

# Flow Learning (Joseph Cornell)

Joseph Cornell, ein amerikanischer Naturpädagoge, hat in vielen seiner Workshops beobachtet, dass eine grundlegende Reihenfolge bei der Gestaltung von Naturprogrammen für Kinder hilfreich ist und dabei auf die Vorlieben von Kindern Rücksicht nimmt. Er gliedert sein System des „Flow Learning“ in vier Phasen:

## 1. Begeisterung wecken

Im ersten Teil von Bildungsveranstaltungen kommen Übungen zum Einsatz, die ein ruhiges und intensives Fließen von persönlichem Interesse fördern und Wachheit erzeugen: „Ohne diese Begeisterung lernen wir nur sehr wenig“. Es gilt Passivität zu vermeiden und eine Beziehung innerhalb der Gruppe und zur Leitung zu schaffen. Hierzu zählen viele dynamische Übungen, die u.a. auf Spielleidenschaft aufbauen und für spätere ruhigere konzentrierte Elemente vorbereiten. Insbesondere in der Arbeit mit Kindern sind Spiele ein ausgezeichneter Einstieg. Jüngeren Kindern fehlen mitunter noch die konditionellen Voraussetzungen für längere intensive Bewegungsspiele, in den „kritischen Jahren“ der Pubertät und in der Erwachsenenbildung muss damit gerechnet werden, dass Spiele auch Ablehnung hervorrufen können und erst andere vertrauensbildende Übungen zum Einsatz kommen müssen, bevor Spiele genossen werden können.

## 2. Konzentriert wahrnehmen

Begeisterung allein reicht nicht aus, nachdem Lernen bzw. bewusste Wahrnehmung von der Fähigkeit abhängt, die Aufmerksamkeit auf einen Punkt, ein Thema konzentrieren zu können und sie für eine angemessene Zeitspanne dort auch zu halten.

Demnach sind im nächsten Schritt Übungen gefordert, die Beobachtungsgabe und Konzentration entwickeln und die Konzentrationsdauer erhöhen helfen. Es wird davon ausgegangen, dass ein Strukturieren des inneren Dialoges bzw. bewusstes Unterbrechen des kontinuierlichen Gedankenflusses angestrebt werden muss, um in der Lage zu sein konzentriert wahrzunehmen. Diese aufmerksame Wahrnehmung des Moments, etwa der Vielfalt von Naturgeräuschen oder der unterschiedlichen Beschaffenheit des Erdbodens, entspricht dem Prinzip der „Achtsamkeit“, der im Buddhismus eine zentrale Bedeutung zugemessen wird und bereitet TeilnehmerInnen auf sensiblere Aktivitäten vor, die nur durch Empfindsamkeit erschlossen werden können.

## 3. Unmittelbare Erfahrung

Konzentrierte Aufmerksamkeit schafft innere Ruhe und Offenheit und damit die Voraussetzung für direkte und unmittelbare Erfahrung. Eindringliche Beschäftigung fördert Qualitäten wie Einfühlungsvermögen für und persönliche Bindung an den Gegenstand der Betrachtung.

Die Erfahrung der Stille eines Bergwaldes, die herzerwärmende Begegnung mit einer Krähe, die Faszination der Einsicht in ein ökologisches Prinzip, die Erleichterung nach Tränen angesichts des Artensterbens oder tief empfundene Verbundenheit mit der Erde sind Erfahrungen, die Menschen Erfahrungen der Freude und des Glücks oder das Gefühl für Schönheit und Besonderheit des Lebens vermitteln können.

## 4. Andere an den Erfahrungen teilhaben lassen

Intensive Erlebnisse wollen mitgeteilt sowie dadurch vertieft und verarbeitet werden. Menschen, die nicht vertraut mit intensiven Gefühlen sind, finden Klärung und Bestätigung für ihre Erfahrung, indem sie erleben, dass andere Ähnliches empfinden; ein Prozess der die Verbundenheit in der Gruppe fördert. Der Austausch über Erfahrungen mit den Übungen einer Bildungsveranstaltung stellt nicht zuletzt wichtiges Feedback für die Leitung dar.