

„WAS HÄNSCHEN LERNT, KANN HANS GENIEßEN!“

**EINBLICKE IN DIE BIOGRAPHISCHE
DIMENSION DES ESSENS**

**„PAUSEN- UND MITTAGSKONZEPT“ – GANZTAGSSCHULE
GESUND GESTALTEN AM 27.03.2019**

Dr. Ute Zoher ute.zoher@gmx.net

Mein Blick....

- Erziehungswissenschaftlerin, Systemische Beraterin
- Entdeckendes Lernen, Schulentwicklung
- ab 2006 explizit Gesundheitsförderung/Prävention (B.A. Gesundheitsförderung, PH-HD)
- seit 2010 WB in der Ernährungsberatung/ Gesundheitsförderung (VDOe; Dr. R. Wild-Stiftung)
- Gute gesunde Schule (P. Paulus)

...Ganztagsschule gesund gestalten“

1. Kurze Einführung: Um was geht's?
 2. Vertiefung des Konzepts **Biographie als anthropologische Dimension**
 3. **Biographie und Ernährung**
 4. **Deutungs- und Erkenntnismöglichkeiten für das Gestalten des Pausen- und Mittagskonzept**
- 

1.

Worum geht's?



Worum geht's?



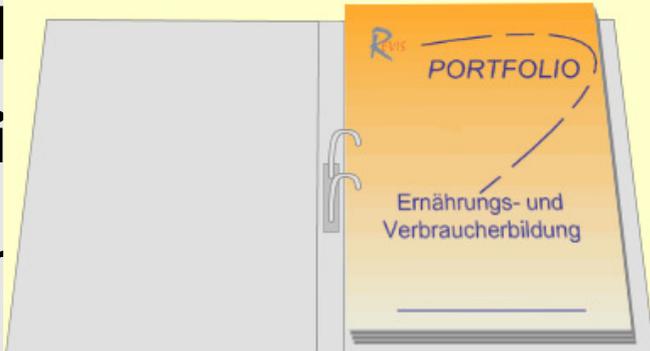
...eine warme Mahlzeit anbieten...



„Zwei Drittel der Deutschen sind an, nicht ohne Schulung Gefühle essen“



Lebensmittel durchschnittlich im Jahr weg



schon zu 17
er Essstör (A)

Nahrungsr und umweltfreundlich
wie nie, das Ernährungswissen sehr hoch (Bzfe)

Worum geht's?

Ernährungswissenschaften

- **Ernährungsverhalten ist komplex**
(Nahrungszubereitung, Essen, Vorlieben, Genuss, Sinneserfahrungen)
- **Essen als sozial-kulturelle Erfahrung** (Erfahrung von Gemeinschaft, milieuspezifisch und kulturell geprägt, gesellschaftlichen Trends unterlegen)
- **Ess-Verhalten wird erlernt und ist biographisch geprägt**

- Methfessel, 2005, Brombach, 2000, Heindl, 2016, Kluß, 2018

Ernährungsbiografie von „Hänschen und Hans“ im Lauf der Zeit

Großmutter (*1935): Regelmäßiger Tagesablauf, mittags warm, geprägt durch Hungererfahrungen (Krieg, Nachkriegsjahre), „erfinderische Küche“, „Hausmannskost“ – Vorlieben des Vaters werden bedient, reichhaltige Kocherfahrungen, Familienversorgerin

Tochter (* 1960): Starke Flexibilität (Wirtschaftswunder), abends warmes Essen, Speisen nach Vorlieben des Kindes, Basiskenntnisse, zunehmend werktätig außer Haus

Enkelin (* 1990): Geringe Rhythmik, hohe Mobilität, Kochen als Event (samstags), zunehmende Internationalisierung, starker gesellschaftlicher Einfluss: Fastfood, Tiefkühl, Bio, Retro, vegan...

Ur-Enkelin (*2010): ...

2.

Biografie als anthropologische Dimension

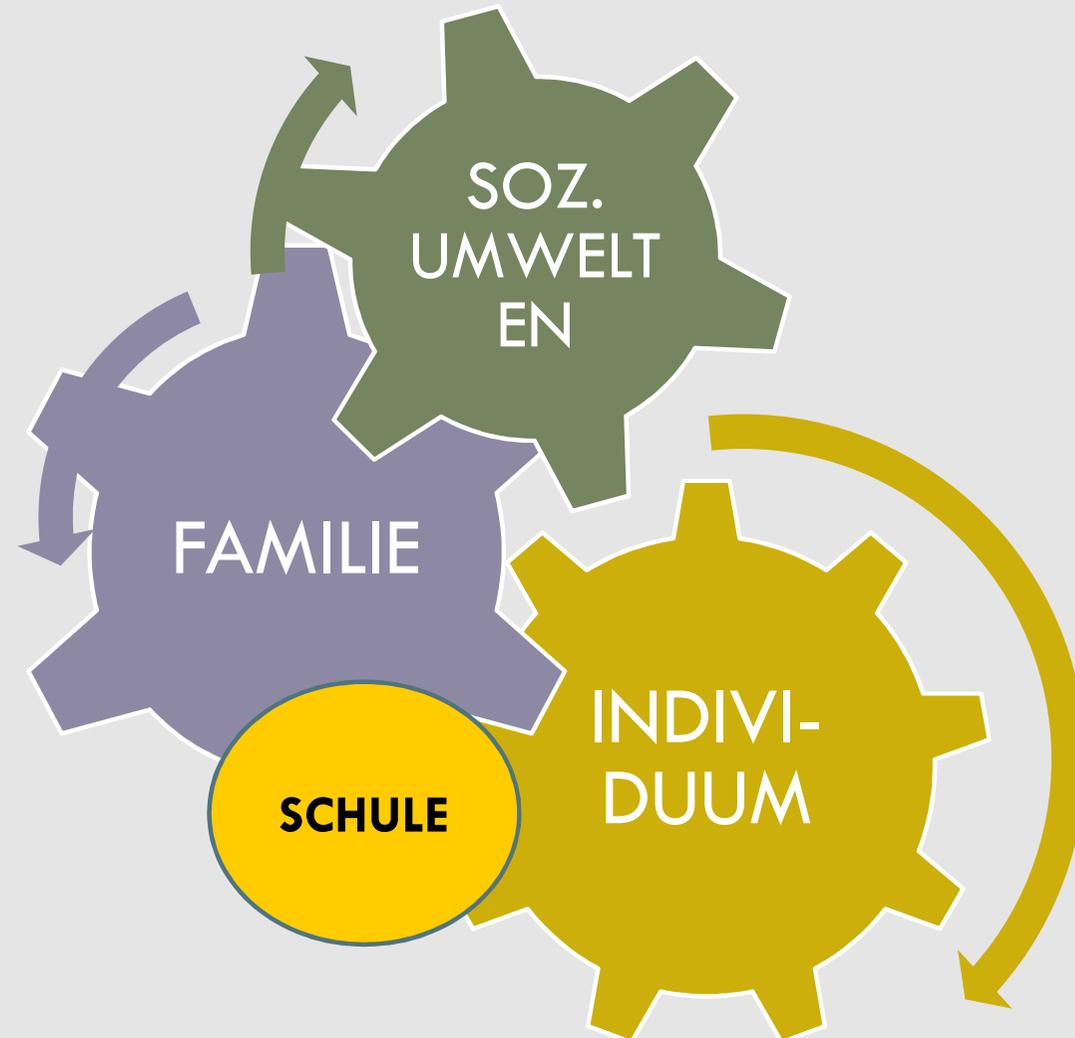


Biographie und Biographisierung

- Biographie = mit Sinn und Bedeutung versehene Erfahrungen
- Auf der Schnittstelle zwischen Welt- und Selbstbezug: Haltung und Selbstbild



Wechselwirkungen zwischen Individuum und Umwelten



„Biographie ist das Ergebnis eines umfassenden Stoffwechsels des Menschen mit den **sozialen, kulturellen und gesellschaftlichen Welten**, die ihn umgeben, sozusagen eine große Gestaltbewegung im Prozess der Selbstorganisation des Menschen.“

(A. Keil, 2004)

„Menschliches Leben wäre nicht möglich im verschlossenen Raum schweigender Innerlichkeit“ (Berger/Luckmann 1966, S.56)



Erfahrungen - Bedeutung - Zusammenhang

„Stoffwechsel“ beschreibt Lebenserfahrungen und deren Bewertung:

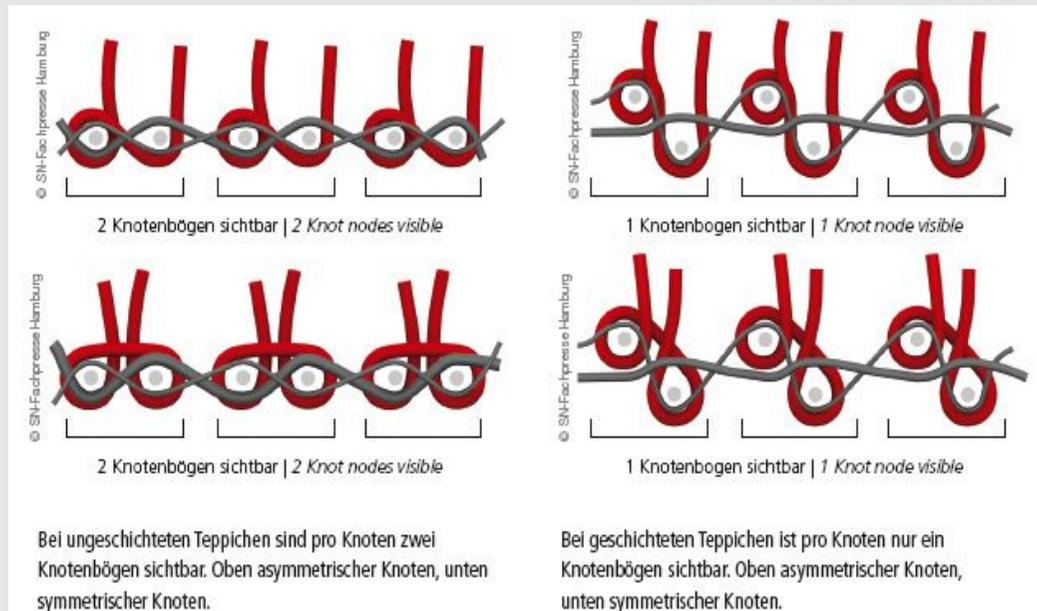
„**Bewerten heißt Bedeutung** verleihen und auf diese Weise Zusammenhänge herstellen, die auf eine bestimmte Haltung und Auffassung verweisen, die der Einzelne sich selbst wie auch der Welt gegenüber einnimmt.“

(Marotzki 2008)

BILDUNGSERFAHRUNG

Erfahrungen - Bedeutung - Zusammenhang

- Deutungs- und Handlungsmuster, wie Webmuster, überdauernde Routinen und Gewohnheiten



...der
biographischer
Eigensinn jeder
Person

Erfahrungen - Bedeutung - Zusammenhang

„Biografie als vom Individuum hervorgebrachtes Konstrukt, das als eine Einheit die Fülle der Erfahrungen des gelebten Lebens zu einem Zusammenhang organisiert.“ (Marotzki, 2005)

Modus der Erfahrungsbewertung und der Lebensorientierung

HÄNSCHEN → HANS



Erfahrungen - Bedeutung - Zusammenhang

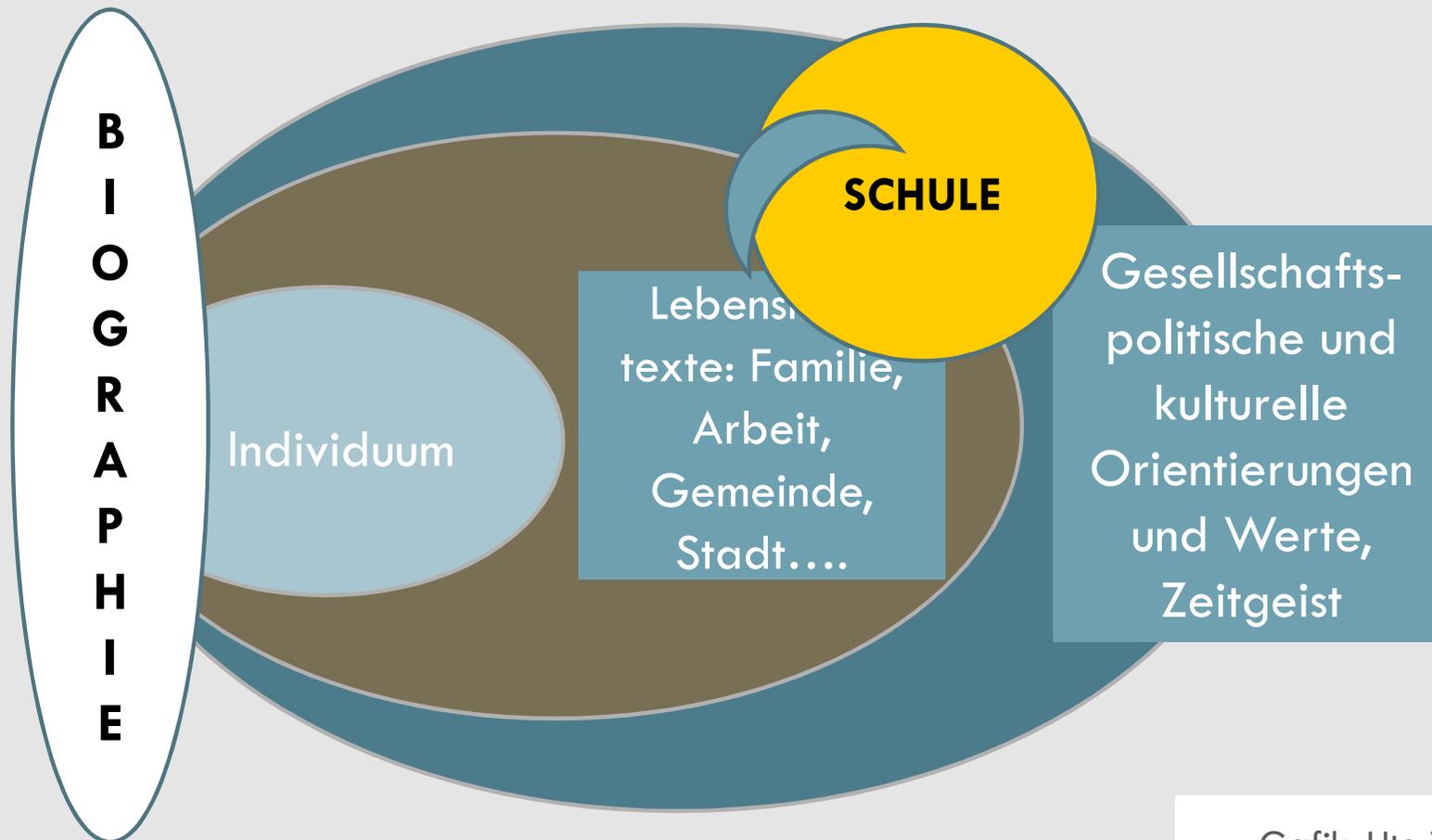
- Bedeutung von Sinnhaftigkeit (Jugendstudie Keupp)
- Das Leben wird vorwärts gelebt und rückwärts verstanden
- Subjektiv „gute Gründe“ für Verhalten und Haltungen

Das individuelle Ausbuchstabieren von Zeitgeschichte und Ähnlichkeiten....

- Familien
- generativer Gebundenheit
- Sozialen Milieus, Schulkultur
- Regionen
- Glaubensgemeinschaften
- Kulturen
- ...

Lebenszyklen,
wie Ausbildungs-,
Familienzyklus,
Phasen der
Identitäts-
entwicklung
...

Komplexität des Konzepts Biografie: Aus A folgt nicht zwangsläufig B



Grafik: Ute Zocher

3.

Biografie und Ernährung - macht das überhaupt Sinn?



Biographie und Ernährung

Ernährung ist nicht alleine zu denken...

- Was bedeutet es, auf einem Gymnasium vegan zu essen?

(soziale Distinktion)

- Was bedeutet es, mit 15 Gemüsesuppe zu lieben?

(entwicklungspsychologisches Ausprobieren)

- Wie wahrscheinlich ist es, dass Essstörungen nur etwas mit der Nahrungsaufnahme zu tun haben und nicht mit dem familiären Beziehungsgefüge?

(Ursache-Symptom)

z.B. Studie über subjektives Erleben von Übergewicht

Barlösius et al., Fokusgruppen mit übergewichtigen Jugendlichen und deren Eltern, DICKsein, 2012

- Dicksein als gesellschaftliche Erfahrung
- Die überfälligen Kilos wiegen für das Wohlbefinden scheinbar weniger, als die soziale Ausgrenzung und die Stigmatisierungsprozesse

„Alle haben halt den gleichen Körper, nur dass manche halt durch ein paar Kilos mehr halt etwas anders aussehen.“ (MD 11-13)

„Wir sind sechs Kinder; und ich habe nur zwei ältere, die Kleinen machen Dreck. Ich bin den ganzen Tag am Aufräumen, und mein Bruder ist behindert, und der braucht auch sehr viel Pflege, und da helfe ich halt auch.“ (MT 14-16)

„Weißt du, das einzige, warum du es hasst, fett zu sein, ist, dass du dich vor den anderen ...“

E: „Schämst?“

C: „Ja.“ (JT 11-13)

...was fehlt, ist das Erleben von Gemeinschaft und Solidarität

z.B. Ko-Faktoren für Verzicht auf Frühstück

Ko-faktoren für den Verzicht auf Frühstück bei GS-Kindern:

- Migrationshintergrund des Kindes
- alleinerziehender Elternteil
- niedriges Familienbildungsniveau
- erhöhter Konsum von gesüßten Getränken
- erhöhter Konsum von Bildschirmmedien
- hoher Körperfettanteil
- weibliches Geschlecht

(Traub et al., Ernährungs-Umschau 9/2017)



...Ernährung und Gesundheit als Thema sozialer Ungleichheit

Biografische Perspektive auf das Subjekt



- Ernährungsvorstellungen stehen im Zusammenhang mit **anderer Selbstver**
Haltungen
- Ernährungsverhalten ist immer auch Ausdruck der **Interaktion Individuum-Umwelt**
- Subjekte sind **Experten** ihrer Lebenssituation
(Wertschätzung, Ressourcenorientierung, Empowerment)
- Subjekte werden mit der Idee **des sinnvollen Handelns** gedacht
- Problematisch anmutendes Verhalten stellt immer auch einen **Lösungsversuch** dar

4.

Deutungs- und Erkenntnismöglichkeiten



Mittagsband als Biografie-Generator

„Die Vagheit sozialer und institutioneller Situationen fordert handlungs- und Gestaltungsprozesse.“

(Hanses, Alheit 2004)

- Institution schließt sich für Biografie-Ressourcen ihrer Mitglieder auf und begibt sich in lebendige Interaktions- und Aushandlungsprozesse

Voraussetzung: Selbstreflexivität der Institution

Mittagsband als Biografie-Generator

Daraus folgt, dass die Schule sich fragt:

1. Was heißt Mittags- und Pausengestaltung für **unsere** Schule **heute**?
2. Wie können wir die Mittags- und Pausengestaltung für Kinder, Jugendliche und Lehrkräfte **biografisch** **anschlussfähig** werden lassen?
3. Wie ist die Mittags- und Pausengestaltung in unsere **Schulkultur eingebunden**?

Mittagsband als Biografie-Generator (1)

- Selbstreflexionsprozess der Schule
- Einleitung eines Verfahrens zur Gestaltung der Mittags- und Pausengestaltung
- Gremienarbeit, Schulgemeinschaft

→ **Polis (von Hentig)**

Mittagsband als Biografie-Generator (2)

Biografische Gestaltung des Mittagsbands heißt im wesentlichen

- Informalisierung von Räumen
- Ressourcenaktivierung
- Partizipation
- Gemeinschaftserfahrungen ermöglichen
- Räume öffnen

...Reflexionsschleifen als Prozessgestaltung...

Mittagsband als Biografie-Generator (2)

Kirsten Althoff, 2011

| Die Mittagszeit | | |
|--|--|--|
| <p>...soll Freizeit für Schüler/innen sein!</p> | <p>...soll Freiräume schaffen!</p> | <p>...soll Selbständigkeit und Spontaneität zulassen!</p> |
| <p>Die Angebote sollten den Wünschen und Bedürfnissen der Schüler/innen entsprechen!</p> | <p>Es muss auch Zeiten und Freiräume geben in denen Schüler/innen nicht permanent unter Aufsicht stehen!</p> | <p>Die Angebote sollten so flexible wie möglich sein und Schülerpartizipation zulassen</p> |

Mittagsband als Biografiegenerator (3)

Mittags- und Pausenkonzept integriert in Schulkultur und Bildungskonzept

- vernetzt mit Schulgarten
- vernetzt mit anderen Fächern wie Verbraucherbildung, Umwelt, Ethik...
- Schulverpflegung ermöglicht konkrete Teilhabe und Mitgestaltung (z.B. Nahrungsmittelzubereitung, Service/Dienste)

...Ermöglichung von konsistenten und kohärenten Erfahrungen...

FAZIT/THESEN

1. Die Pausen- und Mittagsgestaltung schließt sich explizit für die biografischen Ressourcen der Akteure auf und stellt ein Angebot dar, das durch Interaktion und Aushandlung entwickelt wird.
2. Die Pausen- und Mittagsgestaltung ist nur so gut, wie die Schulkultur insgesamt. D.h. sie ist integrierter Bestandteil der Schulkultur.
3. Wenn Hänchen in der Schule die Möglichkeit erhält, biografisch bedeutsame Kohärenz- und Konsistenzenerfahrungen zu machen, wird Hans dies ein Leben lang genießen...

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Ich freue mich auf die Diskussion



Literatur

- Alheit, P. 2003. „Biographizität“ als Schlüsselqualifikation. Plädoyer für transitorische Bildungsprozesse. S.7-22 In: QUEM-report. Schriften zur beruflichen Weiterentwicklung. Heft 78, Weiterlernen neu gedacht. <http://www.abwf.de/content/main/publik/report/2003/Report-78.pdf> , Zugriff am 13.08.2016
- Alheit, P. & Dausien 2006. “Biographieforschung in der Erwachsenenbildung.”In Krüger, H.-H. & Marotzki, W. 2006. (431-459)
- Althoff, K., 2011: Ganztägig lernen in Nordrhein Westfalen. Heft 17,2011
- Baacke/Schulze (Hrsg.), 1979 : Aus Geschichten lernen. Juventa
- Barlösius et al., 2012 DICKsein. Über die gesellschaftliche Erfahrung dick zu sein. Leibniz Universität Hannover, Institut für Soziologie
- Hanses, A., 2004: Biographie und Soziale Arbeit
- Keil, A.: „Gesundheit und Krankheit als biographische Gestaltbewegung.“ (111-127). In: Hanses 2004
- Kluß, N. 2019: Essen und (Ess-)Genuss als Chance und Aufgabe der Ernährungsbildung. In: Haushalt in Bildung und Forschung, Januar 2019
- Krüger, H.-H., Marotzki, W. (Hrsg.), 2006: Handbuch erziehungswissenschaftlicher Biographieforschung. Verlag für Sozialwissenschaften
- Marotzki et al., 2005: Einführung in die Erziehungswissenschaft. UTB
- Schmidt, B. (2009): „Gesundheit benutzerfreundlich fördern statt eigenverantwortlich fordern.“ In: Gesundheit BerlinBrandenburg (Hrsg.): Dokumentation 15. bundesweiter Kongress Armut und Gesundheit, Berlin 2009.

- Schnabel, P.-E. 2009. "Zur Kritik medizin-paradigmatischer Normativitäten in der aktuellen Präventionspolitik." In: Normativität und Public Health. Vergessene Dimensionen gesundheitlicher Ungleichheit, Bittlingmayer ed al., Verlag für Sozialwissenschaften
- Schulze, Th., 2006: „Biographieforschung in den Erziehungswissenschaft- Gegenstandsbereich und Bedeutung.“ In: Krüger/ Marotzki (Hrsg.): Handbuch der erziehungswissenschaftlichen Biographieforschung. S.35-59
- Stumpp, G. 2003: Biographie und Gesundheit: Subjektive Gesundheitstheorien als widerspenstige Konstrukte? Vortrag gehalten am 20.6.2003 anlässlich der Kommissionstagung der DGFE, Hattingen
- Weltgesundheitsorganisation (1986), Ottawa-Charta für Gesundheitsförderung (abrufbar unter: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf, letzter Zugriff: 14.7.2016)
- Wilkinson,R. Pickett, K. (2009), Gleichheit ist Glück. Warum gerechte Gesellschaften für alle besser sind. Haffmans & Tolkemitt (bei Zweitausendeins). 2. Auflage.
- Zocher, U., 2011: „Biographisch orientierte Gesundheitspädagogik- eine erziehungswissenschaftliche Perspektive auf Gesundheit und Gesundheitsförderung.“ In: Knörzer/Rupp (Hrsg.): Gesundheit ist nicht alles – was ist sie dann?
- Zocher, Ute (2015): „Biografisches Arbeiten und Gesundheitsförderung.“ In: Ernährung im Fokus, 03-04/15. aid Infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e.V.

- Zocher, Ute (2017), Biografische Arbeit und Umgang mit subjektiven Theorien in der Ernährungsberatung. In: Ernährungs Umschau, Juni 2017, M340-M350
- Zocher, Ute (2017), Essbiografien in der Ernährungsberatung. In: Ernährungs Umschau, September 2017, M506-M512
- Zocher, Ute (2018), „Die biografische Perspektive und ihre Implikationen für Theorie und Praxis der Ernährungswissenschaft“, in: Essbiografie – Annäherungen an die individuellen Ernährungsgewohnheiten, Dr. Rainer Wild-Stiftung (Hrsg.), Heidelberg 2018
- Zocher, Ute (2018), „Biografiearbeit in der Ernährungsberatung – ein Ansatz in der Arbeit mit Beratenden und Ratsuchenden“, in: Essbiografie – Annäherungen an die individuellen Ernährungsgewohnheiten, Dr. Rainer Wild-Stiftung (Hrsg.), Heidelberg 2018