Feuerwärts

Förderung der überfachlichen Kompetenzen bei Schülerinnen und Schülern durch das Kochen draussen mit und über dem Feuer

Abschlussarbeit Nachdiplomstudium Erlebnispädagogik

Planoalto, Untereggen in Kooperation mit
Curaviva Weiterbildung, Luzern

Eingereicht von Andrea Steinmann-Everts
Oberrohrdorf, Juli 2014

1. Vorwort

«Viele Kinder sind unruhig, weil sie zu wenig draussen sind. Immer mehr Kinderärzte in den USA verschreiben deshalb als Beruhigungsmittel ‹Natur›.»[1]

Solche Schlagzeilen in Fachzeitschriften sind keine Seltenheit mehr. Sie stimmen nachdenklich und machen einem bewusst, dass die ‹Natur-Defizit-Störung› vielleicht nicht nur ein Hirngespinst ist, sondern tatsächlich existiert, wie bereits an verschiedenen Orten postuliert wird. Lehrpersonen stellen fest, dass die Schüler und Schülerinnen nicht mehr ruhig sitzen können und Ritalin ein Alltagsmedikament wird. Die Kinder und Jugendlichen verbringen immer weniger Zeit in der freien Natur, ihr sinnlicher Wahrnehmungshorizont wird kleiner und das mindert den Reichtum ihrer Erfahrungen. Sie bewegen sich in einer Welt, die je länger je mehr in virtuellen Räumen stattfindet. Doch die Natur kann nicht virtuell nachgebildet werden. Bei einem Feuer im Wald sitzend sind die Sinneseindrücke so vielschichtig und komplex, dass sie sich nicht nachbilden oder ersetzen lassen. Wo sonst werden die Sinne gleichzeitig so vielfältig angesprochen - riechen, fühlen, hören, sehen, schmecken?
Wie verschiedene Forschungsergebnisse beweisen, wirken vielschichtige Sinneserfahrungen bei Kindern nachhaltig auf Motivation, Lernverhalten und Kreativität aus. In vielen Studien wurde nachgewiesen, dass Kinder, die oft in der Natur sind, sich bei Problemlösungen flexibler und ideenreicher verhalten. Ihre Aufmerksamkeit und ihre Sozialkompetenzen sind höher, sie haben ein besseres Selbstwertgefühl, sie haben Erfolgserlebnisse und sind kooperativer. Es besteht ein direkter Zusammenhang zwischen der mentalen und körperlichen Gesundheit und positiven Naturerlebnissen. Die Erlebnispädagogik ermöglicht den Kindern und auch Erwachsenen solche Erfahrungen, um ihre Selbst- und Sozialkompetenzen zu fördern. Sie will die Schüler und Schülerinnen die Natur spüren lassen, sei das der kitzelnde Sonnenstrahl, das Nass des Regens, die Wärme des Feuers oder die Kälte der Nacht. Nicht Action steht im Zentrum, sondern Erlebnisse und Erfahrungen, die gemacht werden können, wenn der übliche Rahmen verlassen wird, wenn man sich aufmacht Neues zu entdecken. «Die Erlebnispädagogik will Herausforderungen anbieten und subjektive Grenzen überschreiten.»[2]

Ich möchte mit dieser Arbeit Lehrpersonen ermutigen, vermehrt mit Schülern und Schülerinnen nach draussen zu gehen, der Natur-Defizit-Störung entgegenzuwirken und die Natur zu ‹nutzen›, um die überfachlichen Kompetenzen zu fördern, die in den letzten Jahren auch in der Schule stärker in den Fokus geraten sind.

---

[1] Arnold 2014, S.29

[2] Michl 2009, S.40f.

2. Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort 2

2. Inhaltsverzeichnis 3

3. Einleitung 4

4. Erlebnispädagogik - was ist das? 5

5. Lernvoraussetzungen anhand des Lernzonenmodells 6

5.1 Das Lernzonenmodell 6

6. Entwicklungspsychologische Aspekte 8

6.1 Erik Homburger Erikson (1902-1994) 8

6.2 Lew Semjonowitsch Wygotski (1896-1934) 9

7. Die überfachlichen Kompetenzen 10

8. Warum die Methode ‹Kochen›? 13

9. Konkrete Umsetzungsvorschläge 15

9.1. Potpurri 17

9.2. Step-by-step 18

9.3. Freestyle 19

9.4. Ego-Kochen 20

9.5. Themenkochen 21

9.6. Budgetkochen 22

9.7. Hirtenofen 23

10. Zusammenfassung und Auswertung 24

11. Quellenverzeichnis 26

3. Einleitung

Die Schule hat je länger je deutlicher die Aufgabe, die überfachlichen Kompetenzen der Schüler und Schülerinnen zu fördern und zu beurteilen. Wie diese Förderung konkret geschehen kann, dazu sind die Anregungen beschränkt. An den Fachhochschulen werden kaum Kurse angeboten, der Lehrplan schweigt und auch in den gängigen Zeitschriften findet man wenig Ideen. Die Erlebnispädagogik jedoch bietet eine breite Palette an Möglichkeiten um die überfachlichen Kompetenzen zu fördern und zu beobachten. Häufig wird Erlebnispädagogik mit Spektakulärem, Extremem und Action in Verbindung gebracht. Lehrpersonen suchen aber eher methodische Anregungen, die sie ohne allzu grossen zeitlichen, personellen und finanziellen Aufwand in ihren Schulalltag integrieren können.[3]

Am Beispiel des draussen über und mit dem Feuer Kochens zeige ich exemplarisch auf, dass die überfachlichen Kompetenzen durch erlebnispädagogische Methoden gefördert werden können. Alle anderen Elemente und Möglichkeiten, welche die Erlebnispädagogik bietet um überfachliche Kompetenzen zu fördern, lasse ich bewusst weg.
Um draussen Kochen zu können braucht man nicht viel. Etwas Zeit, Kochzutaten, ein Feuer und, je nach Menü, einen oder mehrere Töpfe und schon kann es losgehen.

Kochen verbindet Völker, Generationen, Kulturen und Sprachen.
Kochen macht unabhängig.
Kochen fördert die Gemeinschaft.
Kochen überwindet Grenzen und Unterschiede.
Kochen - das geschieht auf der ganzen Welt.
Alle Völker haben ihre Art, Nahrung zuzubereiten.
Kochen ist eines der ältesten und lebenswichtigsten Handwerke.
Kochen wird von Generation zu Generation weitergegeben.
Kochen kann man alleine, zu zweit oder in Gruppen.
Männer kochen, Frauen kochen und Kinder kochen.
Kleine Kinder wollen mithelfen, machen selbständig erste Versuche.
Am Kochen kommt niemand vorbei.
Kochen zu können bedeutet Selbständigkeit, sich selber versorgen können, für sich selber sorgen können.

Will man draussen Kochen, beginnt die Förderung beim Feuer machen. Ein Feuer zu machen, ein Feuer am Leben zu erhalten, geschieht nicht, indem man nichts tut. Alle sind aufgefordert zum Feuer zu schauen. Man muss kommunizieren, koordinieren, ist aufeinander angewiesen - und schon steht man mitten im Thema, die überfachlichen Kompetenzen durch das Kochen draussen zu fördern.

---

[3] vgl. Gilsdorf 2010, S.13

4. Erlebnispädagogik - was ist das?

Die Erlebnispädagogik wird in der Volksschule oft nur am Rande wahrgenommen. Sie hat ihre Wurzeln in der Reformpädagogik, bei der handlungsorientiertes Lernen und Selbsttätigkeit im Zentrum steht. Erlebnispädagogik ist keine neuartige Erscheinung, aber eine immer noch innovative und erfolgreiche pädagogische Methode.
Grundlegende Ziele der Erlebnispädagogik sind die Bildung und Stärkung der Selbst- und Sozialkompetenzen, die Reifung der Persönlichkeit und die Übernahme von Verantwortung. Wenn Menschen Verantwortung übertragen bekommen, fühlen sie sich ernst genommen, werden sie aktiv und spüren, dass sie gebraucht werden. In der Erlebnispädagogik verlässt man die bekannten Räume, bricht auf zu neuen Orten. Damit werden auch gruppendynamische Strukturen aufgebrochen, Statusunterschiede verlieren ihre Wichtigkeit.[4] In diesem neuen Umfeld, an diesem neuen Ort werden die Sinne offen für neue, unbekannte Wahrnehmungsimpulse. Der Erfahrungshorizont erweitert sich, neue Handlungsmöglichkeiten öffnen sich und Ursache und Wirkung des Handelns werden direkt erlebt.

«Lernen, wie man einer Herausforderung begegnet, wie man Feedback bekommt, wie man sich dem kooperativen Lernen anpasst, sowie die verbesserte Selbstregulation bezüglich der eigenen Fähigkeiten und Stärken scheinen über das Naturerlebnis hinaus eine andauernde Wirkung zu haben.»[5]
Im Buch ‹Lernen sichtbar machen› postuliert John Hattie, die Erlebnispädagogik gehöre zu den wenigen Bereichen im Bildungswesen, die einen langfristigen, positiven Effekt haben. Vor allem in der Führungsstärke, im Selbstkonzept, in der Persönlichkeit, in den Problemlösungsfähigkeiten sowie im kooperativen und sozialen Lernen sind deutliche Fortschritte zu beobachten. Besonders ist, dass sich die positiven Auswirkungen addieren, wenn mehrere erlebnispädagogische Arbeiten durchgeführt werden. Bei anderen pädagogischen Interventionen hingegen ist das, laut Hattie, selten zu finden. Einen Grund sieht er darin, dass bei erlebnispädagogischen Interventionen das unmittelbare Feedback sehr präsent ist.

Im gemeinsamen Erleben lernen die Menschen ihre eigenen Stärken und Schwächen kennen und akzeptieren. Die Kinder und Jugendlichen lernen einander schätzen und unterstützen, sie finden einen Platz in der Gemeinschaft und entdecken Freude am Miteinander. Die Kinder und Jugendlichen müssen Hindernisse überwinden, wagen sich an Neues, Unbekanntes, nehmen Herausforderungen an. Immer wieder werden von ihnen Entscheidungen gefordert, deren Konsequenzen sie tragen und durchhalten müssen. Kreative Lösungen sind gefragt. Kurz: Erlebnispädagogik bietet Schülern und Schülerinnen die Möglichkeit, verborgene Kompetenzen zu entdecken, unbekannte Fähigkeiten zu entfalten und sich für die Mitschüler und Lehrpersonen neu erfahrbar zu machen.

---

[4] vgl. Michl 2009, S.38

[5] Hattie 2013, S.187

5. Lernvoraussetzungen anhand des Lernzonenmodells

«Was der Mensch nicht von Natur aus kann oder durch Reife- und Entwicklungsprozesse an Fähigkeiten, Fertigkeiten und Verhaltensdispositionen erhält, muss er von Beginn seines Lebens an aus Interaktionen mit seiner Umwelt lernen!»[6]

Im Alltagsgebrauch verbinden wir mit dem Wort ‹Lernen› vor allem das Aneignen von Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten. Lernen ist ein Prozess, der ständig durchlebt wird, manchmal bewusst und gezielt, oft aber auch beiläufig. Lernpsychologisch wird dieser Prozess zum relativ dauerhafte Erwerb von Erlebens- und Verhaltensweisen aufgrund von individuellen Erfahrungen in und mit der Umwelt als ‹Lernen› bezeichnet. Dieser befähigt, auf Grund früherer Erfahrungen situationsangemessen zu reagieren.[7]
Die Basis für das Lernen und Arbeiten in der Erlebnispädagogik, bildet das Lernzonenmodell. Dieses Modell ist auf Lew Wygotski zurückzuführen und wurde von Nadler und Luckner weiterentwickelt.[8]

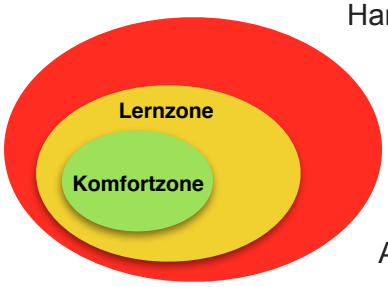
5.1 Das Lernzonenmodell

Die Komfortzone

Die Komfortzone ist ein imaginärer, individueller Ort in dem sich der Einzelne wohl, geborgen und sicher fühlt. Hier läuft alles ohne bedeutende Herausforderungen ab. Alltägliche Tätigkeiten, bekannte Menschen und das Verhalten nach vertrauten, meist unterbewussten Bezugsrahmen kennzeichnen diese Zone. Die ‹Grösse› der Komfortzone ist bei jedem Menschen unterschiedlich.

Lernzone

In der Lernzone befinden sich Aufgaben und Situationen, die über das Gewöhnliche hinausgehen. Es werden besondere, ungewohnte Herausforderungen gestellt, die die bestehenden Handlungsmuster erweitern, in Frage stellen oder modifizieren können. Diese Zone ist nicht immer komfortabel; sie ist fremd, aber sie wirkt auch stimulierend. Neugier und Vorsicht halten sich in dieser Zone oft die Waage. Mit etwas Mut und Überwindung kann hier Lernen stattfinden. Lernen in diesem Sinn ist ein Ausweiten und Wachsen über die Komfortzone hinaus.



[6] Wiater, 2007, S.19

[7] vgl. Becker-Carus 2004, S.314

[8] Luckner, John L. & Nadler, Reldan S.: Processing the Experience: Strategies to Enhance and Generalize Learning. Dubuque, Iowa 1997

Panikzone

In der Panikzone dominieren Angst, Panik und Überforderung, die das Lernen verhindern und zu Frustration und Rückzug führen. Es setzt eine Blockade ein. Die Bewältigung von Aufgaben ist nicht oder kaum mehr möglich. «In diesem Bereich können wir nicht lernen, sondern bleiben immer nur frustriert. Alles, was darin liegt, ist unserer Persönlichkeit zu fern und zu fremd und nicht zu bewältigen.»[9]

Die Menschen erleben ständig neue, ihnen unbekannte Situationen, in denen die vertrauten Bezugsrahmen und die vorhandenen Verhaltensmodelle ineffektiv werden. Solche Situationen lösen Unbehagen aus, führen die Menschen an die Grenzen ihrer Handlungsmöglichkeiten heran und verursachen Überraschung, Enttäuschung, Verwirrung, Frustration und Angst. Wer durch Erfahrungen wachsen, lernen und neue Fertigkeiten erwerben will, muss sich den Unannehmlichkeiten und Herausforderungen stellen. «Die Erlebnispädagogik führt Menschen aus ihrem Komfortbereich in das Lernfeld des subjektiven Risikos.»[10] Dadurch wird die Komfortzone ausgedehnt. Die Menschen gewinnen neue Erkenntnisse und Erfahrungen, sie werden flexibler, und beginnen Situationen aus einer neuen Perspektive zu sehen. Es ist der einzige Weg, die persönliche Komfortzone zu erweitern und dadurch selbstbewusster und kompetenter zu werden.

[9] Senninger 2000, S.26

[10] Zuffellato & Kreszmeier 2007, S.168

6. Entwicklungspsychologische Aspekte

6.1 Erik Homburger Erikson (1902-1994)

Erik H. Erikson beschreibt die Entwicklung der Identität, die sich im Spannungsfeld zwischen den Bedürfnissen und Wünschen des Kindes und den sich permanent verändernden Anforderungen der Umwelt, entwickelt. Er geht davon aus, dass die menschliche Entwicklung nach inneren Entwicklungsgesetzen abläuft. Laut Erikson entfaltet sich die Persönlichkeit eines Menschen in acht Phasen, die jeder Mensch im Laufe seines Lebens durchlaufen sollte. Die Reihenfolge ist durch die Genetik festgelegt, unumkehrbar und universal. Die vorangegangenen Phasen bilden das Fundament für die kommenden und die gesammelten Erfahrungen werden verwendet, um neue Identitätskrisen zu bewältigen. Sie bauen aufeinander auf und stehen in ständiger Wechselwirkung zwischen Erb- und Umwelteinflüssen (epigenetisches Prinzip). Erikson formuliert für jede psychosoziale Phase der Ich-Entwicklung bestimmte Entwicklungsaufgaben. Ich beschränke mich auf die zwei Entwicklungsstufen, die bei Kindern und Jugendlichen im Schulalter zentral sind.

Stufe 4: Werksinn versus Minderwertigkeitsgefühle (6. Lebensjahr bis Pubertät)
‹Ich bin, was ich lerne.›
Das Bedürfnis des Kindes, etwas Nützliches zu leisten, bezeichnet Erikson als Werksinn bzw. Kompetenz. Erfolgreich zu sein ist wichtig. Kinder wollen nicht mehr ‹so tun, als ob› - jetzt spielt das Gefühl, mindestens teilweise an der Welt der Erwachsenen teilnehmen zu können, eine grosse Rolle. Für eine gesunde Entwicklung ist es nötig, dass den Kindern Erfolgserlebnisse ermöglicht werden und sie das Gefühl der Kompetenz vermittelt bekommen. Demgegenüber steht in dieser Phase die Entwicklung eines Gefühls der Unzulänglichkeit und Minderwertigkeit. Dieses kann sich immer dann etablieren, wenn der Werksinn des Kindes überstrapaziert wird und dadurch die Erfolgserlebnisse ausbleiben.[11]

Kochen ist aus der Kinderperspektive eine Tätigkeit der Erwachsenen. Kinder dürfen nicht selber uneingeschränkt kochen. Der Herd, der Backofen, das Blech, das Wasser - alles birgt reale Gefahren. Zudem sind die Messer scharf und spitzig - man kann sich verletzen und wahrscheinlich haben sich die meisten Kinder (wie die Erwachsenen) bereits einmal und immer wieder mal geschnitten. Kochen stellt gerade auch, weil es etwas dem Kind und Jugendlichen sehr Vertrautes und doch lange Zeit Unerreichbares ist, ein ideales Thema dar, um dem Kind diese von Erikson postulierte Kompetenz zu ermöglichen. Kochen können ist ein Zeichen von Erwachsen werden und das ist das grosse Ziel, das laut Erikson in dieser Stufe erfüllt werden soll.

Stufe 5: Identität versus Rollenkonfusion (Jugendalter)
‹Ich bin, was ich bin.›

[11] vgl. Colin 2012, S. 272f

Identität bedeutet, dass man weiss, wer man ist und wie man in die Gesellschaft passt. Aufgabe des Jugendlichen ist es, all sein Wissen über sich und die Welt zusammenzufügen und ein Selbstbild zu formen, das für ihn und die Gemeinschaft stimmig ist. Es gilt, die eigene soziale Rolle zu finden und das Gefühl der Kontinuität des eigenen Ichs zu entwickeln. Alle vorangehenden Phasen liefern Elemente für diese Stufe: Vertrauen, Autonomie, Initiative, Fleiss. Die Identitätsbildung gelingt besser, wenn man möglichst viele positive Erfahrungen gesammelt hat und dadurch ein gesundes Selbstvertrauen besitzt. Schafft der Jugendliche es nicht, seine Rolle in der Gesellschaft und seine Identität zu finden, führt das nach Erikson zu Zurückweisung. Rückzug aus der Gesellschaft ist die Folge.[12]

Kann ein Jugendlicher gestärkt mit einem gesunden Selbstvertrauen aus der Stufe 4 (siehe oben) hervorgehen, so ist ein wichtiger Grundstein für die Identitätsfindung gelegt. In Bezug auf das Kochen kann zwar nicht jeder Misserfolg vermieden werden, doch am Ende überwiegt fast immer der Stolz über das Geschaffene. Dass auftretende Probleme oft kreativ gelöst werden können, stärkt und vermittelt Zuversicht. Positive Erfahrungen und Erfolgserlebnisse sind sehr wahrscheinlich, was in der Jugendzeit wichtig ist, wird den Jugendlichen doch allzu oft ihre Unzulänglichkeit und ihre Unfähigkeit vermittelt - und dies nicht zuletzt auch im schulischen Umfeld.

6.2 Lew Semjonowitsch Wygotski (1896-1934)

Der russische Psychologe Lew Wygotski ging davon aus, dass die Fähigkeiten, die der Mensch braucht, um Schlüsse zu ziehen, etwas zu begreifen und zu behalten, sich aus der Interaktion mit anderen Menschen entwickelt. Sein Konzept ‹*Zone der nächsten Entwicklung*› spielt beim Lernzonenmodell eine zentrale Rolle. Wygotski unterschied zwischen zwei Entwicklungsniveaus: zum einen das Niveau der aktuellen, biologisch vorgegebenen Entwicklung - bestimmt als das, was man allein leisten kann - und zum anderen das Niveau, das man in Zusammenarbeit mit anderen erreicht. Mit ‹*Zone der nächsten Entwicklung*› bezeichnete Wygotski den Abstand zwischen diesen beiden Entwicklungsniveaus (alleine vs. in Zusammenarbeit). Unterricht hat sich nach Wygotski an der Zone der nächsten Entwicklung und nicht nur am aktuellen Entwicklungsniveau zu orientieren.[13] Dies bedeutet, dass aus der Lernumwelt den Schülern Angebote unterbreitet werden müssen, die sie konstruktiv vorantreiben, nicht solche, die bloss einen bestehenden und zu reproduzierenden Wissensstand sichern.[14]

Draussen über dem Feuer zu kochen stellt für die meisten Kinder schon an sich eine Herausforderung dar, die sich nicht nur am aktuellen Entwicklungsniveau orientiert, sondern ein Blick in die Zone der nächsten Entwicklung ist. Laut Wygotski ist dies Bedingung, dass Lernen stattfinden kann. Dazu zählt auch klar die Erweiterung der überfachlichen Kompetenzen.

---

[12] vgl. Colin 2013, S.272f

[13] vgl. Colin 2012, S.270 und http://de.wikipedia.org/wiki/Lew_Semjonowitsch_Wygotski (09.06.2014)

[14] vgl. http://www.uni-koblenz.de/didaktik/voss/prozess.pdf (09.06.2014)

7. Die überfachlichen Kompetenzen

Der lateinische Begriff ‹competens› (adj) bedeutet ‹zuständig›, ‹befugt› und ‹rechtmässig›. Es umfasst die Fähigkeiten, Fertigkeiten und das Wissen, aber auch Bereitschaft, Haltungen und Einstellungen eines Menschen, um bestimmte Aufgaben selbständig durchzuführen, um neuen Anforderungssituationen gewachsen zu sein.
Die überfachlichen Kompetenzen sind für eine erfolgreiche Lebensbewältigung zentral. Ihre Förderung gehört zum verbindlichen Auftrag der Lehrpersonen. Der Entwurf des Lehrplans 21 beschreibt drei überfachliche Kompetenzen, wobei sich diese nicht immer eindeutig voneinander trennen lassen, sondern sich in einzelnen Aspekten überschneiden. Im Folgenden werden sie einzeln kurz beschrieben.[15]

Personale Kompetenzen

Personale Kompetenzen werden oft auch als Selbstkompetenz bezeichnet.
Sie «stehen für die notwendigen Fähigkeiten, um mit sich selbst umgehen und sich selbst führen zu können.»[16] Sie umfassen Ressourcen und Kompetenzen, um für sich Verantwortung zu übernehmen und sein Leben aktiv zu gestalten.

Soziale Kompetenzen

Sozialkompetenzen entstehen aus dem Zusammenwirken mehrerer Grundfähigkeiten: Empathie sowie die Fähigkeiten, andere Menschen wahrzunehmen, eigene Bedürfnisse zu erkennen und kommunikativ zu einem konstruktiven Austausch beizutragen.[17]
Sozialkompetenz bedeutet die Fähigkeit, in Gemeinschaft und Gesellschaft zu leben, Verantwortung wahrzunehmen, soziale Beziehungen aufzubauen, zu gestalten, zu erhalten und weiterzuentwickeln.

Methodische Kompetenzen

Methodische Kompetenzen umfassen das Wissen und die Fähigkeit, bei der Planung und Organisation einer Aufgabe oder eines Lernprozesses diejenigen Methoden auszuwählen und anzuwenden, die jeweils die optimalen Bedingungen herstellen. Sie sind Grundvoraussetzung für die Bewältigung vieler Anforderungen im Leben.

«Die Ausprägung der personalen und sozialen Kompetenzen, etwas weniger der methodischen Kompetenzen, wird zu einem grossen Teil vom familiären und weiteren sozialen Umfeld der Kinder und Jugendlichen bestimmt. Im schulischen Kontext werden sie weiter entwickelt.»[18]

---

[15] vgl. Konsultation Lehrplan 21, http://konsultation.lehrplan.ch/index.php?nav=20&code=t|200 (09.06.2014)

[16] Zuffellato & Kreszmeier 2007, S. 145

[17] vgl. Zuffellato & Kreszmeier 2007, S.152

[18] Konsultation Lehrplan 21, http://konsultation.lehrplan.ch/index.php?nav=20&code=t|200 (09.06.2014)

Bei der Unterteilung der überfachlichen Kompetenzen halte ich mich im Folgenden an den Entwurf des Lehrplans 21[19]. Gleichzeitig ordne ich die Kriterien, die momentan im Kanton Aargau im Zwischenbericht[20] beurteilt werden müssen, den Kompetenzen des Lehrplans 21 zu.

Lehrplan 21 (Entwurf)	**Beurteilungskriterien Zwischenbericht des Kantons Aargau**
Personale Kompetenzen	**Selbstkompetenzen**
Selbstreflexion: Eigene Ressourcen kennen und nutzen • eigene Gefühle wahrnehmen und der Situation angemessen ausdrücken • eigene Interessen und Bedürfnisse wahrnehmen und formulieren • eigene Stärken und Schwächen einschätzen • alternative Lösungsmöglichkeiten suchen	• Schätzt die eigene Fähigkeiten richtig ein
Selbstständigkeit: Alltag und Lernprozesse zunehmend selbstständig bewältigen, Ausdauer entwickeln • sich in neuen, ungewohnten Situationen zurechtfinden • Herausforderungen annehmen und konstruktiv damit umgehen • sich Unterstützung holen, wenn dies nötig wird • sich auf eine Aufgabe konzentrieren, ausdauernd daran arbeiten und eigenverantwortlich erledigen • übertragene Aufgaben zuverlässig und pünktlich erledigen • Strategien einsetzen, um eine Aufgabe auch bei Widerständen und Hindernissen zu Ende zu führen	• Erscheint ordnungsgemäss zum Unterricht • Organisiert den Arbeitsplatz zweckmässig • Erledigt Arbeiten selbständig und zuverlässig • Arbeitet zielorientiert
Eigenständigkeit: Eigene Ziele und Werte reflektieren und verfolgen • eigene und fremde Meinungen und Überzeugungen hinterfragen • Argumente abwägen und einen eigenen Standpunkt einnehmen und vertreten • Argumente zum eigenen Standpunkt verständlich und glaubwürdig vortragen	• Beteiligt sich aktiv am Unterricht
Soziale Kompetenzen	**Sozialkompetenzen**
Kooperationsfähigkeit: Mit anderen Menschen zusammenarbeiten • sich aktiv an der Zusammenarbeit mit anderen beteiligen • Abmachungen aushandeln und Regeln einhalten • auf Meinungen und Standpunkte anderer achten und darauf eingehen • eigenen Interessen zurückstellen oder durchsetzen	• Arbeitet konstruktiv mit andern zusammen • Hält sich an gemeinsame Regeln

[19] vgl. Konsultation Lehrplan 21, http://konsultation.lehrplan.ch/index.php?nav=20&code=t|200 (09.06.2014)

[20] vgl. Fachhochschule Nordwestschweiz: Umsetzungshilfe zur Promotionsverordnung (2012), S.2-3

Konfliktfähigkeit: Konflikte benennen, Lösungsvorschläge suchen, Konflikte lösen • sachlich und zielorientiert kommunizieren • sich in die Lage einer anderen Person versetzen • Kritik angemessen, klar und anständig mitteilen und mit konstruktiven Vorschlägen verbinden • Kritik annehmen und die eigenen Position kritisch hinterfragen • Konfliktsituationen, die sich nicht lösen lassen, aushalten und nach neuen Lösungsmöglichkeiten suchen	• Setzt sich angemessen durch
Um*gang mit Vielfalt:* Verschiedenheit akzeptieren, Vielfalt als Bereicherung erfahren, Gleichberechtigung fördern und vorleben • Menschen in ihrem Anderssein wahrnehmen und akzeptieren • respektvoll mit Menschen umgehen • auf eigenen Sprache achten und die Wirkung reflektieren	• Geht hilfsbereit und rücksichtsvoll mit andern um • Zeigt angemessene Umgangsformen
Methodische Kompetenzen	**Keine Beurteilungskriterien vorhanden**
Sprachfähigkeit: Ein breites Repertoire sprachlicher Ausdrucksformen entwickeln • sprachliche Ausdrucksformen erkennen und ihre Bedeutung verstehen • unterschiedliche Sachverhalte sprachlich ausdrücken und sich dabei anderen verständlich mach • Fachausdrücke und Textsorten aus verschiedenen Fachbereichen verstehen und anwenden	
Informationen nutzen: Informationen suchen, bewerten, aufbereiten und präsentieren • Informationen aus verschiedenen Quellen suchen, sammeln und zusammenstellen • gesammelte Informationen strukturieren • Informationen vergleichen und Zusammenhänge herstellen (vernetztes Denken)	
Aufgaben/Probleme lösen: Lernstrategien erwerben, Lern- und Arbeits-prozesse planen, durchführen und reflektieren • Aufgaben- und Problemstellungen verstehen und bei Bedarf nachfragen • einschätzen, wie schwer oder leicht eine Aufgabe/Problemstellung fallen wird • bekannte Muster hinter Aufgaben/Problemen erkennen und daraus einen Lösungsweg ableiten • neue Herausforderungen erkennen und kreative Lösungen entwerfen • Ziele setzen und Umsetzungsschritte planen	

8. Warum die Methode ‹Kochen›?

Die Erlebnispädagogik bietet eine Vielzahl an Methoden, die alle für die Förderung der überfachlichen Kompetenzen eingesetzt werden können: gemeinsam unterwegs sein, Campbau, Schneeschuhlaufen, Iglu bauen, Klettern, Abseilen, Kooperationsspiele, Kreativtechniken um nur einige zu nennen. Eine Methode, die oft vorkommt, der man aber häufig wenig Beachtung schenkt, ist das Kochen.

«Wenn wir unser Arbeiten auf eine Methode reduzieren müssten, dann wäre Kochen unsere Wahl. Keine andere Methode greift so breit und lässt sich mit Kleinkindern gleichwohl als wie mit Achtzigjährigen einsetzen.»[21] Kochen ist nicht nur altersunabhängig durchführbar, es ist auch eine Methode, die wenig Material verlangt, die fast ortsunabhängig einsetzbar ist und zu der viele Menschen einen Zugang haben.

In dieser Arbeit zeige ich am Kochen exemplarisch auf, dass eine Tätigkeit mehr Inhalt bekommen kann, wenn sie erlebnispädagogisch bewusst und gezielt eingesetzt wird. Egal ob man mehrere Tage unterwegs ist oder genau dafür in den Wald geht: draussen zu kochen ist eine gute Möglichkeit, um die überfachlichen Kompetenzen der Schüler und Schülerinnen zu beobachten und zu fördern. Draussen kann erfahren werden, was es heisst, aufeinander angewiesen zu sein, einander zu helfen und Verantwortung zu übernehmen. Nicht die Lehrperson, sondern die Aufgabe an sich fordert und fördert diese Fähigkeiten. Somit kann sich die Lehrperson zurücknehmen und wird zum Beobachter.

«Beim Kochen […] lernt man sich schnell persönlich und von anderen handlungsbezogenen Seiten kennen. Talente, Ressourcen und Führungsgeschick werden ebenso schnell sichtbar wie Ängste und Widerstände. Kochen bleibt dabei stets lösungsorientiert, denn das Ziel ist es, etwas Gutes zu essen, die Konsequenzen jeder Handlung sind also sehr real und bei Schwierigkeiten ist gemeinsames Improvisieren gefragt.»[22]

Die Überzeugung ‹Ich kann kochen!› gibt Kindern und Jugendlichen das Gefühl, erwachsen zu sein: sie können sich selbst versorgen, mit dem, was ihnen schmeckt, Neues erfinden und experimentieren. Dies alles ist Teil der Methodenkompetenz, die Unabhängigkeit schafft und Eigenverantwortlichkeit fördert. Gerade beim Kochen in der Gruppe werden Fähigkeiten, die in der heutigen Gesellschaft gefordert sind, ganz nebenbei trainiert - personale und soziale Kompetenzen. Jeder Teilnehmende lernt Stärken von sich kennen. Richtig eingesetzt ergänzen sich die Stärken aller zu einem schlagkräftigen Team. Jedes Teammitglied muss die eigenen Aufgaben im Auge behalten, und trotzdem, wenn Not am Mann oder an der Frau ist, andere unterstützen. Andere um Hilfe zu bitten oder von anderen Hilfe anzunehmen ist nicht immer einfach und sicher nur bei wertschätzender Kommunikation möglich. Kochen ist mehr als nur die Zubereitung von Nahrung.

---

[21] Hufenus & Zuffellato 2012, S.3

[22] Hufenus & Zuffellato 2012, S.7

Kochen ist eine körperliche Tätigkeit - es braucht die Feinmotorik, Fingerfertigkeit.
Kochen ist Teamarbeit.
Kochen fordert und fördert die verschiedenen Wahrnehmungskanäle und Sinne - taktil, visuell, olfaktorisch, gustatorisch und auch akustisch.
Kochen löst Emotionen aus - Freude und Frust liegen nahe beieinander.
Kochen fördert das Selbstbewusstsein, das Selbstvertrauen.
Kochen fördert das Bewusstsein für die Ernährung, für den Körper.
Kochen in Gruppen fordert Gruppendisziplin - Regeln einhalten, warten können, gegenseitig helfen, Arbeiten teilen.
Kochen verlangt Planung - wer gemeinsam kochen will, muss besprechen, was zu tun ist, muss sich einigen, wer was übernimmt.
Kochen fordert Konzentration und fördert das Gedächtnis - man muss einander zuhören und sich verstehen können.

Um draussen kochen zu können braucht es ein Feuer. Obschon das Feuer allein schon Thema eine weiteren Arbeit sein könnte, möchte ich im Folgenden doch kurz auf einige Aspekte eingehen.
Feuer machen, Feuer am Leben erhalten, Feuer anzünden, aber auch Feuer löschen. Feuer fasziniert, Feuer macht Angst, Feuer wärmt, Feuer bewegt sich, Feuer verändert, Feuer reinigt, Feuer lässt schmelzen, Feuer braucht Nahrung, Feuer ist unberechenbar, Feuer ist überlebenswichtig, Feuer gibt Ruhe und Zeit, Feuer entschleunigt, Feuer lebt, Feuer ist für alle Sinne. Feuer zählt zu den Dingen, die gleichzeitig zu faszinieren und zu ängstigen vermögen. Das liegt daran, dass das Feuer zwei Gesichter hat: Ein sinnstiftendes und ein zerstörerisches. Viele Erwachsene schrecken heutzutage davor zurück, ein Kind Feuer machen, es mit dem Feuer spielen zu lassen. Sie sehen vor allem die Gefahren, die vom Feuer ausgehen. Diese sind nicht zu ignorieren und doch ist erwiesen, dass Kinder, die den Umgang mit Feuer gelernt haben, verantwortungsvoller mit diesem Element umgehen.

9. Konkrete Umsetzungsvorschläge

In diesem Kapitel möchte ich anhand einer Reihe konkreter Umsetzungsvorschläge aufzeigen, wie die im Kapitel 7 ausgeführten überfachlichen Kompetenzen durch das Kochen draussen gefördert werden können.
Grundsätzlich lassen sich die nachfolgenden Vorschläge bei jeder Witterung und zu jeder Jahreszeit durchführen. Bei schlechtem Wetter ist es allerdings angenehmer einen geschützten Platz zu haben; schon mit wenig Aufwand lässt sich beispielsweise mit Planen ein improvisiertes Dach herrichten.
Zur Durchführung eigenen sich Plätze im Wald oder am Waldrand. Das Holz soll nach Möglichkeit von den Schülern gesammelt werden.
Die Ideen können in allen Altersstufen der Volksschule in Kleingruppen oder im Plenum durchgeführt werden. Dabei gilt: je jünger die Kinder, desto mehr ist Mithilfe oder Anleitung Jugendlicher oder Erwachsener notwendig. Für das Zubereiten eines Menüs im Freien ist eine Gruppengrösse von drei bis sieben Schülern ideal.
Geht man mit einer Klasse das erste Mal nach draussen zum Kochen, ist zu Beginn viel Zusammenarbeit und Anleitung nötig. Mit der Zeit sollte man sich als Lehrperson immer mehr zurücknehmen, bis es irgendwann möglich wird, dass jeder Schüler sein eigenes Feuer machen und unterhalten kann und der Moment kommt, in dem jeder selbstständig draussen über dem Feuer kochen kann.

Da viele Menschen das gemeinsame Kochen als etwas Angenehmes empfinden, kann man regelmässig draussen kochen gehen, ohne dass es den Teilnehmenden verleidet.
Die Qualität der Mahlzeit gibt automatisch eine Rückmeldung über die Qualität der Arbeit. Das Interesse an einer guten Gruppenleistung ist daher normalerweise hoch.

Wer draussen kochen will, braucht ein Feuer. Mit Anleitung können schon Erstklässler ein Feuer entfachten, wobei der Umgang mit dem Feuer gelernt werden muss und man nicht davon ausgehen kann, dass jedes Kind weiss, wie es sich um ein Feuer herum zu verhalten hat. Ab der Mittelstufe können Kinder innert kurzer Zeit lernen, bei günstigen Bedingungen selbstständig ein Feuer zu machen und es als Gruppe zu unterhalten.

Anklang finden oft Menüs, die man nicht auf Anhieb mit einer Freiluftküche in Verbindung bringt: Vom Raclette-Essen, bei dem der Käse auf einem Stein neben der Glut geschmolzen wird, über Fondue aus einem grossen Kessel über dem offenen Feuer bis hin zum klassischen Riz-Casimir, zu Dampfnudeln usw. Den Ideen sind fast keine Grenzen gesetzt.

Die Schüler schätzen es immer wieder, wenn das Essen schön angerichtet und präsentiert wird. Auch das kann zu einer eigenständigen Aufgabe ausgebaut werden, bei der kreativen Ideen freien Lauf gelassen werden kann.

Es versteht sich von selbst, dass bei jedem nachfolgenden Vorschlag auf vielfältige Art und Weise verschiedenste überfachliche Kompetenzen gefördert werden. Bedingt durch die immer wieder sich verändernden Bedingungen ist es unmöglich, eine abschliessende Zuordnung der personalen, sozialen und methodischen Kompetenzen zu den einzelnen Kochvarianten zu machen; die Zuteilung erfolgt also mehr im Sinn einer Gewichtung.

Personale Kompetenzen	Soziale Kompetenzen	Methodische Kompetenzen
Selbstreflexion	Kooperationsfähigkeit	**Sprachfähigkeit**
Selbstständigkeit	**Konfliktfähigkeit**	Informationen nutzen
Eigenständigkeit	Umgang mit Vielfalt	Aufgaben/Probleme lösen

9.1. Potpurri

Grundidee

Die Lehrperson kauft ohne konkrete Menüvorstellungen verschiedene Lebensmittel ein.
Die Zutaten werden bereitgestellt, mit der Anweisung, ein Essen daraus zu gestalten.
Die Gruppe entwirft ein Menü und bereitet mit den zur Verfügung stehenden Lebensmitteln eine Mahlzeit zu.

Varianten/Ideen

- Das Ganze wird aufgeteilt in Vorspeise, Hauptgang und Dessert.
- Das Ziel ist ein Salat- oder ein Dessertbuffet.
- Es gibt Spaghetti und die Gruppen bereiten verschiedenste Saucen zu. Hier können alle zur Verfügung stehenden Lebensmittel präsentiert werden und die Gruppen sprechen untereinander ab, wer was braucht und beanspruchen darf.
- Jeder Schüler bekommt drei Kartoffeln. Nun hat er eine bestimmte Zeit zur Verfügung um diese im Dorf gegen andere Lebensmittel zu handeln. Nachher wird zusammengetragen und daraus eine Mahlzeit gekocht.

Themen

- Die Gruppen müssen sich einigen, sie müssen besprechen und diskutieren, was gemacht werden soll.
- Ideen sind gefragt. Nach einem festgelegten Rezept zu kochen gelingt nicht, da dafür gewisse Zutaten fehlen.
- Man kann nicht beliebig abändern oder ergänzen, denn man hat nur das, was da ist. Daraus gilt es das Beste zu machen.

Bemerkungen

- Beim Einkaufen der Lebensmittel ist darauf zu achten, dass Schüler oft noch keine grossen Erfahrungen im Kochen, zum Teil jedoch fantastische, unkonventionelle Ideen haben.

Personale Kompetenzen	Soziale Kompetenzen	Methodische Kompetenzen
Selbstreflexion	**Kooperationsfähigkeit**	Sprachfähigkeit
Selbstständigkeit	Konfliktfähigkeit	Informationen nutzen
Eigenständigkeit	Umgang mit Vielfalt	**Aufgaben/Probleme lösen**

9.2. Step-by-step

Grundidee

Was gekocht wird und wie das Menu zu kochen ist, wird Schritt für Schritt vorgegeben.

Varianten/Ideen

- Rezepte und Aufträge, die die Schüler noch nie über dem Feuer gekocht haben, eigenen sich besonders gut.
- Fremdländische Speisen zubereiten lassen.
- Die Schüler Brot oder Kuchen backen lassen.
- Wenn das Einkaufen eingeschlossen wird, können sich die Schüler allenfalls über die verschiedenen Lebensmittel informieren (verschiedene Sorten Reis usw.).
- Jugendlichen kann man im Vorfeld den Auftrag geben, draussen über dem Feuer ein Brot zu backen und dabei selbständig die Informationen zusammen zu tragen, welche Nahrungsmitteln dazu benötigt werden und wie das ohne Backofen zu bewerkstelligen ist.

Themen

- Bei Rezepten, welche die Schüler noch nie über dem Feuer gekocht haben, können sie nicht auf Bekanntes und Bewährtes zurückgreifen; sie müssen die gegebenen Informationen genau verstehen und dann auch nutzen.
- Die Schüler bekommen die Hilfe einer Schritt-für-Schritt-Anleitung, die sie nutzen können (oder auch nicht) um das Ziel zu erreichen.
- Die Schüler erleben, dass es noch viel mehr, das mit und über dem Feuer gekocht werden kann.

Bemerkungen

- Die Lehrperson sollte darauf achten, dass sie genaue, schriftliche Anweisungen gibt, anhand derer wirklich gekocht oder gebacken werden kann.

Personale Kompetenzen	Soziale Kompetenzen	Methodische Kompetenzen
Selbstreflexion	Kooperationsfähigkeit	Sprachfähigkeit
Selbstständigkeit	**Konfliktfähigkeit**	Informationen nutzen
Eigenständigkeit	Umgang mit Vielfalt	**Aufgaben/Probleme lösen**

9.3. Freestyle

Grundidee

Was zu kochen ist wird vorgegeben, nicht aber das wie.

Varianten

- Ein Rezept mit Mengenangaben wird zur Verfügung gestellt.
- Die Schüler erhalten eine Einkaufsliste, mit allem was eingekauft werden muss, aber ohne Mengenangaben.
- Einzig ein Bild mit dem Endprodukt wird abgegeben.

Themen

- Das Ziel ist vorgegeben, den Weg können die Schüler selber wählen.
- Die Gruppe muss sich einig werden, wie sie die Aufgabe lösen will.
- Allenfalls müssen die Kochenden sich zuerst informieren, wie die Aufgabe gelöst werden kann.
- Jeder Schüler muss seine Stärken gezielt einsetzen, damit das Endprodukt gelingt.

Bemerkungen

- Es ist darauf zu achten, dass die Vorgaben von den Schülern gut erfüllt werden können; sind sie zu anspruchsvoll, droht Überforderung.

Personale Kompetenzen	Soziale Kompetenzen	Methodische Kompetenzen
Selbstreflexion	Kooperationsfähigkeit	Sprachfähigkeit
Selbstständigkeit	Konfliktfähigkeit	Informationen nutzen
Eigenständigkeit	Umgang mit Vielfalt	**Aufgaben/Probleme lösen**

9.4. Ego-Kochen

Grundidee

Jeder Schüler kocht sein eigenes Essen.

Varianten

- Jeder Schüler hat sein eigenes Feuer und kocht sein eigenes Essen oder einen Teil davon.
- Jeder Schüler kocht sein eigenes Essen über einem grossen, gemeinsamen Feuer; man könnte die Schüler zudem anhalten, während des Kochens nicht miteinander zu sprechen.
- Jeder Schüler kocht einen Teil einer gemeinsamen Mahlzeit und teilt diesen anschliessend in einer Kleingruppe mit seinen Kollegen.
- Die Schüler kochen jeder für sich und gehen nachher zueinander zu Besuch, laden ein und werden eingeladen.

Themen

- Jeder Schüler erlebt, was es heisst für sich zu sorgen.
- Jeder ist für sich allein verantwortlich.
- Es braucht Organisation, damit das Feuer brennt, Holznachschub vorhanden ist und das Essen rechtzeitig fertig wird.

Bemerkungen

- Wenn man Schüler etwas ganz alleine machen lässt, so sollte die Zubereitung des Essens eher einfach sein. Eine Wurst zu bräteln, Steckenbrot (oder Abwandlungen wie Hot Dog) zu machen, Tee zu kochen, Schoggibanane zu produzieren oder Baked Potatoes braucht nicht viel Aufmerksamkeit, so dass Zeit für den Unterhalt des Feuers bleibt.

Personale Kompetenzen	Soziale Kompetenzen	Methodische Kompetenzen
Selbstreflexion	Kooperationsfähigkeit	**Sprachfähigkeit**
Selbstständigkeit	Konfliktfähigkeit	Informationen nutzen
Eigenständigkeit	**Umgang mit Vielfalt**	Aufgaben/Probleme lösen

9.5. Themenkochen

Grundidee

Ein Thema wird vorgegeben, was die Schüler daraus machen, wird ihnen überlassen.

Varianten

- Themen, die sich immer wieder anbieten sind die Jahreszeiten, Indianer, Zauberer, Ferien, eine Farbe usw. Oder wie wäre es mit einem Burger-Essen, bei dem alles in Form eines ‹Eingeklemmten› gegessen werden muss. Den Ideen sind fast keine Grenzen gesetzt…
- Man könnte auch vorgeben, dass es möglich sein muss, alles mit dem Löffel zu essen oder zum Kochen keine Pfanne zu gebrauchen.
- Den Fokus kann auch verstärkt aufs Anrichten und Präsentieren gelegt und dafür ein Thema vorgeben werden.

Themen

- Zuerst ist meistens eine Absprache nötig, in welche Richtung es gehen könnte.
- Die Gruppe muss sich aus der Vielfalt der Möglichkeiten auf eine Variante einigen.
- Jeder Einzelne muss seine eigenen Ideen einbringen und dazu stehen.
- Viele Ideen sind vorhanden, nach welchen Kriterien entscheidet man sich? Entscheidet die Gruppe?

Personale Kompetenzen	Soziale Kompetenzen	Methodische Kompetenzen
Selbstreflexion	Kooperationsfähigkeit	Sprachfähigkeit
Selbstständigkeit	**Konfliktfähigkeit**	Informationen nutzen
Eigenständigkeit	Umgang mit Vielfalt	**Aufgaben/Probleme lösen**

9.6. Budgetkochen

Grundidee

Ein Geldbetrag wird zur Verfügung gestellt, der eingehalten werden muss.

Varianten

- Vorgeben, dass es eine Vorspeise, einen Hauptgang und ein Dessert geben sollte. Jede Gruppe übernimmt einen Teil.
- Auch hier kann zusätzlich ein Thema mitgegeben werden.

Themen

- Die Schüler müssen einteilen und sich zum Teil einschränken.
- Sie lernen verhandeln.
- Optimieren ist angesagt.

Personale Kompetenzen	Soziale Kompetenzen	Methodische Kompetenzen
Selbstreflexion	**Kooperationsfähigkeit**	Sprachfähigkeit
Selbstständigkeit	Konfliktfähigkeit	Informationen nutzen
Eigenständigkeit	Umgang mit Vielfalt	**Aufgaben/Probleme lösen**

9.7. Hirtenofen

Grundidee

Ein peruanischer Hirtenofen wird gebaut und darin das Essen gekocht.

Varianten

- Klassisch wird im Hirtenofen Gemüse und Fleisch gegart.
- Brot oder Pizza backen.

Themen

- Einen peruanischen Hirtenofen kann man nicht alleine bauen. Es braucht viele helfende, geduldige Hände.
- Alle müssen mithelfen, damit die Stein-Iglu-Konstruktion hält; erst mit dem Setzen des letz-ten Steins wird der Ofen stabil.
- Verständnis ist gefragt, wenn das Gebaute zusammenfällt. Beim Bauen nimmt man mehr oder weniger Steine mehrmals in die Hand.
- Der Bau erfordert Fokussierung, Geduld und Ausdauer.
- Die eigenen Stärken erkennen und einsetzen, da wo sie gebraucht werden.

Bemerkungen

- Einen peruanischen Hirtenofen baut man am besten am Rand eines steinreichen Fluss-betts.

10. Zusammenfassung und Auswertung

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass das Kochen draussen über dem Feuer eine grosse Vielfalt an Möglichkeiten zur Förderung der überfachlichen Kompetenzen bietet. Jedes Ausbrechen aus dem gewohnten Rahmen, jedes Verlassen des bekannten Raumes, birgt die Möglichkeit, sich, die Mitmenschen und die Umwelt neu wahrzunehmen, neu zu erfahren. Die Komfortzone, aber auch der sinnliche Wahrnehmungshorizont wird vergrössert. Die Schüler und Schülerinnen erhalten Impulse, werden gefordert und dadurch auch gefördert in ihren Handlungskompetenzen, in ihren sozialen und personalen Kompetenzen. Gleichzeitig bekommen die Kinder und Jugendliche eine Portion Natur, die für ihre gesunde Entwicklung von grosser Wichtigkeit ist. Sie bekommen Erlebnisse und Erfahrungen, von denen sie erzählen können, die prägend sind, die ausgleichend wirken. Mit dem Kochen draussen werden die Kinder und Jugendlichen aus ihrer Komfortzone in ihre Lernzone geführt, sie werden herausgefordert, sich mich sich selbst konfrontiert, mit den Mitmenschen und der Umwelt. Die Lehrperson kann sich zurücknehmen, bekommt Zeit um zu beobachten und wird oftmals selber in ihre eigene Lernzone kommen, in der sie persönlich sich weiter entwickeln kann.

Da rund ums draussen Kochen nicht alles plan- und steuerbar ist und weil man Erlebnisse nicht erzwingen oder vorhersagen kann, ist die Wahrscheinlichkeit gross, dass die Kinder und Jugendlichen gefüllt mit vielen Sinneseindrücken von solchen Kochausflügen nach Hause zurückkehren. Gängige Vorstellungen und übliche Rahmen werden gesprengt, Neues und Unbekanntes wird entdeckt, erobert oder vielleicht bezwungen.
Erzählen die Schüler und Schülerinnen von ihren Kocherlebnissen, erfahren sie Wertschätzung, Bewunderung und positives Erstaunen. Dies stärkt das Selbstbewusstsein, die Identitätsfindung und bringt sie weiter in ihrer Entwicklung, wie Erikson das postuliert. Sie sind einen Schritt näher an die Erwachsenenwelt gekommen. Ein Gewinn für die Schüler und Schülerinnen liegt darin, dass sie ausbrechen können aus ihren Strukturen, aus ihren Rollen. Sie erfahren, dass Lernen nicht aufs Schulzimmer beschränkt werden und Lernen lustvoll sein kann, dass jeder Mitschüler Stärken hat. Die Schüler und Schülerinnen lernen auch Achtsamkeit. Die Lebensmittel - und oft auch Wasser - stehen nicht unbeschränkt zur Verfügung und müssen je nach Situation, mühsam herbeigeschafft werden. Es wird plötzlich selbstverständlich, dass man diesen Ressourcen Sorge tragen muss.

Für die Lehrpersonen ist es nicht einfach, die Komfortzone des Schulzimmers zu verlassen, den Schülern den richtigen Umgang mit Feuer zuzutrauen und daran zu glauben, dass es etwas Gutes zu Essen gibt. Es ist somit für alle Beteiligten ein Entscheid zum Aufbruch. Es gilt, das Bekannte, die persönliche Komfortzone hinter sich zu lassen und einen Schritt in die eigene Lernzone zu machen, dahin wo nicht mehr alles planbar ist, da wo die vermeintliche totale Kontrolle aufhört, dahin aber auch, wo Neues, Überraschendes, Bereicherndes Raum bekommt. Es braucht eine Portion Mut, hinaus zu gehen, doch ich bin überzeugt, dass der Gewinn nicht nur für die Schüler gross ist, sondern auch für die Lehrperson und ihre

Beziehung zu den Kindern und Jugendlichen. Die Schüler herauszufordern bedeutet auch, Zeit zum Beobachten, zum sich Zurücknehmen zu bekommen, Platz zu machen und Raum zu lassen für kreative Lösungen und Ideen. Wenn sich der Hunger meldet, braucht es keinen Pädagogen, weil die Schüler selber merken, dass es nun auf sie ankommt. Ohne dass die Lehrperson spricht, bekommt der Schüler laufend Feedbacks - solche, die ihn bestärken und auch solche, die herausfordern. Die Lehrperson bekommt Raum und Zeit, die Rolle des Beobachters und Begleiters einzunehmen, etwas, das sich die meisten Pädagogen wünschen und das so selten erlebt wird. Die Schüler und die Lehrperson bekommt im wahrsten Sinne des Wortes frische Luft und aber auch viel Boden.

Das Thema draussen Kochen erscheint simpel, doch ich bin der Überzeugung, dass genau in dieser Einfachheit, in der Reduktion auf das Wesentliche seine Kraft liegt.

11. Quellenverzeichnis

Bücher

- Arnold, Martin: Eine Portion Natur stimuliert und beruhigt. In: Bildung Schweiz 4/2014, 29
- Becker-Carus, Christian: Lernen. in: Becker-Carus, Christian: Allgemeine Psychologie. Eine Einführung. München 2004, S. 313-367
- Colin, Catherine: Das Psychologie-Buch. Wichtige Theorien einfach erklärt. London 2012
- Gilsdorf, Rüdiger & Volkert, Kathi (Hrsg.): Abenteuer Schule. Augsburg 2010
- Hattie, John: Lernen sichtbar machen. Baltmannsweiler 2013
- Hufenus, Hans-Peter & Zuffellato, Andrea: Kochen im Outdoor. Menschen. Lauterbach 2012
- Luckner, John L. & Nadler, Reldan S.: Processing the Experience: Strategies to Enhance and Generalize Learning. Dubuque, Iowa 1997
- Michl, Werner: Erlebnispädagogik. München 2009
- Senninger, Tom: Abenteuer leiten, in Abenteuern lernen. Münster 2000
- Wiater, Werner: Unterrichten und Lernen in der Schule. Eine Einführung in die Didaktik. Donauwörth 2007
- Zuffellato, Andrea & Kreszmeier, Astrid H: Lexikon Erlebnispädagogik. Augsburg 2007

Internet

- Fachhochschule Nordwestschweiz: Umsetzungshilfe zur Promotionsverordnung. https://www.schulen-aargau.ch/kanton/Dokumente_offen/umsetzungshilfe%20beurteilung%20selbst%20sozialkompetenz.pdf (09.06.2014)
- Neubert, Stefan; Reich, Kersten & Voss, Reinhard: Lernen als konstruktiver Prozess. http://www.uni-koblenz.de/didaktik/voss/prozess.pdf (09.06.2014)
- Konsultation Lehrplan 21. Überfachliche Kompetenzen. http://konsultation.lehrplan.ch/index.php?nav=20&code=t|200 (09.06.2014)
- http://de.wikipedia.org/wiki/Lew_Semjonowitsch_Wygotski (09.06.2014)

Bilder

- Bild 2 und 3 auf dem Titelblatt und die Bilder auf Seite 14, 16, 22 und 25 sind von René van den Berg. Herzlichen Dank!
- Alle anderen Bilder sind Eigentum der Autorin.