

**a) Wahrnehmungsfähigkeit:**

Die Erzieherinnen sind wahrnehmungsfähig gegenüber sich selbst und den spezifischen Lebenssituationen der Eltern und Familien.

**b) Verstehensfähigkeit:**

Die Erzieherinnen sind in der Lage, sich in die Perspektive der Eltern hineinzuversetzen, die jeweiligen Gründe der Eltern zu verstehen und die Strukturen, in denen Eltern handeln sowie Interaktionen, in denen Eltern stehen, nachzuvollziehen

**c) Reflexionsfähigkeit:**

Die Erzieherinnen können ihre eigene pädagogische Arbeit sowie die Begegnung mit den Eltern bzw. Familien reflektieren.

**d) Differenzierungsfähigkeit**

Die Erzieherinnen können Äußerungen und Verhaltensweisen von Eltern als Ausdruck von deren momentanen Befindlichkeit und Lebenssituation verstehen, ohne es sofort auf die eigene Situation und Person zu beziehen.

**e) Gesprächsfähigkeit:**

Die Erzieherinnen können untereinander und mit den Eltern Gespräche so führen und gestalten, dass die Beteiligten im Rahmen des Möglichen zufrieden sind und Gewinn davon haben.

**f) Gestaltungsfähigkeit:**

Die Erzieherinnen können unterschiedliche Handlungsformen miteinander verbinden und wechselseitig inte-

grieren (z. B. Feste und Feiern mit Beziehungsgestaltung und informellem Lernen).

Diese beschriebenen (Beziehungs-)Kompetenzfacetten werden als notwendige Voraussetzungen erachtet, damit Erzieherinnen in der Lage sind, Beziehungen zu Eltern professionell und aktiv zu gestalten. Hierzu kann insbesondere die Erwachsenenbildung einen förderlichen Beitrag leisten, indem speziell für diese Zielgruppe Angebote und Qualifizierungen entwickelt werden, die den Erzieherinnen ermöglichen, die beschriebenen Kompetenzfacetten für sich selbst zu entdecken, zu entwickeln und in ihre alltäglichen Praxis zu transferieren.<sup>1</sup>

**Anmerkung**

<sup>1</sup> Weiterführende Informationen, z. B. über den effektiven Aufbau eines Netzwerkes, Qualifikations- und Rollenanforderungen an die Koordinatoren oder auch die differenzierten Ergebnisse der Begleitforschung können unter <http://www.felsenweginstitut.de/Imp.html> eingesehen und kostenfrei herunter geladen werden. Dabei sei besonders auf das entstandene „Handbuch für die pädagogische Praxis“ verwiesen, in dem die gemachten Erfahrungen in Sachsen zusammengetragen und praxisrelevant aufbereitet wurden.

**Literatur**

Sächsisches Staatsministerium für Soziales (Hrsg.) (2007): „Familienbildung in Kooperation mit Kindertageseinrichtungen – Handbuch für die Pädagogische Praxis“. Großhain: Starke und Sasse.

Satir, V. (1990): „Kommunikation – Selbstwert – Kongruenz“. Paderborn: Junfermann Verlag.

## Claudia Müller, Matilde Grünhage-Monetti: Food Literacy - Selbstbestimmung und Entscheidungskompetenz im Ernährungsalltag fördern



Wer kennt die Situation nicht? Man sitzt beim Essen mit Verwandten bzw. Freunden und unterhält sich übers Essen: „Erinnert Ihr Euch an die vielen Pastagerichte mit dem leckeren Fisch, damals als ...“. Kein Wunder: Erfahrungen, die mit Essen verbunden sind, werden im limbischen System gespeichert, einer Funktionseinheit des Gehirns, die primär der Verarbeitung von Emotionen dient. Beim Thema „Essen“ können alle mitreden, denn es betrifft jeden. Darüber hinaus werden Emotionen aktiviert, was beim Lernen eine große Rolle spielt (Illeris 2003). Aus diesem Grund eignet sich das Thema Essen besonders gut zur Schaffung eines angenehmen Klimas überall da, wo Menschen zusammentreffen – gleich aus welchem Kulturkreis, welcher sozialen Schicht und welchen Alters. Dies gilt auch für Veranstaltungen der Erwachsenenbildung. Gleichzeitig besteht bei der Ernährungskompetenz in der Bevölkerung ein großes Defizit, was unter anderem an der zunehmenden Fehlernährung, insbesondere sozial benachteiligter Gruppen, immer deutlicher wird. Das Projekt Food Literacy verbindet diese bei-

den Aspekte mit dem Ziel, Ernährung als Querschnittsthema in der Erwachsenenbildung zu etablieren.

**Ziel und Ansatz von Food Literacy**

Die ursprüngliche Bedeutung von Literacy in der Erwachsenenbildung bezieht sich auf die Fähigkeit, lesen und schreiben zu können. In der komplex gewordenen und immer komplexer werdenden Postmoderne stellt Literacy eher ein Deutungsinstrument dar als eine Fertigkeit. „A tool for making meaning“ definiert sie auf prägnante Weise die australische Forschung (Lonsdale, McCurry 2004). Es ist also ein Instrument, um sich selbst und dem eigenen Umfeld Sinn zu geben, und das es Menschen ermöglicht, am „kulturellen, gesellschaftlichen und politischen Leben teilzunehmen“ (Schlegel-Matthies 2005, S. 51).

Um diesen Anforderungen Rechnung zu tragen, spricht man daher von „multiple literacies“ wie computer literacy, health literacy, environmental literacy, con-

sumer literacy. Gemeint ist mit Literacy die Fähigkeit, schriftliche und nicht schriftliche „Texte“ zu „lesen“, mit Informationen und neuen, sich ständig weiter entwickelnden Technologien umzugehen und sich kritisch damit auseinander zu setzen.

In diesem Sinne ist auch Food Literacy zu verstehen. Nach der Definition ist „Food Literacy die Fähigkeit, den Ernährungsalltag selbstbestimmt, verantwortungsbewusst und genussvoll zu gestalten“. Es geht also nicht nur darum, Lebensmittel zu kennen und damit umgehen zu können, sondern auch um das Verständnis der Zusammenhänge beim Ernährungshandeln. Wichtig dabei ist auch, das „Genießen können“ mit zu berücksichtigen.

Food Literacy will zur Selbstbestimmung beim Ernährungshandeln befähigen (siehe Übersicht 1). Im Sinne von Empowerment gehört hierzu eine angemessene Entscheidungskompetenz, z. B. beim Umgang mit dem Überangebot an Lebensmitteln oder mit den zahllosen Ernährungsempfehlungen. Im weitesten Sinne zählt auch die Vermittlung bzw. Erweiterung von Basisfertigkeiten dazu, wie die Zubereitung von Mahlzeiten aus frischen Lebensmitteln, möglichst entsprechend der Saison.

### Bildungsziele des Projekts Food Literacy

**Bildungsziel 1:** Eine Person gestaltet ihren Ernährungsalltag selbstbestimmt. Dazu gehört, dass sie

- ihr Essverhalten bewusst wahrnimmt und es im Zusammenhang mit ihrer Lebensgeschichte versteht,
- soziale, kulturelle und historische Einflüsse auf das Essverhalten kennt und ihre Wirkung versteht,
- über Ernährung und Lebensmittel ausreichend Bescheid weiß und Aussagen von Medien und Experten kritisch hinterfragen kann,
- ihre persönlichen Ernährungsbedürfnisse kennt und
- in der Lage ist, eine für sich selbst wohlthuende Ernährungsweise zu gestalten.

**Bildungsziel 2:** Eine Person gestaltet ihren Ernährungsalltag verantwortungsbewusst. Dazu gehört, dass sie

- die Bedeutung der Ernährung für die eigene Gesundheit, die Umwelt und die Gesellschaft erkennt und die jeweiligen Zusammenhänge versteht,
- über die Erzeugung, Verarbeitung, den Transport und die Entsorgung von Lebensmitteln Bescheid weiß,
- die Zusammensetzung von Lebensmitteln kennt und ihre Qualität beurteilen kann,
- in der Lage ist, geeignete Produkte im Rahmen ihres Haushaltsbudgets vernünftig auszuwählen sowie
- Konsumententscheidungen qualitätsorientiert trifft und einen nachhaltigen Lebensstil entwickelt.

**Bildungsziel 3:** Eine Person gestaltet ihren Ernährungsalltag genussvoll. Dazu gehört, dass sie

- selbst spüren kann, was ihr gut tut und Genuss bereitet,
- bewusste sinnliche Wahrnehmung und vielfältige Geschmackserfahrungen als Voraussetzung für Genuss erkennt,

- Kochen und Essen als Bereicherung des Alltags erlebt und wertschätzt,
- den Umgang mit Nahrung als elementaren Bestandteil jeder menschlichen Kultur erkennt und
- anderen Esskulturen offen gegenübersteht.

### Der Ernährungsalltag: Steigende Anforderungen, sinkende Kompetenzen

Essen spielt eine zentrale Rolle im menschlichen Leben, doch für immer mehr Menschen wird es zunehmend schwieriger, ihren Ernährungsalltag zu bewältigen. Sich verändernde Familienstrukturen und Arbeitsformen sowie ein geringeres Zeitbudget für die Verpflegungsarbeit stellen neue Anforderungen dar. Die stetig wachsende Vielfalt an Lebensmitteln und Serviceangeboten in der Außer-Haus-Verpflegung fordern laufend Entscheidungen vom Konsumenten. Gleichzeitig verunsichern die zum Teil verwirrenden und widersprüchlichen Ernährungsinformationen den Verbraucher (Eberle et al.1999).

Diesen wachsenden Anforderungen an den Ernährungsalltag stehen sinkende Ernährungskompetenzen gegenüber (Hayn u. a. 2005). Repräsentative Befragungen zeigen: Je jünger und kleiner die Haushalte, desto geringer sind die Kochkenntnisse (Stiess u. Hayn 2005). Kinder und Jugendliche werden immer weniger an der Versorgungsarbeit der Familie beteiligt (Meier 2004). Das geringere Zeitbudget und veränderte Rollenmuster erschweren offensichtlich die Weitergabe von ernährungsrelevanten Kenntnissen und Fertigkeiten im Elternhaus (Eberle u. a. 2005).

Die Abnahme der Ernährungskompetenz trifft nicht nur auf junge Menschen zu. Dies gilt insbesondere für sozial benachteiligte Personengruppen (Lehmkuhler 2002). Gerade diese Menschen werden bei der Ernährungsaufklärung kaum erreicht. Die zunehmende Fehler-nahrung in sozial benachteiligten Schichten (siehe Nationale Verzehrsstudie II, Max Rubner-Institut 2008) ist hierfür ein Anzeichen.

### Food Literacy als Chance in der Erwachsenenbildung

Die Diskrepanz zwischen wachsenden Anforderungen und sinkenden Kompetenzen spürt nahezu jeder in seinem Ernährungsalltag. Ihre Konsequenzen betreffen allerdings zunehmend auch die Gesellschaft. Daraus ergibt sich eine Chance für die Erwachsenenbildung: Essen und alles, was damit zusammenhängt, wird zum „bildungswürdigen“ Thema. An dieser Stelle setzt das Projekt Food Literacy an.

Food Literacy versteht sich als Beitrag zu einer Ernährungskultur, die auf Nachhaltigkeit, individuelle Selbstbestimmung und Freude am Essen setzt. An dem Projekt, das durch das Programm SOCRATES-GRUNDTVIG der Europäischen Kommission von 2005 bis 2007 gefördert wurde, waren aus neun verschiedenen europäischen Ländern zwölf Institutionen aus den Bereichen

Erwachsenenbildung, Verbraucherschutz und Ernährungswissenschaft beteiligt. Die Projektkoordination lag beim österreichischen Weiterbildungsinstitut BEST (Institut für berufsbezogene Weiterbildung und Personaltraining GmbH, Wien) und der Initiative Geschmacksbildung in Kooperation mit Slow Food Wien. Der aid infodienst Verbraucherschutz, Ernährung, Landwirtschaft e. V. in Bonn hat maßgeblich an der Entwicklung der Materialien mitgearbeitet und ist verantwortlich für die Bekanntmachung des Projektes in Deutschland.

Zentrales Anliegen von Food Literacy ist es, Teilnehmende für das Thema Essen zu sensibilisieren. Es geht nicht primär um Ernährungserziehung, also darum, „gesunde Ernährung“ zu thematisieren. Vielmehr will Food Literacy dazu anregen, das Thema Essen als „Vehikel“ zu nutzen, um beispielsweise kulturelle und soziale Unterschiede zu überwinden oder Gruppenprozesse positiv zu gestalten. Dies bietet sich z. B. in Sprachkursen mit MigrantInnen an. Gleichzeitig kann das Thema Essen mit seinen emotionalen Komponenten motivieren und nachhaltigen Lernerfolg bringen. Als erwünschter Nebeneffekt wird dabei das Bewusstsein für Ernährung gefördert.

Ernährung wird normalerweise nur in speziellen Kursen und meistens im Zusammenhang mit Gesundheit thematisiert. So erreicht man aber nur bereits Interessierte. Dem Thema sollen keine eigene Veranstaltungen gewidmet werden, sondern es geht darum, unabhängig von Veranstaltungsform und -thema „Ernährung“ zu thematisieren und so zu einer „kulinarischen Kompetenzentwicklung“ beizutragen. Mit Hilfe von Food Literacy soll das Thema „Essen“ in ein breites Spektrum von Angeboten der Erwachsenenbildung gelangen, z. B. in Alphabetisierungskurse, Integrationsmaßnahmen, Sprachkurse oder Angebote zur politischen Bildung. Dadurch lassen sich auch Menschen erreichen, die zunächst kein Interesse am Thema Ernährung haben. Da es um das Essen und nicht in erster Linie um gesunde Ernährung geht, können sie sich unbeschwert auf das Thema einlassen.

## Handbuch und Toolbox zum kostenlosen

### Download

Im Rahmen des EU-Projekts wurde unter dem Titel „Schmackhafte Angebote für die Erwachsenenbildung und Beratung“ ein Handbuch mit einer Toolbox erarbeitet, das auf der Internetseite [www.food-literacy.org](http://www.food-literacy.org) zum kostenlosen Download in acht verschiedenen Sprachen zur Verfügung steht. In dem Handbuch wird das Konzept von Food Literacy erläutert, und der heutige Ernährungsalltag und die Dimensionen der Ernährung werden dargestellt. Die Toolbox enthält 25 Methoden für die konkrete Kursgestaltung sowie hilfreiche Tipps für die Vermittlung von Food Literacy (siehe Übersicht 2). Die Bandbreite der Einsatzmöglichkeiten reicht von Anregungen für das Kennenlernen der Teilnehmenden bis zu umfassenden Vorschlägen für längere Kurseinheiten. Die Methoden sind teilweise sinnlich orientiert (z. B. „Mit den Ohren essen“), umfas-

sen aber auch Exkursionen oder die intensive Beschäftigung mit der eigenen Essbiografie.

## Beispiele für Food-Literacy-Tools aus dem Handbuch

### „Bilder und Sprüche zum Thema Ernährung“

#### Lernziele:

- Kennenlernen und Ausdrücken der eigenen Einstellungen zu Gerichten, Lebensmitteln bzw. Ernährung allgemein
- Vielfalt der verschiedenen Zugänge und Bilder wahrnehmen, die es in der Gruppe gibt

#### Beschreibung:

Bilder von Speisen, Lebensmitteln oder Mahlzeitsituationen und/oder Karten mit Sprüchen und Aussagen zur Ernährung werden verteilt. Die Teilnehmenden wählen je ein Bild bzw. Karte. Sie stellen sich damit der Reihe nach der Gruppe vor und beantworten dabei folgende Fragen: „Warum habe ich dieses Bild bzw. diese Karte gewählt?“ „Was spricht mich darauf besonders an oder stößt mich besonders ab?“

#### Variante

Bilder und Karten durch einen Korb mit verschiedenen Lebensmitteln ersetzen

Trainingsphase: Einstieg/Kennenlernen

Material: Bilder z. B. aus Illustrierten ausschneiden, Karten mit Sprüchen und Aussagen

Gruppengröße: bis 15 Personen, bei größeren Gruppen gegenseitiges Vorstellen als Kleingruppenarbeit

Dauer: ca. 30 Minuten je nach Gruppengröße

## In der Praxis erfolgreich getestet

Die Methoden von Food Literacy wurden in Pilotprojekten getestet und mit Praktikern aus der Erwachsenenbildung diskutiert. Es herrschte Konsens darüber, dass Food Literacy ein wichtiges Querschnittsthema ist, das sich in viele Bildungsangebote integrieren lässt. Dabei bestätigte sich, dass der Ansatz von Food Literacy insbesondere für bildungsferne Gruppen wie manche Arbeitssuchende oder für MigrantInnen geeignet ist. Vor allem bei multikulturell zusammengesetzten Gruppen wurde die Auseinandersetzung mit dem Thema Essen zu einem gemeinsamen Nenner und trug zum Abbau von Barrieren bei. Manche der Teilnehmenden erfuhren erst hier, dass genussvolles Essen gerade in Krisenzeiten zum Erhalt der Leistungsfähigkeit und des Selbstwertgefühls beitragen kann. Die Übungen aus dem Handbuch eignen sich insbesondere als Einstieg in ein Thema oder zur Auflockerung für zwischendurch. Die Kursteilnehmenden bauen dadurch Hemmungen ab und kommen danach besser miteinander ins Gespräch.

Dies zeigten z. B. die Pilotprojekte in Österreich und Deutschland, wo die Materialien mit unterschiedlichen Zielgruppen getestet wurden. In einem Qualifizierungskurs für Arbeitssuchende in Wien lernten die Teilnehmenden



den den Umgang mit dem Computer, indem sie ein Kochbuch mit ihren Lieblingsspeisen zusammenstellten. Zugleich reflektierten sie, wie genussvolles Essen in Krisenzeiten zum Erhalt der Leistungsfähigkeit und des Selbstwertgefühls beitragen kann.

In einem anderen Pilotprojekt – einem Deutschkurs für Migrantinnen – berichteten die aus sieben verschiedenen Ländern in Osteuropa, Asien und der Karibik stammenden Teilnehmerinnen über ihre Essgewohnheiten in ihrer Heimat und wie sich diese in Deutschland veränderten. Sie reflektierten ihre Essgewohnheiten und Esskultur und übten damit gleichzeitig in Grammatik Präsens und Imperfekt. Die Kursstunde empfanden sie als eine gelungene Einheit, die den interkulturellen Austausch förderte.

### Food Literacy – ein Ausblick

Das EU-Projekt ist seit September 2007 beendet. In Deutschland geht es jetzt darum, Food Literacy in der Erwachsenenbildung noch weiter bekannt zu machen und die Materialien weiter zu entwickeln. Hierzu besteht ein enger Kontakt und Austausch zwischen dem aid infodienst

und dem Deutschen Institut für Erwachsenenbildung (DIE). Der aid wird das Food-Literacy-Handbuch mit den Übungen überarbeiten und neu herausgeben. Für weitere Aktivitäten sind jedoch zusätzliche Mittel notwendig, da die EU-Förderung letztes Jahr endete. Von Seiten des aid wird zur Zeit geprüft, wo weitere Fördergelder beantragt werden können. Die Dr. Rainer Wild-Stiftung finanzierte bereits im Juni 2008 einen Workshop mit Praktikern aus der Erwachsenenbildung zur Weiterentwicklung der Materialien und zur Entwicklung eines Konzepts für „Train-the-Trainer-Seminare“. Interessierte KursleiterInnen sollen mit diesem Seminar auf die Ziele und Arbeitsweise von Food Literacy eingestimmt werden. Geplant ist zudem eine Evaluierung der Methoden in der Praxis.

#### Literatur

- Eberle, Ulrike; Fritsche, Uwe R.; Hayn, Doris et al. (2005): Nachhaltige Ernährung: Ziele, Problemlagen und Handlungsbedarf im gesellschaftlichen Handlungsfeld Umwelt-Ernährung-Gesundheit. Diskussionspapier Nr. 4., Hamburg
- Hayn, Doris; Empacher, Claudia; Halbes, Silja (2005): Trends und Entwicklungen von Ernährung im Alltag. Ergebnisse einer Literaturrecherche. Institut für sozial-ökonomische Forschung, Frankfurt unter [www.isoe.de/reloadisoe.htm?personal/dhpers.htm](http://www.isoe.de/reloadisoe.htm?personal/dhpers.htm)
- Illeris, Knud (2003): Towards a contemporary and comprehensive theory of learning. In: International Journal of Lifelong Education, H. 4, S. 396–406
- Lehmkuhler, Stephanie (2002): Die Gießener Ernährungsstudie über das Ernährungsverhalten von Armutshaushalten (GESA): qualitative Fallstudien. Dissertation Gießen. <http://geb.uni-giessen.de/geb/volltexte/2002/825/pdf/do20125.pdf>
- Lonsdale, Michele; McCurry, Doug (2004): Literacy in the new millennium. <http://www.ncver.edu.au/research/proj/nr2Lo2.pdf>
- Max Rubner-Institut (2008): Nationale Verzehrsstudie II. Ergänzungsband zum Ergebnisbericht, Teil 1. Karlsruhe, <http://www.was-esse-ich.de/uploads/media/Ergaenzungsbericht.pdf>
- Meier, Uta (2004): Zeitbudget, Mahlzeitenmuster und Ernährungsstile. In: DGE (Hrsg.): Ernährungsbericht. Bonn, S. 72–94
- Schlegel-Matthies, Kirsten (2005): Ernährungs- und Verbraucherbildung in der Reform. In: Verbraucherzentrale Bundesverband e. V. (Hg.): „PISA“ in der Verbraucherbildung. Sind wir alle Konsum-Analphabeten? Schriftenreihe des Verbraucherzentrale Bundesverbandes zur Verbraucherpolitik, Band 3. Berliner Wissenschafts-Verlag: Berlin, S. 49–54
- Stiess, Immanuel; Hayn, Doris (2005): Ernährungsstile im Alltag. Ergebnisse einer repräsentativen Befragung. Diskussionspapier Nr. 5, Frankfurt

## Wolfgang Wesenberg: Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung in Berlin-Brandenburg mit Weiterbildungspreis des Landes ausgezeichnet

Der Minister für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg hat die Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung am 25.06.2008 mit dem 2. Platz des Weiterbildungspreises ausgezeichnet. Damit wurde das Konzept von Schulungen von Präsenzpersonen für unterschiedliche Kulturorte gewürdigt, das die EAE entwickelt hat und in den Brandenburger Landkreisen durchführt.

In diesen mehrtägigen Kursen reflektieren ehrenamtlich und geringfügig Beschäftigte ihre Rolle als Ansprechpartnerinnen und Aufsichten in Kirchen, Museen, Heimatstuben usw. und die jeweiligen Erwartungen der Besucherinnen und Besucher. Bei den Seminaren, die jeden Tag an einem anderen Kulturort stattfinden, entdecken die Teilnehmenden die jeweiligen Eigenarten ihres Wirkungsortes durch den Vergleich mit den jeweils an-