

# Betrifft

www.betrifftkinder.de ISSN 1613-737X Heft 01-02|2023

# KINDER

Das Praxisjournal für Erzieher:innen, Eltern und Grundschullehrer:innen heute

Hauptsache

## Atelier dei Sapori

Wenn die Küche zur Werkstatt wird und Essen ein Erlebnis

Werkstatt

## Essbare Kita

Kinder lieben Pflanzen zum Naschen

Forschersein

## Duft, Geruch, Aroma

Signale, Entscheidungen und Erinnerungen über die Nase

Hauptsache

## Essen à la Partizipation

Autonomes Handeln von Kindern verantwortungsvoll begleiten

verlag das netz

# Klar, lebendig, unabhängig: Ein Abo »Betrifft KINDER«.

Sie wollen gut über Neues in der Fachszene informiert sein, spannende Reportagen aus der Praxis lesen und wertvolle Anregungen für Ihre eigene Arbeit erhalten? Dann abonnieren Sie doch einfach **Betrifft KINDER!** Wenn Sie ein Abo (voll oder ermäßigt) abschließen, schenken wir Ihnen zum Dank für Ihr Vertrauen zwei Hefte, die Sie aus allen erschienenen Jahrgängen auswählen können (solange der Vorrat reicht)! Informationen über die **Betrifft KINDER**-Ausgaben erhalten Sie unter [www.betrifftkinder.de/Zeitschrift](http://www.betrifftkinder.de/Zeitschrift).

Viel Spaß beim Lesen!

Ich möchte gern **Betrifft KINDER** abonnieren und bestelle

- das Jahresabo
- das ermäßigte Abo
- das Probeabo

(Auswahl bitte ankreuzen!)

.....  
Vor- und Zuname / Einrichtung

.....  
Straße

.....  
PLZ/Ort

.....  
Telefonnummer

.....  
E-Mail

.....  
Datum

.....  
Unterschrift

Widerrufsrecht: Diese Vereinbarung kann ich innerhalb einer Woche ab Datum der Unterschrift schriftlich beim Verlag widerrufen. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung.

Als Geschenk möchte ich gern die Hefte:

.....

Liebe Leser:innen,

**Betrifft KINDER** ist das Praxisjournal für Erzieher:innen, Eltern, Grundschullehrer:innen, Leiter:innen von Kindergärten, Kindertagesstätten, Krippen, Grundschulen und Horten sowie die begleitende Fachszene in Ausbildung und Praxis.

Es stellt klar, lebendig und unterhaltsam spannende Ideen sowie Konzepte und Projekte in der Bildung, Erziehung und Betreuung von Kindern zwischen null und zwölf Jahren vor. Dabei greift es auf Möglichkeiten eines dichten Netzwerks von Kooperationspartner:innen zurück.

Gerade der Netzwerkcharakter lässt **Betrifft KINDER** zu einer kreativen Ideenschmiede für Leser:innen, Autor:innen, Erfinder:innen, Redaktionen und Gestalter:innen werden, zu einem Entwicklungsmotor für innovative Pädagogik und offensive Politik für die Rechte und Entwicklungsbedürfnisse von Kindern.

**Betrifft KINDER** erscheint jährlich mit **6 Heften + 3 Betrifft KINDER extra + Betrifft KINDER-Taschenkalender**

## Direkt-Jahresabo

48,- EUR, zzgl. 12,- EUR Versand

## ermäßigtes Abo für Azubis, Student:innen und in der Elternzeit

36,- EUR, zzgl. 12,- EUR Versand (Nachweis bitte zusenden)

## Kennenlern-Abo (zwei aufeinanderfolgende Ausgaben)

10,- EUR, zzgl. 2,- EUR Versand

Das Kennenlern-Abo verlängert sich zu einem vollen Abo, wenn Sie nicht 14 Tage nach Erhalt des letzten Heftes kündigen.

## Online-Jahresabo

36,- EUR, **6 Betrifft KINDER** Ausgaben digital, ohne Extras und Kalender: <https://www.verlagdasnetz.de/webx/>



verlag das netz

Bestellungen beim verlag das netz

Nummer 51 · 99441 Kiliansroda/Weimar

Tel. 036453.7140 · Fax 036453.71412

[www.verlagdasnetz.de](http://www.verlagdasnetz.de) · [service@verlagdasnetz.de](mailto:service@verlagdasnetz.de)



Wenn mehrere Kinder zusammen essen, wird das Essen nicht kalt.  
Aus Kenia

Liebe Leser:innen,

Ist es die Vorfreude auf den ersten Bärlauch oder auf die Naschhecken, die bald wieder eine magische Anziehungskraft auf große und kleine Finger ausüben? Oder weil die Fastenzeit vor der Tür steht? So oder so, der Appetit auf ein Heft zum Thema Ernährung ist groß. Dass Essen immer auch ein pädagogisches Thema ist und Geschmacksknospen sich auch im Winter nicht langweilen müssen, bezeugen die Autor:innen, die wir für die vorliegende Ausgabe gewinnen konnten.

Sehr inspiriert hat uns die Einstellung der Atelierista Barbara Moser. Sie lässt sich bei ihrer Arbeit im Atelier of Tastes weniger von der Frage leiten, was man mag oder nicht mag, sondern mehr von dem, was gerade zur Verfügung steht, von der Kreativität beim Zubereiten und der Freude an der Gemeinschaft.

Was haben Sie als Kind gern gegessen? Ist es heute immer noch Ihre Lieblingspeise? Probieren Sie gerne Neues, oder bleiben Sie Ihren Favoriten treu? Dass die Frage des Geschmacks wesentlich von der Esskultur der Familien abhängt, erkennt die Erziehungswissenschaftlerin Caroline Ali-Tani mit dem Blick in die Brotdosen der Kinder. Wir erfahren, dass deren Inhalte ein Spiegel vielfältiger Esskulturen der Familien ihrer jungen Besitzer:innen sind.

Natürlich war uns schon bei der Recherche bewusst, dass das Thema Essen weit über das hinausgeht, was wir an Beiträgen für diese Ausgabe sammeln konnten. Beeindruckt hat uns das Verständnis für Bedürfnisse der Kinder und persönliche Befindlichkeiten im Team. Die pädagogische Fachkraft Catharina Rafter beschreib sehr anschaulich, wie in ihrer Einrichtung Partizipation am Essenstisch gelebt wird. Die Zutat, die bei keiner Mahlzeit fehlen sollte.

Viel Spaß beim Lesen wünscht das

Redaktionsteam von **Betrifft KINDER**



## Hauptsache Zeig mir deine Brotdose

Zugehörigkeit und Ungleichheit in Alltagssituationen  
Neben der Frage nach gesunder Ernährung hat die Essbiografie große Bedeutung für die Frühstückspause. Wie wir Vielfalt genussvoll gestalten, zeigt Caroline Ali-Tani

## Hauptsache Essen à la Partizipation

Autonomes Handeln von Kindern verantwortungsvoll begleiten

Wie Essenssituationen in der brandenburgischen Kita Wukaninchen von allen Beteiligten gemeinsam gestaltet werden, beschreibt Catharina Rafoth



## Begegnungen Mittendrin besonders

Vom Leben und Lernen in der sorbischen Minderheit  
Seit einem Jahrzehnt zählen die Feste und Bräuche der Sorben zum immateriellen Kulturerbe. Jutta Gruber sprach mit Vertreterinnen des Volkes in der Lausitz

## Werkstatt Essbare Kita

Kinder lieben Pflanzen zum Naschen  
Edeltraud Prokop und Herbert Österreicher begrünen Fensterbänke, Terrassen und Außengelände kulinarisch zu allen Jahreszeiten



- 6 Hauptsache** **Atelier dei Saponi**  
*Wenn die Küche zur Werkstatt wird und Essen ein Erlebnis*  
Im Atelier des Geschmacks ist die Küche fixer Bestandteil der Bildungsphilosophie des Reggio-Ansatzes. Ein Beitrag von Barbara Moser
- 12 Hauptsache** **Essen à la Partizipation**  
*Autonomes Handeln von Kindern verantwortungsvoll begleiten*  
Wie Essenssituationen in der brandenburgischen Kita Wukaninchen von allen Beteiligten gemeinsam gestaltet werden, beschreibt Catharina Rafoth
- 16 Hauptsache** **Zeig mir deine Brotdose**  
*Zugehörigkeit und Ungleichheit in Alltagssituationen*  
Neben der Frage nach gesunder Ernährung hat die Essbiografie große Bedeutung für die Frühstückspause. Wie wir Vielfalt genussvoll gestalten, zeigt Caroline Ali-Tani
- 22 Werkstatt** **Essbare Kita**  
*Kinder lieben Pflanzen zum Naschen*  
Edeltraud Prokop und Herbert Österreicher begrünen Fensterbänke, Terrassen und Außengelände kulinarisch zu allen Jahreszeiten
- 30 Wissen** **Rechenbrett 2.0**  
*Wie das Rechenbrett zurück nach Europa kam*  
Weil Elisabeth Gründler ihre Liebe zur Mathematik den Pädagog:innen und Rechenbrettfans Rebeca und Mauricio Wild verdankt, lädt sie uns auf eine Reise in deren Heimat Ecuador ein
- 34 Begegnungen** **Mittendrin besonders**  
*Vom Leben und Lernen in der sorbischen Minderheit*  
Seit einem Jahrzehnt zählen die Feste und Bräuche der Sorben zum immateriellen Kulturerbe. Jutta Gruber sprach mit Vertreterinnen des Volkes in der Lausitz
- 38 Forschersein** **Duft, Geruch, Aroma**  
*Signale, Entscheidungen und Erinnerungen über die Nase*  
Einen Geruch erkennen wir schon am Gesichtsausdruck. Ob er angenehm oder ekelig ist, und was es darüber hinaus noch zu erschnüffeln gibt, erkundet Herbert Österreicher
- 42 Medien** **Es schmeckt!**  
Ob Gourmets, Wenigesser:innen oder Vielfraße, sie alle finden sich in Bilderbüchern wieder. Die Buch-AG aus Wetzlar weiß, welche besonders geeignet sind
- 46 Medien** **Früchte des Lebens**  
*Ein Film über die wundervolle Welt der Kita Wilde 9*  
Was ihn während der Arbeit am Dokumentarfilm über den Kindergarten Wilde 9, einem kleinen, magischen Ort bei Greifswald, besonders bewegte, erfahren wir von Emanuel Malveiro
- 48 Aktuell** **Schlüssel zur Welt**  
*Warum das Bundesprogramm »Sprach-Kita« weitergeführt werden sollte*  
Mitte 2022 wurde bekannt, dass die finanzielle Förderung des Bundesprogramms bald auslaufen soll. Simone Wahl appelliert für dessen Fortführung

# Atelier dei Sapori

## Wenn die Küche zur Werkstatt wird und Essen ein Erlebnis

Das Atelier of Tastes – Atelier des Geschmacks – ist eines der vielfältigen Ateliers, das in Reggio Emilia zu finden ist: im Loris Malaguzzi Zentrum, in den Krippen und Kindergärten sowie in der Grund- und Mittelschule. Essen als Kulturgut wird mit regionaler Zuwendung zelebriert. Die Küche ist seit dem Ursprung des Reggio-Ansatzes fixer Bestandteil seiner Bildungsphilosophie. Ein Beitrag der Bildungswissenschaftlerin Barbara Moser.

### Caseificio – Malaguzzi und die Käsefabrik

In Reggio Emilia am Bahnhof angekommen, führt mich der direkte Weg in eine ehemalige Käsefabrik, in der das weltweit bekannte Loris Malaguzzi Zentrum beheimatet ist. Hier ist das Eintauchen in einen der spannendsten und inspirierendsten Bildungsansätze der Welt unaufhaltsam. Der Eintritt offenbart eine großzügige lichtdurchflutete Piazza, wo der Geruch von Kaffee, Crostinis und Croissants die Nase berührt und kein Weg am Atelier of Tastes vorbeiführt. Offenheit, Aufrichtigkeit und Empfänglichkeit der Fabrikhalle, Licht und Geruch, Farben und modernes Mobiliar fordern zum Verweilen und zum Austausch mit der Reggio-Philosophie auf. Es ist eine eigene Welt fernab von Konsum und gesellschaftlicher Schnelllebigkeit. Ein Ort konzentrierter Fokussierung auf grundlegende Bildungsthemen nah der konkreten Lebenspraxis, welche essentiellen Wert in der Reggio-Pädagogik hat.

### Essen als Ausdruck kultureller Identität

Essen ist ein wesentlicher Teil unserer Lebenspraxis – ein fundamentales Bedürfnis, genussvolles Gemeinschaftserlebnis und Ausdruck kultureller Identität. Loris Malaguzzis Leitgedanke »Die ganze Bildungseinrichtung ist eine Werkstatt, wo die Kinder die Welt erforschen und untersuchen« verwandelt Räume in Lernwerkstätten. Auch die Küche wird zum Ort des sinnlichen Genusses, des künstlerischen Ausdrucks, der schöpferischen Auseinandersetzung mit Speisen und der Kontemplation. Das Kinderrestaurant spiegelt krea-



Man soll dem Leib Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.

Winston Churchill

tive Inspirationen und genussvolle Esskultur wider, dient dem Genießen leckerer Mahlzeiten und ist Raum der Begegnung und Gesprächs.

Während einer Studienreise nach Reggio Emilia besuchen die zweijährige Sarah und ihre Mutter eine Reggio-Krippe. Es ist gerade Mittagszeit und die Kindergruppen genießen die in der Küche nebenan frisch gekochten Speisen auf der Piazza. Elena, eine Reggio-Pädagogin, lädt Sarah mit großer Selbstverständlichkeit ein, sich zu ihren italienischen Altersgenoss:innen zu setzen und mitzuessen. Die deutschsprachige Sarah sitzt neben den italienischen Kindern. Gemeinsam wird gespeist und gelacht. Die Zutaten des Mittagessens stehen, mit den Begrifflichkeiten sichtbar ausgewiesen, auf einem der Tische auf der Piazza. In einer dabeiliegenden Menükarte können Familien, Gäste und Besucher:innen das Menü nachlesen. Ein Plakat informiert sie zudem, um welche Lebensmittel es sich handelt. Was neben der Piazza und dem Menütisch in der Küche geschieht, hat nichts mit Lebensmittelkonsum und Kantinenabfertigung zu tun. Was hier in der



Reggio-Einrichtung »8. März« stattfindet, ist ein pures sinnliches Erlebnis.

### Inspire – Create – Enjoy

Nicht das Konsumieren steht im Vordergrund, sondern die Lust und Muße am gemeinsamen Erfinden, Zubereiten und Kreieren. Den Speisen widmet man sich in der Reggio-Pädagogik nicht nur, weil der Hunger zum Essen drängt und gestillt werden will. Kinder und Erwachsene beschäftigen sich mit dem Prozess der Essensbeschaffung, der Vorbereitung und Zubereitung und erst dann, eingebettet in ein stressfreies Ambiente, mit der Nahrungsaufnahme. Ohne andere Ablenkungen werden wir mit Auge und Gaumen verwöhnt. Gemeinsam essen. Entspannt und bewusst. Nachhaltig, gesund und sinnlich zugleich. Konsumkultur versus frisch zubereitet und selbst gekocht. Food Waste versus Food De-

sign. In der Kochwerkstatt stehen Kunst und Ästhetik, Slowfood und Nachhaltigkeit an oberster Stelle. Essen wird verstanden als Kulturgut und essentieller Bestandteil aller Kulturen. Die differenzierte Essenskultur bei den gegenwärtigen internationalen Einflüssen in den Bildungseinrichtungen zu erforschen, gleicht einer Ethnologie.

### Authentizität beim Kochen

Ohne Essen wären wir heute nicht, wo wir sind. Bestimmte Lebensmittel machten den Menschen stärker und klüger, und die soziale Anregung ließ ihn innerlich aufblühen.

»Du bist, was du isst!«, besagt ein Sprichwort, und es steckt darin ein Stück Wahrheit. Lebensmittel sind schöpferischer Impuls, Energie und Kraftstoff, um aktiv und lebensfähig zu sein. Entscheidend ist jedoch weniger das »richtige« Lebensmittel, sondern vielmehr die Authentizität



und Narration als schöpferischer Akt beim Kochen und der Prozess des Essens. Geschmackvolles Essen ist unumgänglich mit körperlicher und geistiger Gesundheit verbunden. Die Kinder in Reggio Emilia lernen, dass Essen ein kreativer Prozess ist, ein Aussteigen aus dem oftmals anstrengenden leistungsorientierten Alltag, ein Gefühl und eine Lebenseinstellung und nicht nur Nahrungsaufnahme. Das Atelier of Tastes öffnet Raum nicht nur für Kontakt mit der eigenen Kultur und anderen Kulturen, sondern installiert eine identitätsstiftende Beziehung zu den Ressourcen, welche die Natur als Lebensmittel bereitstellt. Die Konfrontation mit diesem Thema passiert stetig. Nicht als isolierte Bildungsaktivität, sondern als ein pädagogischer Prozess: Bildungsarrangements, wie Kräutergarten anlegen, sich aktiv beim Speiseplan einbringen, bei der Beschaffung von Lebensmitteln dabei sein und sich Wissen um die Herkunft und die Produktion von Lebensmitteln aneignen, gehören genauso dazu, wie ganz praktisch in der Küche Hand anzulegen und einzigartige Speisen zu kreieren. Eintauchen in die Welt des Geschmacks, Genuss erleben als eine Freude am Tun, Wirken und Ergebnis.

### Kinder kochen experimentell

Kinderhände und Kindergehirne sind vor allem eines: flexibel und flink im Denken und Handeln. Juri nimmt den Rhabarber, riecht am Blatt, Matilda führt ihre Finger über die Blattadern. Sie nimmt die Erhebungen des Blattes wahr – mit der Erkenntnis, dass sich die Oberfläche wie eine Muschel anfühlt. Amato beginnt das Blatt in Streifen zu schneiden, diese in Wasser zu geben und zu beobachten, wie sie und das Wasser sich verändern. Die kleine Kunstgruppe erstellt mit der Kunstpädagogin im Atelier eine Frottage von den



Rhabarberblättern. Die Atelierista fotografiert die Blätter und stellt sie den Kindern zum Abzeichnen mit schwarzen Faserschreibern auf Transparentpapier zur Verfügung. Die Rieserblätter werden zu kleinen Blattgebilden, die kurze Geschichten zum Einsetzen, Wachsen, Pflegen und Ernten des Rhabarbers erzählen. Die Kinder der Reggio Atelier Schule in Linz schreiben diese mit hoher Fantasietätigkeit in Verbindung zu ihrem Rhabarberwissen auf Leporellos. Sie sind offen dafür, was Rhabarber und Co. können. Nichts hindert sie in ihrem Drang, tätig zu sein und aktiv die Grenzen der Möglichkeiten zu überschreiten. Sie wollen wissen, was in diesem Lebensmittel steckt. Neben Vitaminen, Mineral- und Ballaststoffen entdecken sie Farben und Düfte und entfalten ihre schöpferische Inspiration. Ob Rhabarber-Erdbeer-Kompott oder Rhabarber-Tiramisu – die Kinder lernen im Pflanzen- und Naturatelier, dass Rhabarber geschält und roh nicht ge-



Lifestyle kreieren die Kinder: Diverses ausprobieren, Trennen oder miteinander koppeln, vom Individualismus »kosten« und einen einzigartigen Weg kreieren. Norah nimmt die Avocado. Statt der vertrauten Guacamole ist sie enthusiastisch darauf ausgelegt, eine Neukonzeption zu erzeugen und ersetzt die Zitronen mit Mandarinen. Neue Ideen entstehen im Atelier of Tastes nicht bereits einen Tag zuvor im Kopf, sondern spontan. Weil vielleicht die Lust auf eine Mahlzeit mit Avocado größer ist, als bis zum Nachkauf von Zitronen zu warten, vermischt Norah die Avocado mit Mandarinstückchen und einer dezenten Menge Zwiebeln. Der mexikanischen Guacamole wird mit einer süßen statt sauren Geschmacksexplosion ein orientalischer Touch eingehaucht.

### Atelier of Tastes ist ein Forschungslabor

Das Atelier of Tastes ist nicht nur eine pädagogische Idee, sondern ein permanentes Forschungsprojekt, basierend auf dem Ursprung und der Entwicklung von Geschmacksempfindungen ab der Kindheit. Es provoziert auch neue Ideen zu Solidarität, Investments rund ums Essen und zum Wohlfühlen einzelner Menschen und von Gemeinschaften. In Reggio Emilia wird es von einem Forschungsteam geleitet und begleitet, das sich aus Wissenschaftler:innen der Harvard University und den Küchenchef:innen der Einrichtungen zusammensetzt. Von der Küchenchefin Paola erfährt die Studiengruppe, wie man sich Lebensmitteln annähern und sie erforschen kann:

- auf den Lichttisch legen und in frischem, verwelktem oder vertrocknetem Zustand betrachten,
- riechen vor dem Verkosten,
- Früchte in ihren Konsistenzen betrachten und im Detail erforschen,

gessen werden sollte. Die geschälten Streifen vom Stängel legt Matilda ebenfalls in das Wasser und schaut ihnen beim Kringeln zu. Pflanzen leben! Pflanzen verändern sich und im besten Fall auch den Ernährungsstil der nächsten Generation. Von Fastfood wird die Menschheit sicher weder intelligenter noch gesünder werden.

### New Age statt Anti Aging

Zukünftig nehmen Einsichten über das Zusammenspiel eine bedeutendere Rolle ein, als die Analyse der beteiligten Einzelteile. Gegensätze und das Irrationale bekommen Platz, um einen neuen Handlungsspielraum zu eröffnen. Fast könnten wir sagen, dass diese neue Lebensarchitektur auch beim Essen als individueller Eating Style ankommt. Den neuen



- Farben und Formen extrahieren und eine künstlerische Session gestalten,
- eine Farbpalette kreieren und überlegen, wie noch mit den Farben weitergearbeitet werden kann,
- ihre kulturelle, geografische und geschichtliche Vielfalt entdecken,
- regionale Lebensmittel erforschen und wertschätzen,
- Familien und externen Gästen ein hohes Maß Gastfreundschaft entgegenbringen und Geselligkeit in Kombination mit gemeinsamem Speisen, Sitzen, Essen und Sprechen genießen,
- Kinder ermutigen, eine breite Variation von Geschmäckern zu erfahren, um ein breites Geschmacksrepertoire auszubilden,
- Audioaufnahmen vom Klang von Essen machen.

### Kreationen aus dem Moment

Nahrungsmittel und viele Zutaten aus der Küche kommen auch in den Laboren für das forschende Lernen in Reggio-Einrichtungen zum Einsatz. Viele haben geniale Funktionen und Wirkungen. Salz z.B. ist ein bedeutender Wunderstoff im Labor, denn Salzkristalle können ganz viel: In Verbindung mit Essig werden Metallmünzen wieder glänzend, eine hohe Salzkonzentration lässt ein Ei in einem Glas voller Salzwasser an der Wasseroberfläche schweben. Mit roten Rüben können wir Wasser färben, um daraus Pflanzenfarben herzustellen. Der Gang in die Küche ist eine alltägliche Routine, nicht nur, wenn es ums Essen-Zubereiten und Kochen geht, sondern auch, wenn die Kinder im Labor forschen und Weltzusammenhänge erkunden wollen. Welche Zutaten aus der Küche notwendig sind, ist eine Frage der gegenwärtigen Interessen – heute sind es vielleicht Knochen, die im BioLab



(Biologielabor) zersetzt werden sollen, und morgen Eiszwürfel, um sie zusammenzukleben. Der Moment gibt den Ton an. Beim Forschen, beim Essen und beim Kochen. In der Küche der Kinder ist dies fortwährende Normalität und tägliche Dynamik. Sie erleben, dass Kochen ein Handwerksprozess ist, dass Mahlzeiten einzigartige Werke sind, die in Werkstätten mit richtigen Instrumenten, Werkzeugen und Utensilien entstehen. Auch hier entflammen sich die Ideen für Kreationen aus dem Moment. Entscheidungen, wie z.B. die, dass das Schnippeln von Karotten in Scheiben, Stifte oder feine Streifen den Geschmack beeinflusst, führt zu wieder neuen Möglichkeiten und Erkenntnissen. Im Atelier of Tastes würden wir Kinder nie fragen, ob sie dieses oder jenes Nahrungsmittel mögen. Die Frage »magst du Kartoff-



fein/Äpfel/Brot/Fisch ...« verhüllt deren Facettenreichtum, statt differenzierte Perspektiven auf Formenwandel und transformative Gestaltkraft zu öffnen.

### Verantwortung für eine neue Kultur

Esskultur ist nicht irgendeine Kultur, sie ist Ausdruck individueller und gesellschaftlicher Werte und Gegebenheiten. In den Ateliers of Taste treffen wir auf ästhetisch ansprechende Mahlzeiten aus ausgewählten Zutaten. Auf visuellen Genuss und olfaktorisches Erlebnis, bevor der Geschmackssinn zum Tragen kommt. In den Geschmacksknospen auf der menschlichen Zunge befinden sich Geschmackssinneszellen. Diese verteilen die wahrgenommenen Sensibilitäten auf der Zunge und befördern die Empfindungen in die Großhirnrinde. Erst dort bildet sich die Entscheidung, ob ein Essen als besonders köstlich oder unangenehm abscheulich eingestuft

wird. Die Geschmackssinneszellen lernen bereits ab Geburt und im Laufe der kindlichen Entwicklung, sich auf Differenz oder auf Banalität einzustimmen. Wie meine Zunge wahrnimmt und welche Informationen im Gehirn landen, entscheidet sich im Kindesalter. Die Verantwortung für die Sensibilisierung der Geschmacksnerven unserer Kinder und eine zukünftige nachhaltige Esskultur liegt bei uns.

**Barbara Moser** ist Bildungswissenschaftlerin, Elementarpädagogin und Atelierleiterin. Die Aktivierung von Kreativ- und Innovativ-Potenzialen durch kreativ-künstlerische Atelierarbeit ist ihr zentrales Anliegen. Sie arbeitet und lebt in Linz und reiste als internationale Vertreterin des Reggio-Ansatzes von Kapstadt bis nach Luxemburg.

**Kontakt**  
barbara@reggiobildung.at

# Essen à la Partizipation

## Autonomes Handeln von Kindern verantwortungsvoll begleiten

Partizipation als gelebtes Kinderrecht bringt gerade für die Gestaltung der täglichen Essenssituation eine Menge Herausforderungen und Chancen mit sich. Von den Erfahrungen des Teams der Elterninitiativkita Wukaninchen im brandenburgischen Biesenthal berichtet die pädagogische Fachkraft Catharina Rafoth.

»Guck mal, was ich heute mit hab!« Freudig sieht mich Luis an und hält mir ein Käsebrot entgegen, das er aus der mitgebrachten Brotdose genommen hat. Er beißt genüsslich hinein und lässt es sich schmecken. So oder ähnlich beginnen unsere Tage in der Elterninitiativkita Wukaninchen in Biesenthal. An diesem kleinen Ort nordöstlich von Berlin verstehen wir Partizipation als Kinderrecht. Wie wir das beim Thema Essen an unseren zwei Standorten, der Haus- und der Waldkitagruppe, leben, ist spannend und herausfordernd zugleich. Schon beim Ankommen zeigen sich die unterschiedlichen Bedürfnisse der Kinder und wie sie sich diese selbstbestimmt erfüllen. Die meisten Kinder der Hauskitagruppe beginnen ihren Tag, indem sie sich mit ihren Brotdosen und Trinkflaschen an unseren großen Tisch setzen. Ich erlebe das wie ein morgendliches, sicherheitsbringendes Ritual, das die Kinder individuell gestalten und weiterentwickeln: Eines möchte vom Vater in der Bringsituation noch die Dose geöffnet bekommen und einen Bissen von seinem Apfel nehmen, bevor es mit einer Armbewegung und den Worten »Papa weg« anzeigt, dass die Bezugsperson losgehen kann. Ein anderes Kind wünscht sich, dass seine Bezugsperson bleibt, bis es den Brei aus dem mitgebrachten Einmachglas ganz ausgelöffelt hat. Andere Kinder halten die Verabschiedung eher kurz, um sich gleich mit ihren Freund:innen im Nebenraum eine gemütliche »Frühstückshöhle« zu bauen.

### Halt geben

Die Brotdose scheint mir wie ein Anker zu sein: Sie ist jederzeit für das Kind verfügbar, ob im Haus, im Waldkitawagen, im Garten oder auf unseren Ausflügen. Mal ist die Brot-



dose beim Morgenkreis dabei, mal wird sie ins gemeinsame Pferdespiel als Futterkrippe integriert. Letztens war es so kalt, dass einige Kinder die Garderobe als warmen, gemütlichen Frühstücksort wählten. Zudem ist sie Anlass für jede Menge soziale Interaktion und sprachliche Anregung. Die Inhalte werden begutachtet, benannt und bestaunt. Es werden Geschichten erzählt, warum heute dies in der Brotdose ist und nicht das. Die Inhalte anderer Brotdosen sind oft begehrt, bleiben aber unerreichbar, wenn das Kind nicht teilen möchte. Wenn es dann doch teilt, ist die Freude groß und das gemeinsame Band zwischen den Kindern wird enger. Es werden auch Inhalte getauscht, bei älteren Kindern erleben

wir auch schon mal längere Verhandlungen, aus denen am Ende Tauschgeschäfte entstehen.

Wenn wir mit den jüngeren Kindern einen Ausflug machen, findet solch ein Begehren und Tausch ebenso statt: Regelmäßig, sobald die Kinder im Kitawagen Platz genommen haben, verlangen sie nach den Brotdosen und machen die Erfahrung, dass sie diese auf den zum Teil holprigen Wegen gut festhalten sollten, damit das Essen nicht auf den Boden fällt.



### Selbst entscheiden

Zum Mittagessen werden wir mit regionaler und vegetarischer Kost von einem lokalen Cateringunternehmen beliefert. Wenn das Essen ankommt, hören wir die Kinder oft rufen »Essen ist da!« Dann schauen sie voller Neugier in die Essensbehälter. Bei den Kindern über drei Jahre übernimmt oft eines den Tischdienst. Mal allein, mal mit Freund:innen und immer ganz unterschiedlich. Manche Kinder machen den Tischdienst zum Wettrennen: Wer bringt und verteilt Teller und Gläser am schnellsten auf dem Tisch? Andere Kinder gehen sehr bedächtig und überlegt vor und gestalten den Tisch,

als wären wir in einem Restaurant. Mit Kerzen und Blumen. Hin und wieder fühlen sich die Kinder dann auch für leer gewordene Schüsseln während des Essens verantwortlich, unterbrechen die eigene Mahlzeit und füllen die Schüsseln nach.

Was und wie viel sie essen und trinken, entscheiden die Kinder selbst. Wasser oder Tee gießen sie sich grundsätzlich selbst ein. Beim Auftun des Essens unterstützen wir auf Wunsch und geben Orientierung, beispielsweise wie viele Bratlinge ein jedes Kind nehmen kann, damit alle etwas abbekommen. An einigen Tagen entscheidet sich manch ein Kind, nur eine Komponente oder nichts vom angebotenen Mittagessen zu nehmen, und holt die eigene Brotdose heraus oder verlässt die Tisch-Gruppe für unser Empfinden vorzeitig, weil es ihm wichtiger ist, sein Spiel fortzuführen. Das kann für uns schon mal herausfordernd sein, insbesondere, wenn die Entscheidung einzelner Kinder eine Dynamik auslöst und weitere ihre Brotdose vorziehen oder für das gemeinsame Spiel ihr Essen stehen lassen.

### Unsere Chance

Wenn es einem Team gelingt, Nahrungsaufnahme nicht als Punkt auf dem Tagesplan zu verstehen, den es abzuarbeiten gilt, damit alle dann wieder etwas anderes tun können, sondern als Moment der Achtsamkeit und Entschleunigung, erhalten alle Beteiligten die Chance auf eine entspannte und nahrhafte Mahlzeit. Wir werden die Essenszeit als einen Erfahrungsraum erleben, in dem wir das Streben des Kindes nach Autonomie erkennen und unterstützen. Und wir können verstehen lernen, dass gerade die Essenssituation besondere Stressmomente bereithält, weil sie für viele von uns ein emotionales und vielleicht sogar hochaufgeladenes Thema ist. Wir geraten in Stress, wenn Kinder wenig essen, nur bestimmte Lebensmittel zu sich nehmen, die Kleidung eines Einjährigen trotz Lätzchen nach dem Essen schmutzig und nass ist oder immer wieder Dinge passieren, die zu einer Verzögerung des Ablaufs in der Essenssituation beitragen. Um den Erfahrungsraum der Kinder auch dann nicht zu stören, ist es hilfreich, unsere Essensbiografie zu reflektieren. Welche Erfahrungen habe ich gemacht?

- Konnte ich essen, wann ich wollte? Oder nur zu bestimmten Zeiten?
- Konnte ich essen, wie ich wollte? Mit welchem Besteck, in welcher Haltung, an welchem Ort?
- Konnte ich essen, was ich wollte? Gab es Lebensmittel, die mir aufgezwungen wurden?
- Konnte ich essen, wie viel und wie lange ich wollte?
- Konnte ich essen, wo ich wollte? War meine Platzwahl beschränkt?

- Konnte ich beim Essen anhaben, was ich wollte? Eine Jacke, das Kostüm aus der Verkleidungskiste oder vielleicht sogar nichts?

Die Fragen klingen banal. Sie sind jedoch essentiell, um in der weiteren Reflexion zu überlegen, welchen Einfluss die eigenen frühen Erfahrungen auf unser heutiges Verhalten als pädagogische Fachkraft in Essenssituationen mit Kindern haben. Und sie machen deutlich: Beim Thema Essen kann Macht von Erwachsenen über Kinder eine große Rolle spielen.

### Verantwortung ersetzt Macht

Mich selbst stressen Situationen, in denen ich das Gefühl habe, dass gleich das »Chaos« ausbricht: Gläser fallen nacheinander um, Flüssigkeiten ergießen sich über den Tisch und auf die Kleidung von Kindern, beim Auftun landet die Hälfte des Essens neben dem Teller, oder Teller mit Essen fallen herunter und zerbrechen. Ich verliere die Übersicht und habe nicht mehr alle Kinder gut im Blick. In solchen Situationen versuche ich, tief auszuatmen und mich daran zu erinnern, dass ausschließlich ich als Erwachsene in der Verantwortung bin. Ich kann entweder Rahmenbedingungen wie die Raumgestaltung oder die Personalsituation verändern, indem ich mehr Platz schaffe oder einen Kollegen um kurzzeitige Unterstützung bitte. Oder meine Einstellung überprüfen, wie z.B. »Essenssituationen haben reibungslos ablaufen« und »Ich will genau wissen, welche Kinder was und wie viel gegessen haben.« Um eine Idee davon zu bekommen, wann ich meine Macht als Erwachsene für das Wohl der Kinder einsetze und somit Verantwortung übernehme, und wann ich eher für meine eigenen Bedürfnisse nach Bequemlichkeit oder Kontrolle handle, ist die Selbstreflexion und der Austausch im Team immens wertvoll und notwendig. Das Teilen biografischer Erfahrungen verbindet und weckt Verständnis. Für mich selbst, aber auch für die Kollegin, deren Stresspegel steigt, wenn sich ein Kind eine große Portion nachnimmt und dann nach zwei Löffeln den fast vollen Teller abräumt, oder für den Kollegen, der es schwer aushält, wenn Kinder sich das Essen gegenseitig madig machen oder herumalbern, statt zu essen.

### Wandlung

Als ich in der Kita vor drei Jahren meine Arbeit insbesondere mit den Ein- bis Dreijährigen begann, taten die pädagogischen Fachkräfte den Kindern das Essen nach ihren Wünschen auf. Die Kinder waren es gewohnt und schoben ihre Schüsseln in die Richtung der Fachkraft, wenn sie Nachschlag haben wollten. Mich irritierte der Unterschied zur Mittagssituation



bei den älteren Kindern, und glücklicherweise stieß ich kurze Zeit später bei einer Literaturrecherche auf das 2017 erschienene Buch »Essen in der Kinderkrippe. Achtsame und konkrete Gestaltungsmöglichkeiten« von Dorothee Gutknecht und Kariane Höhn. Es ermutigte die Kollegin, mit der ich mir die Verantwortung für die Gruppe teilte, und mich, auch den Jüngsten Selbsttätigkeit zu ermöglichen. Die Mittagessen, die dann folgten, waren beim ersten Auftun der Kinder sehr unruhig und konfliktbeladen. Jedes Kind wollte so schnell wie möglich ans Essen. Es schien eine zu große Anforderung an die Selbstregulation der Kinder zu sein. Deshalb gingen wir dazu über, das erste Auftun meist beim Jüngsten beginnend bis hin zum ältesten Kind zu übernehmen. Dabei fragen wir die einzelnen Komponenten ab und füllen nur wenig auf. So bekommt das Kind die Möglichkeit, sich selbstständig nachzunehmen. Da das Nachnehmen in der Regel nicht bei allen Kindern gleichzeitig dran ist, können wir dies besser beobachten und die Wünsche der Kinder unterstützen. Wenn Sie Anzeichen machen, mit dem Essen fertig zu sein, gehen wir mit ihnen in Kontakt, stellen eine Rückfrage wie »Hast du genug gegessen?« oder »Ist dein Bauch jetzt voll?« und machen den Vorschlag, einen Schluck zu trinken. Ein zweieinhalbjähriges Kind beendet sein Essen derzeit mit den Worten »hab schon«, bevor es sich wieder den Spielmaterialien im Raum zuwendet.

## Ich nehme dich wahr

Vieles verstanden wir mit der Zeit durchs Beobachten und Zuhören – wenn so eine stille Verständigung in der Kindergruppe ist – und vor allem auch durchs Selbst-Ausprobieren. Als kürzlich ein Kind »nee« zum Lätzchen sagte, andere mitzogen und mein Reden von bekleckerten Pullovern und überforderten Waschmaschinen kein Kind beeindruckte, machte ich mir selbst ein Lätzchen um und bemerkte, wie komisch es sich anfühlt. Vielleicht weil ich als einzige ein Lätzchen anhatte oder aufgrund unbewusster Erinnerungen an meine Kindheit in einem Kindergarten in Ostberlin in den 1980er-Jahren? Ich erinnere mich zwar nicht an Lätzchen, aber sehr gut an Situationen, in denen es den Nachtisch nur gab, nachdem alles aufgegessen war. So oder so, vielleicht hatte das Kind ganz andere Gründe als ich, sein Lätzchen abzulehnen – aber zumindest hatte ich ein Gefühl dafür bekommen, dass sich ein Lätzchen unangenehm anfühlen kann.

Die Kinderperspektive einzunehmen ist im Fall der Fälle ohnehin eine gute Idee. Die älteren Kinder können wir fragen, ob ihnen etwas auf dem Herzen liegt, ob ihrer Meinung nach etwas verändert werden soll. In einem solchen Gespräch erfuhr ich, dass es bei der Platzwahl beim Mittagessen häufig Streit und Ausgrenzung unter den Kindern gab, solange die Fachkräfte noch mit Hilfestellungen in der Garderobe oder im Bad beschäftigt waren. Eine Situation, die die Kinder deutlich bewegte und belastete. Interessant war, dass den Kindern der Gesprächsraum mit der Möglichkeit, eine Beschwerde zu formulieren, zu genügen schien. Jedenfalls interessierten sie sich nicht für die Idee festgelegter Sitzplätze, die uns Erwachsenen in solchen Situationen immer allzu schnell in den Sinn kommt, und die Frage der Platzwahl war bereits beim nächsten Gesprächsanlass kein Thema mehr.

## Selbst nehmen

Mit der Zeit verstanden wir auch, dass ritualisierte Abfolgen und ausreichend Zeit insbesondere die Jüngsten beim Übergang vom Spiel zum gemeinsamen Mittagessen unterstützen und einen hilfreichen Rahmen für die Selbstbestimmung geben. Der Weg vom Garten in die Garderobe, von dort zum Händewaschen ins Bad und schließlich in den Gruppenraum, wo auf dem Tisch alles bereitsteht. Hier können sie sich Rohkost nehmen und ihre Gläser mit Wasser oder Tee füllen. Ich beobachte oft ihr Bedürfnis, sich das Glas zwar nur so voll zu füllen, dass es nicht überläuft, aber doch randvoll ist. Immer wieder kommt es dabei zu Überfüllung und Überschwemmung und damit einhergehend zu Erstaunen oder Betroffenheit: »Oh, voll!« Die bereitliegenden Tü-

cher werden von ihnen gern zum Aufwischen genutzt. In den allermeisten Fällen trinken sie ihre Gläser nicht ganz aus. Aber es ist wichtig für sie, und bei voller Konzentration aufs Eingießen gelingt ihnen die passende Dosierung schon bald. Als uns kürzlich ein fünfjähriges Kind beim Mittagessen besuchte, beobachtete es das Geschehen mit den Worten »Ich gieße mir nur so viel ein, wie ich trinke« und füllte das Glas halbvoll. An manchen Tagen prosteten wir uns mit den Gläsern zu, an anderen Tagen wird das Wasser mit Gemüsesticks verkostet. Dann werden Möhrenstücke ins Wasser getaucht und abgeleckt. Ob sie jetzt wohl anders schmecken? Besonders faszinierend sind Rote Beete-Stücke, die ihre Farbe schnell auf der Zunge oder ans Wasser abgeben. Die Neugierde der Kinder ist immer dabei.

## Auch draußen

Als ich jüngst die Waldkitagruppe zur Mittagessenszeit besuchte, empfing mich ein Kind mit den Worten: »Ich habe schon ganz viel Drachenblut getrunken!« Das Kind lachte und hielt eine Schale mit roter Grütze hoch. Ich erfreute mich an seiner Fantasie, den Gesprächen zwischen den Kindern und überhaupt an der schönen Atmosphäre. Ihr Mittagessen nehmen die Waldkinder – unabhängig von der Jahreszeit – meist im Freien ein. An überdachten Tischen und Bänken und bei Tagesausflügen auf einer Decke, einem Baumstumpf oder in einem selbstgebauten Unterschlupf. Viel Platz zu haben und seinen Platz frei zu wählen, scheint mir ein wichtiger Aspekt für das Wohlfühlen beim Essen zu sein, insbesondere für ältere Kinder. Die Brotdosen sind übrigens auch für die Waldkinder stetige Begleitung. Bei ihren Tagesausflügen haben sie sogar zwei dabei: eine für das Frühstück und eine, die als Teller dient und als Aufbewahrungsort für das, was beim Mittagessen nicht geschafft wurde. Das Drachenblut steht im Ranking zurzeit ganz oben. Nicht weil davon zu viel geliefert würde, sondern um sicherheits halber immer einen Schluck Drachenblut zur Stärkung bei sich zu haben.

**Catharina Rafoth** ist Sozialpädagogin, Dozentin in der Erzieher:innenausbildung und Mutter. In der selbstorganisierten Elterninitiativkita Wukaninchen arbeitet sie als pädagogische Fachkraft im U3-Bereich und hat deren Waldkitagruppe mitinitiiert. Hier und in der Hausgruppe begegnen sich aktuell 36 Kinder und 8 Teammitglieder. 2022 belegte die Kita Wukaninchen den 2. Platz beim Deutschen Kita-Preis.

### Kontakt

[www.wukaninchen.net](http://www.wukaninchen.net)