T. (2012). *Das Gehirn – ein Beziehungsorgan: Eine phänomenologisch-ökologische Konzeption*. Stuttgart: Kohlhammer.

Gieseke, W. (2016). *Lebenslanges Lernen und Emotionen. Wirkungen von Emotionen auf Bildungsprozesse aus beziehungstheoretischer Perspektive* (3. erw. Aufl.). Bielefeld: wbv Media.

Izard, C.E. (1999). *Die Emotionen des Menschen. Eine Einführung in die Grundlagen der Emotionspsychologie* (2. Aufl.). Weinheim: Beltz.

Kast, V. (1991). *Freude. Inspiration. Hoffnung*. Otten/Freiburg: Walter.

Rost, W. (1990). *Emotionen. Elixier des Lebens*. Berlin u.a.: Springer.