

FORSCHUNG UND PRAXIS DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG

**DAS
ERNÄHRUNGSVERHALTEN
JUGENDLICHER
IM KONTEXT IHRER
LEBENSSTILE**

Eine empirische Studie

BAND 20



Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

BZgA

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist eine Behörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit und Soziale Sicherung mit Sitz in Köln. Auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung nimmt sie sowohl Informations- und Kommunikationsaufgaben (Aufklärungsfunktion) als auch Qualitätssicherungsaufgaben (Clearing- und Koordinierungsfunktion) wahr.

Zu den Informations- und Kommunikationsaufgaben gehört die Aufklärung in Themenfeldern mit besonderer gesundheitlicher Priorität. In Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern werden z.B. Kampagnen zur Aids-Prävention, Suchtprävention, Sexualaufklärung und Familienplanung durchgeführt. Die Förderung der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen ist derzeit der zielgruppenspezifische Schwerpunkt der BZgA. Auf dem Sektor der Qualitätssicherung gehören die Erarbeitung wissenschaftlicher Grundlagen, die Entwicklung von Leitlinien und die Durchführung von Marktübersichten zu Medien und Maßnahmen in ausgewählten Bereichen zu den wesentlichen Aufgaben der BZgA.

Im Rahmen ihrer Qualitätssicherungsaufgaben führt die BZgA Forschungsprojekte, Expertisen, Studien und Tagungen zu aktuellen Themen der gesundheitlichen Aufklärung und der Gesundheitsförderung durch. Die Ergebnisse und Dokumentationen finden größtenteils Eingang in die wissenschaftlichen Publikationsreihen der BZgA, um sie dem interessierten Publikum aus den verschiedensten Bereichen der Gesundheitsförderung zugänglich zu machen. Die Fachheftreihe „Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung“ versteht sich, ebenso wie die themenspezifische Reihe „Forschung und Praxis der Sexualaufklärung und Familienplanung“, als ein Forum für die wissenschaftliche Diskussion. Vornehmliches Ziel dieser auch in Englisch erscheinenden Fachheftreihe ist es, den Dialog zwischen Wissenschaft und Praxis zu fördern und Grundlagen für eine erfolgreiche Gesundheitsförderung zu schaffen.

FORSCHUNG UND PRAXIS DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG
BAND 20

**DAS ERNÄHRUNGSVERHALTEN
JUGENDLICHER IM KONTEXT IHRER
LEBENSSTILE**

Eine empirische Studie

Jürgen Gerhards und Jörg Rössel, im Auftrag der BZgA

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Herausgeberin:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Ostmerheimer Str. 220, 51109 Köln

Tel.: 02 21/89 92-0

Fax: 02 21/89 92-300

Projektleitung: Reinhard Mann-Luoma

E-Mail: mann-luoma@bzga.de

Alle Rechte vorbehalten.

Redaktion: Katharina Salice-Stephan

Satz: Salice-Stephan, Köln

Druck: Schiffmann, Bergisch Gladbach

Auflage: 1.2,5.02.02

Gedruckt auf Recyclingpapier.

Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Band 20: *Das Ernährungsverhalten Jugendlicher im Kontext ihrer Lebensstile. Eine empirische Studie.* Köln: BZgA, 2003. ISBN 3-933191-79-3

Die Beiträge in dieser Reihe geben die Meinung der Autorinnen und Autoren wieder, die von der Herausgeberin nicht in jedem Fall geteilt werden muss. Die Fachheftreihe ist als Diskussionsforum gedacht.

Band 20 der Fachheftreihe ist erhältlich unter der Bestelladresse BZgA, 51101 Köln, und über Internet unter der Adresse <http://www.bzga.de>

Bestellnummer: 60 620 000

Vorwort

Wenn es um Gesundheit geht – und insbesondere um die von Kindern und Jugendlichen –, spielt die Ernährung eine zentrale Rolle. Neben Bewegungsmangel gehört falsche Ernährung heute bei vielen Jugendlichen zu den wesentlichen Ursachen für Gesundheitsstörungen, die oftmals bereits die Weichen für ernsthafte Erkrankungen im Erwachsenenalter stellen – Übergewicht, Ess-Störungen, aber auch Herz-Kreislauf-Erkrankungen seien hier beispielhaft genannt.

Im Gegensatz zu manchen anderen Faktoren, wie z.B. erbliche Veranlagung, kann die Ernährung durch entsprechende Präventions- und Aufklärungsmaßnahmen beeinflusst werden. Dies ist im Hinblick auf die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, die einen zentralen, zielgruppenspezifischen Arbeitsschwerpunkt der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bildet, insofern von besonderer Bedeutung, als Ernährungsverhalten in diesem Alter wesentlich festgelegt wird und im Erwachsenenalter weitgehend stabil bleibt. Eine gelungene Verhaltensbeeinflussung jugendlichen Ernährungsverhaltens würde daher schwierige Umlernprozesse im Erwachsenenalter vermeiden helfen.

Wie aber lässt sich ein gesundheitsabträgliches Ernährungsverhalten beeinflussen und verändern? Um erfolgreiche Strategien und Maßnahmen hierfür entwickeln zu können, ist es notwendig, mehr über jugendliche Ernährungsweisen, vor allem aber über deren Entstehungskontext und Bestimmungsgründe zu wissen. Vor diesem Hintergrund hat die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung eine im Bereich Kulturosoziologie und Allgemeine Soziologie am Institut für Kulturwissenschaften der Universität Leipzig durchgeführte empirische Untersuchung zum Essverhalten Jugendlicher und deren Lebensstile unterstützt und gefördert. Ziel dieser Studie, deren Ergebnisse in dem vorliegenden Fachheft umfassend wiedergegeben werden, war es, genauere Kenntnisse über den Zusammenhang zwischen jugendlichem Ernährungsverhalten und bestimmten jugendlichen Lebensweisen, aber auch über mögliche andere prägende Einflussfaktoren zu gewinnen und hieraus mögliche Ansatzpunkte für die gesundheitliche Aufklärung abzuleiten.

Köln, Februar 2003

Dr. Elisabeth Pott
Direktorin der Bundeszentrale
für gesundheitliche Aufklärung

Steckbrief des Projekts

Projekttitel:	Determinanten jugendlichen Ernährungsverhaltens
Ziele:	<ul style="list-style-type: none">• Feststellung des Ernährungsverhaltens von Jugendlichen im Alter zwischen 13 und 16 Jahren• Versuch einer Erklärung gesunder bzw. ungesunder Ernährungsweisen von Jugendlichen unter besonderer Berücksichtigung der jugendlichen und elterlichen Lebensstile• Überprüfung des Zusammenhangs zwischen jugendlichen Lebensstilen und dem Ernährungsverhalten Jugendlicher• Feststellung von sonstigen Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen• Feststellung von Einflussfaktoren auf die Lebensstilorientierung von Jugendlichen• Erarbeitung möglicher Schlussfolgerungen und Ansatzpunkte für die gesundheitliche Aufklärung
Durchführungszeitraum:	Oktober 2000 bis September 2001
Datenerhebung:	5. bis 9. Februar 2001
Stichproben:	N = 400 Schüler der Klassenstufen 8, 9 und 10 an drei Leipziger Schulen (zwei Gymnasien, eine Mittelschule)
Methoden und Auswertung:	Standardisierte Fragebogenuntersuchung, Leitfadengespräche mit Tonbandaufzeichnungen; quantitative Analyse der Erhebungsbogen und qualitative Auswertung der Interviews
Projektdurchführung:	Prof. Dr. Jürgen Gerhards, Dr. Jörg Rössel Lehrstuhl für Kultursoziologie und Allgemeine Soziologie, Institut für Kulturwissenschaften, Universität Leipzig Beethovenstraße 15, 04107 Leipzig
Auftraggeberin:	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Ostmerheimer Str. 220, 51109 Köln Tel.: +49(0)2 21/89 92-0 Fax: +49(0)2 21/89 92-3 00
Projektleitung:	Reinhard Mann-Luoma, BZgA

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	11
1 EINFLUSSFAKTOREN AUF DAS ERNÄHRUNGSVERHALTEN - EIN LITERATURÜBERBLICK	15
1.1 Das Ernährungsverhalten von Erwachsenen	16
1.2 Das Ernährungsverhalten von Jugendlichen	20
1.3 Bilanzierung der Literaturlage	24
2 LEBENSSTILE UND ERNÄHRUNG - DER FORSCHUNGSRAHMEN DER UNTERSUCHUNG	25
2.1 Die neuere Sozialstrukturanalyse	26
2.2 Lebensstile und ihre Bedeutung bei der Erklärung des Ernährungsverhaltens	30
3 QUANTITATIVE UND QUALITATIVE UNTERSUCHUNG DES ERNÄHRUNGSVERHALTENS 13- BIS 16-JÄHRIGER SCHÜLER IM KONTEXT JUGENDLICHER LEBENSSTILE	35
3.1 Methodisches Vorgehen	36
3.2 Zentrale Variablen der Untersuchung und deren empirische Bestimmung	40
4 LEBENSSTILE UND IHR EINFLUSS AUF DAS JUGENDLICHE ERNÄHRUNGSVERHALTEN - ERGEBNISSE DER STANDARDISIERTEN BEFRAGUNG	49
4.1 Der Einfluss elterlicher Lebensstile auf das Ernährungsverhalten ihrer Kinder	50
4.2 Der Einfluss der Lebensstile von Jugendlichen auf deren Ernährungsverhalten	54
4.2.1 Die Unterschiede im Ernährungsverhalten verschiedener jugendlicher Lebensstilgruppen am Beispiel von drei Lebensmitteln	57
4.3 Der Einfluss elterlicher und jugendlicher Lebensstilschemata auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen im Vergleich	63

4.4	Andere Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen	65
5	QUALITATIVE UNTERSUCHUNG: JUGENDLICHE LEBENSSTILE UND ERNÄHRUNGSVERHALTEN ILLUSTRIERT MIT BEISPIELEN AUS DEN LEITFADENINTERVIEWS	73
5.1	Hochkulturorientierung und gesundes Ernährungsverhalten	75
5.2	Sportorientierung und gesundes Ernährungsverhalten	77
5.3	Fernsehorientierter Lebensstil und gesundheitsabträgliche Ernährungsweise	79
5.4	Außerhäusliche Spannungsorientierung und gesundheitsabträgliche Ernährungsweise	81
5.5	Innerhäusliche Spannungsorientierung und gesundheitsabträgliche Ernährungsweise	83
6	SOZIALSTRUKTURELLE BESTIMMUNGSGRÜNDE DER RELEVANTEN EINFLUSSGRÖSSEN DES JUGENDLICHEN ERNÄHRUNGSVERHALTENS	85
6.1	Sozialstrukturelle Bedingungen der jugendlichen Lebensstile	86
6.1.1	Homogenität der Elternhäuser	86
6.1.2	Der Einfluss der elterlichen Lebensstile und der Schule auf die Lebensstile der Schüler	88
6.2	Sozialstrukturelle Bedingungen der elterlichen Lebensstile	92
6.3	Sozialstrukturelle Bestimmungsgründe für Ernährungswissen, Ernährungseinstellungen und Verfügung über ökonomische Ressourcen	94
7	BESTIMMENDE FAKTOREN DES ERNÄHRUNGSVERHALTENS VON JUGENDLICHEN UND DIE HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN DER GESUNDHEITLICHEN AUFKLÄRUNG - EINE BILANZ	97
7.1	Die Wirkungsmacht jugendlicher Lebensstile in Relation zu den „anderen“ Determinanten jugendlichen Ernährungsverhaltens – eine abschließende Betrachtung	98
7.2	Ein revidiertes Erklärungsmodell jugendlichen Ernährungsverhaltens	102
7.3	Schlussfolgerungen für die gesundheitliche Aufklärung	106

8 ANHANG	111
8.1 Der Fragebogen der standardisierten Befragung	112
8.2 Der Leitfragebogen der Interviews	128
8.3 Beispiel eines transkribierten Interviews	132
8.4 Literatur	142

Danksagung

Die vorliegende Studie hätte ohne die Unterstützung und die Anregungen einer Reihe von Personen nicht zustande kommen können, denen wir an dieser Stelle für ihre Hilfe danken möchten: Claudia Beckert-Zieglschmid, auf deren Initiative das Projekt ursprünglich zurückgeht, die die Studie aber nicht mit durchführen konnte, weil sie sich im Erziehungsurlaub befand, sei als erstes gedankt. Janet Bennat war am Gesamtablauf des Projekts beteiligt, hat Daten eingegeben, die meisten der Leitfadeninterviews mit hoher Sensibilität für die Schüler und die Interviewsituation durchgeführt und auch die meisten der Interviews professionell transkribiert. Ebenfalls beteiligt an der Transkription haben sich Claudia Beckert-Zieglschmid und Ingrid Reichel. Bei der Durchführung der Interviews haben uns Michael Hölscher und Antje Langer unterstützt. Christian Sommer hat einen Teil der Daten eingegeben. Friedemann Rüger hat die Durchführung des Pretests in einer seiner Schulklassen ermöglicht. Frau Wilsdorf und Frau Beckert haben geholfen, den Kontakt zu den Schulen zu ebnet. Besonderer Dank geht auch an die drei Schulleiter – Herr Fischer, Frau Korrman, Frau Poser –, die die Durchführung der Befragung in ihrer Schule erlaubt und uns bei der Umsetzung tatkräftig unterstützt haben. Zuletzt und notwendigerweise anonym: Dank an die Schülerinnen und Schüler, die sich mit viel Engagement und Interesse an der Befragung beteiligt haben.

Berlin/Leipzig, Januar 2003

Jürgen Gerhards und Jörg Rössel

Einleitung

Modernisierungsprozesse haben häufig ein janusköpfiges Gesicht. Dies gilt auch für den Bereich der Gesundheitsentwicklung. Auf der einen Seite haben die Professionalisierung und Verwissenschaftlichung der Medizin, die flächendeckende Ausdehnung des Gesundheitssystems und die Entwicklung des Krankenversicherungssystems zu einem einzigartigen Erfolg in der Diagnose und Therapie traditioneller Krankheiten geführt, so dass die Lebenserwartung der Bevölkerung und das Gesundheitsniveau insgesamt auf ein historisch nie gekanntes Niveau angehoben werden konnten. Auf der anderen Seite haben die mit Modernisierungsprozessen verbundene Wohlstandssteigerung und Zunahme von Berufen im tertiären Sektor zu einer Veränderung der Lebensführung und der alltäglichen Verhaltensweisen der Menschen geführt, die zum Teil einen erheblichen Einfluss auf die Gesundheit der Menschen haben. Die so genannten Zivilisationskrankheiten – vor allem die Herz-Kreislauf-Erkrankungen und die Rückenerkrankungen – gehören heute zu den bedeutsamsten, und damit auch kostenintensivsten Erkrankungen moderner Gesellschaften. Eine gesundheitsabträgliche Ernährungsweise und geringe oder falsche Bewegung bilden eine der Hauptursachen für die Konjunktur dieser Erkrankungen. Eine Veränderung dieser Parameter könnte demnach erheblich dazu beitragen, die individuelle Gesundheit, aber auch das Gesundheitsniveau einer Gesellschaft insgesamt, zu verbessern. Dass damit auch enorme finanzielle Entlastungen des Gesundheitssystems verbunden wären, ist ein nicht zu vernachlässigender Zusatzaspekt.¹

Ausgangspunkt der vorliegenden Studie und Hypothesen

Die Erfahrungen zeigen aber nun, dass sich Ernährungsverhalten und Bewegungsmuster von Menschen nicht ohne weiteres ändern lassen, ja im hohen Maße resistent gegenüber Änderungsversuchen, z.B. durch Aufklärung und Therapie, sind. Dies mag, so unsere Vermutung, einen doppelten Grund haben:

- Zum einen gehen wir von der Hypothese aus, dass die Ernährungsmuster von Menschen sozialisierte Muster sind, die in der Kindheit und Jugend in Familie, Schule und Freundesgruppen erlernt werden, sich dann zu Routinen verfestigen und in der Folge das zukünftige Ernährungsverhalten auch im Erwachsenenalter prägen werden. Damit aber wird die Erforschung der Bedingungen von kindlichem und jugendlichem Ernährungsverhalten zentral für die Entwicklung von Konzepten zur Verbesserung der Ernährungs- und Gesundheitssituation der Bevölkerung.
- Zum anderen gehen wir von der Vermutung aus, dass das Ernährungsverhalten von Menschen keine isolierte einzelne Verhaltensweise darstellt, sondern in ein gesamtes Verhaltenssyndrom eingebettet ist, das verschiedene Freizeitaktivitäten umfasst und von Vorstellungen einer „richtigen“ Lebensführung geprägt ist.

¹ Der SPIEGEL (2000:149) zitiert das *Deutsche Ärzteblatt*. Danach belaufen sich die Kosten der Fettsucht in Deutschland auf ca. 50 Mrd. DM (25,6 Mrd. €) jährlich.

Aus unserer Alltagserfahrung ist uns dieser Zusammenhang von Ernährungsverhalten einerseits und anderen Aktivitäten andererseits wohl bekannt. So wären wir erstaunt, wenn wir erfahren würden, dass ein Bekannter, der regelmäßig Sport treibt, sich für klassische Musik interessiert, häufig in Ausstellungen zu finden ist und über ein Abonnement der Philharmonie verfügt, sich ständig von Bratwurst mit „Pommes rot-weiß“ ernährt. Wir wären sicherlich weniger überrascht, wenn wir eine Gruppe junger Männer, die regelmäßig nach der Arbeit in die Spielhalle zum Flippern geht, danach ebenso regelmäßig an der Bratwurstbude wiedertreffen würden. Unser Erstaunen im ersten Fall resultiert aus der Vermutung, dass das Essverhalten nicht richtig zu den anderen Freizeitaktivitäten passt, während wir im zweiten Fall eine solche Passung unterstellen.

Zur Beschreibung des Zusammenhangs verschiedener Freizeitaktivitäten hat sich in der neueren Sozialstrukturanalyse der Begriff des *Lebensstils* durchgesetzt, der ein zusammenhängendes Bündel von Verhaltensmustern der Alltags- und Freizeitgestaltung meint. Wir gehen nun von der Vermutung aus, dass was, wie viel, wo und mit wem Menschen essen und trinken – kurz ihr Ernährungsverhalten – entscheidend von ihren Lebensstilen beeinflusst wird, ja dass das Ernährungsverhalten ein integraler Bestandteil unterschiedlicher Lebensstile ist. Genau dieser Zusammenhang könnte auch erklären, warum Ernährungsweisen häufig so resistent gegenüber Änderungsbemühungen sind. Denn eine Änderung von Essen und Trinken erfordert häufig eine Veränderung des gesamten Lebensstils und damit der gesamten Alltagsroutinen eines Menschen.

Die Sozialisationshypothese einerseits und die Hypothese über die Bedeutung von Lebensstilen für das Ernährungsverhalten andererseits bilden den Ausgangspunkt der hier vorgelegten empirischen Studie. Wir untersuchen das Ernährungsverhalten von Jugendlichen, weil wir vermuten, dass in der Jugendphase die Dispositionen für das Ernährungsverhalten auch im Erwachsenenalter gelegt werden. Dabei gehen wir davon aus, dass das Ernährungsverhalten in den jeweiligen Lebensstil der Jugendlichen eingebettet ist und durch diesen auch erklärt werden kann.²

Die Ausführungen haben schon hinreichend verdeutlicht, dass es sich bei unserer Studie um eine ernährungssoziologische Untersuchung handelt.³ Die biologische Konstitution nötigt den Menschen, Nahrung zu produzieren und zu konsumieren. Welche Nahrungsmittel aber in welcher Häufigkeit und mit wem konsumiert werden, ist gesellschaftlich variabel und hängt entscheidend von der Sozialisation und sozialen Einbettung des Einzelnen ab. Auch die genetische Disposition zum Dickwerden ist offensichtlich recht

2 Auf den Zusammenhang zwischen bestimmten Freizeitaktivitäten und jugendlichem Ernährungsverhalten verweisen auch die Ergebnisse der 1997/1998 durchgeführten Erhebung im Rahmen der WHO-Studie zum Gesundheitsverhalten von Schülern (*Health Behaviour Study in School-aged Children*, HBSC), an der insgesamt 26 europäische Länder sowie – erstmals – die USA und Kanada teilgenommen haben (WHO 2000).

3 Einen guten Überblick über den Stand der Ernährungssoziologie geben die Bücher von Eva Barlösius (1999) sowie von Hans-Werner Prahl und Monika Setzwein (1999).

unterschiedlich ausgeprägt. Entscheidend für eine ernährungssoziologische Perspektive ist jedoch die Frage, unter welchen gesellschaftlichen Umweltbedingungen sich diese Dispositionen entfalten können. Denn die Tatsache, dass in den letzten 40 Jahren in fast allen industrialisierten Gesellschaften der Anteil der fettleibigen Personen in der Bevölkerung stark angestiegen ist, lässt sich nicht auf die genetischen Dispositionen zurückführen – diese sind in dem Zeitraum ja konstant geblieben –, sondern auf die veränderten Lebensbedingungen der Menschen.

Fragestellung der Untersuchung

Wir haben damit den Ausgangspunkt unserer Studie hinreichend skizziert und begründet, so dass wir die Fragestellung unserer Untersuchung präziser formulieren können: Wie sieht das Ernährungsverhalten von Jugendlichen im Alter zwischen 13 und 16 Jahren aus und inwieweit lässt sich dieses Verhalten durch die jeweiligen Lebensstile erklären? Dabei interessiert uns in erster Linie das Ausmaß einer gesunden bzw. einer ungesunden Ernährungsweise, wobei wir uns vorwiegend auf Angaben darüber stützen, wie häufig eine Anzahl von Lebensmitteln verzehrt wird. Zum anderen gehen wir bei dem Versuch der Erklärung gesunder bzw. ungesunder Ernährungsweisen von unserer Hypothese aus, dass die jeweiligen Lebensstile der Jugendlichen deren Ernährungsverhalten entscheidend prägen. Um die Prägekraft der Lebensstile auf das Ernährungsverhalten aber genau gewichten zu können, müssen mögliche andere Einflussfaktoren mitberücksichtigt werden. Deshalb haben wir nicht nur den Einfluss der Lebensstile untersucht, sondern zugleich betrachtet, welchen Einfluss andere Faktoren, wie z.B. das Geschlecht oder das Wissen über Ernährung, auf das Ernährungsverhalten der Jugendlichen haben.

Erhebungsinstrumente

Zur Beantwortung der die Untersuchung leitenden Fragestellungen haben wir zum einen eine standardisierte Befragung in Leipziger Mittelschulen und Gymnasien durchgeführt. Dabei haben wir die Schüler⁴ ausführlich nach dem Konsum unterschiedlicher Lebensmittel gefragt sowie Fragen über ihr Wissen über Ernährung, ihre Freizeitaktivitäten, ihren Freundeskreis, die Freizeitaktivitäten von Vater und Mutter und soziodemographische Merkmale des Elternhauses gestellt. Zum anderen haben wir zusätzlich mit 25 Schülern Leitfadengespräche durchgeführt. Ziel dieser Gespräche war es, die Einbettung von Ernährungsverhaltensweisen in die alltäglichen Handlungsroutinen und Lebensstile der Jugendlichen dichter zu beschreiben, als dies auf der Basis einer standardisierten Befragung möglich ist. Diese beiden Datenquellen bilden die Grundlage der folgenden Ergebnisdarstellung.

4 Der Begriff Schüler wird in dieser Studie als Sammelbegriff verstanden und schließt Jungen und Mädchen gleichermaßen ein. Dies gilt auch für analoge Fälle, in denen eine geschlechtliche Differenzierung nicht aus inhaltlichen Gründen geboten ist.

Darstellung der Untersuchungsergebnisse

In *Kapitel 1* wird zunächst ein kurzer Überblick über den aktuellen Forschungsstand zu den Determinanten des Ernährungsverhaltens von Erwachsenen und Jugendlichen gegeben, um dann im folgenden Kapitel (*Kapitel 2*) vor dem Hintergrund der neueren Sozialstrukturanalyse unsere eigene theoretische Perspektive mit ihrem Fokus auf dem Einfluss der Lebensstile auf das Ernährungsverhalten zu erläutern. *Kapitel 3* beschreibt das genaue Vorgehen bei der Datenerhebung und der Bildung von zentralen Variablen und bildet damit die Grundlage für die Nachvollziehbarkeit der im anschließenden Kapitel (*Kapitel 4*) dargestellten Ergebnisse: Unter Bezugnahme auf die Daten aus der standardisierten Umfrage und die Informationen aus den Leitfadenterviews wird die Bedeutung von Lebensstilen als Determinanten des Ernährungsverhaltens herausgestellt sowie die Bedeutung zusätzlicher potenzieller Einflussfaktoren – wie z.B. Ernährungswissen und Ernährungseinstellung – untersucht. Der Zusammenhang zwischen Lebensstilorientierung und Ernährungsverhalten wird in *Kapitel 5* durch Beispiele aus den Leitfadenterviews veranschaulicht. Im Anschluss daran (*Kapitel 6*) werden wir empirisch nachzeichnen, dass es sich bei den Lebensstilen nicht um frei schwebende Präferenzäußerungen der Jugendlichen handelt, sondern dass diese in hohem Maße in soziale Kontexte eingebunden sind und vor allem einer starken intergenerationalen Reproduktion unterliegen, also von den Lebensstilen der Eltern geprägt werden. In einer abschließenden Betrachtung (*Kapitel 7*) werden die Ergebnisse unserer Studie systematisch bilanziert und sich daraus ergebende Schlussfolgerungen für die gesundheitliche Aufklärung formuliert. Der Anhang enthält – zur besseren Nachvollziehbarkeit der Studie – den standardisierten Fragebogen, den Leitfragebogen für die Einzelinterviews und exemplarisch ein transkribiertes Interview sowie die Liste der verwendeten Literatur.

EINFLUSSFAKTOREN AUF DAS ERNÄHRUNGSVERHALTEN - EIN LITERATURÜBERBLICK



Die Erforschung der Determinanten des Ernährungsverhaltens von Erwachsenen ist deutlich weiter vorangeschritten, als dies für die empirischen Studien zum Ernährungsverhalten von Kindern gilt. So finden sich in der von Otto Bayer, Thomas Kutsch und Hans Peter Ohly (1999) erstellten Datenbank zum Thema Ernährung und Gesellschaft, in der aus einer Vielzahl von wissenschaftlichen Datenbanken (Solis, Psyndex, Somed, Elfis, Foris) Literatur- und Forschungsnachweise zu diesem Forschungsgebiet zusammengestellt wurden, ausgesprochen wenige Hinweise auf die Ernährung von Kindern, Jugendlichen oder Schülern.

Eine zentrale Rolle in sozialwissenschaftlichen Studien zu den Determinanten des Ernährungsverhaltens nehmen soziodemographische Variablen wie Haushaltszusammensetzung, Alter, Geschlecht und vor allem soziale Schicht/Klasse⁵ ein. Gerade die neuere Diskussion in der Sozialstrukturforschung aber zeigt sehr deutlich die beschränkte theoretische und empirische Leistungskraft derartiger Konzepte, vor allem des Begriffs soziale Schicht. In unserem eigenen Theorierahmen werden wir daher das Konzept des Lebensstils einführen, der unseres Erachtens besser zur Erklärung von sozialem Handeln im Allgemeinen und von Ernährungsverhalten im Speziellen geeignet ist.

1.1 Das Ernährungsverhalten von Erwachsenen

Da die Literatur über das Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen ausgesprochen schmal ist und darüber hinaus zu vermuten ist, dass die Bestimmungsgründe für das Ernährungsverhalten von Erwachsenen und Jugendlichen in vielen Hinsichten ähnlich sein dürften, wird hier in einem ersten Schritt ein Überblick über die Determinanten des Ernährungsverhaltens von Erwachsenen gegeben, das zudem auch das Ernährungsverhalten der Kinder beeinflussen dürfte.

Nur in Bezug auf einige Produkte zeigen die Veröffentlichungen eine leicht verbesserte Nahrungsmittelauswahl der erwachsenen Bevölkerung in der Bundesrepublik in den letzten Jahren. So ist der Verbrauch von Milch und Milchprodukten gestiegen, der Verbrauch von Gemüse und Obst allerdings leicht gefallen. Ebenfalls zurückgegangen ist der Fleischkonsum, aber die Aufnahme von Cholesterin und Fett ist nach wie vor zu hoch, während der Verbrauch von Ballaststoffen zu gering ist. Auch die Nährstoffzufuhr insgesamt liegt bei allen Personengruppen deutlich unter den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE 2000b). Gemessen am Body-Mass-Index

⁵ Die Begriffe soziale Schicht und soziale Klasse werden in diesem Text synonym verwendet (vgl. Kreckel 1992).

(BMI) sind Übergewicht ($\text{BMI} > 25 \text{ kg/m}^2$) und Adipositas oder starkes Übergewicht ($\text{BMI} > 30 \text{ kg/m}^2$) in Deutschland weit verbreitet. Das trifft auf Männer wie auf Frauen gleichermaßen zu. So sind nach der Erhebung im Rahmen des Bundesgesundheits surveys von 1998 beispielsweise 67% der westdeutschen und 66% der ostdeutschen Männer sowie 52% der westdeutschen und 57% der ostdeutschen Frauen übergewichtig. Die Verbreitung von Adipositas ist in Westdeutschland bei Männern von 17,4% auf 19,4%, in Ostdeutschland von 20,6% auf 21,8% angestiegen, was im Vergleich mit der Verbreitung von 1991 eine Zunahme von 11,5% resp. 5,9% bedeutet (Bergmann/Mensink 1999:118f; vgl. auch DGE 2000a).

Relevante Faktoren für das Ernährungsverhalten

Gesunde bzw. ungesunde Ernährung variiert dabei je nach gesellschaftlicher Gruppe und sozialer Lage. Diese Variation des Ernährungsverhaltens zwischen verschiedenen Gruppen macht ja eine sozialwissenschaftliche Untersuchung der Determinanten des Ernährungsverhaltens überhaupt erst sinnvoll. Folgende Faktoren werden in der Literatur immer wieder als relevant für das Ernährungsverhalten genannt und haben sich in empirischen Studien als erklärungskräftig herausgestellt (vgl. Prahl/Setzwein 1999:63ff).

Geschlecht

In vielen Studien ist ein Zusammenhang zwischen Geschlecht und Ernährungsweise nachgewiesen worden. Der Verzehr von Obst, Gemüse, Milchprodukten und Vollwertkost liegt bei Frauen deutlich höher als bei Männern. Der Verzehr von Fleisch und tierischen Fetten insgesamt liegt hingegen bei Männern höher (vgl. die Auswertung der Nationalen Verzehrsstudie in Kübler et al. 1994; ähnlich die Befunde bei Köhler 1991; Weyrauch 1996; Roos et al. 1998). Insofern kann man sagen, dass sich Frauen gesünder ernähren als Männer. Zur Erklärung dieser Unterschiede wird in der Literatur auf geschlechtsspezifische Körpervorstellungen zurückgegriffen (Köhler 1991; Roos et al. 1998:1526). Das Ideal eines schlanken Körpers ist in unserer Gesellschaft stärker mit der Vorstellung einer weiblichen Identität als mit einer männlichen Körperidentität assoziiert.

Wissen

Eine zweite Erklärung des Ernährungsverhaltens nimmt Bezug auf das verfügbare Gesundheits- bzw. Ernährungswissen. Je mehr Menschen über das, was sie essen, wissen, desto wahrscheinlicher ist es, dass sie sich gesund ernähren. Schwartz et al. (1998) konnten diesen Zusammenhang nachweisen. Zugleich konnten die Autoren zeigen, dass sich das Interesse an Information, der Grad der Information und das aktive Bemühen um Gesundheitsförderung je nach sozialer Schicht unterscheidet (Schwartz et al. 1998:158f). Generell weiß man aber auch, dass das Wissen über gesunde Ernährung nur einen beschränkten Effekt auf das Ernährungsverhalten hat. In zahlreichen sozialen Gruppen ernähren sich die Menschen ungesund, obwohl ihnen die Auswirkungen und die möglichen Gefährdungen ihrer Gesundheit durchaus bewusst sind (Barlösius 1995).

Geschmack und Ernährungseinstellungen

Pierre Bourdieu (1982) unterscheidet in seiner Untersuchung zwei Einstellungen, die Menschen gegenüber dem Essen einnehmen können. Er differenziert zwischen einem Notwendigkeitsgeschmack und einem Luxusgeschmack. Mit den beiden Geschmacksorientierungen sind unterschiedliche Präferenzen für bestimmte Nahrungsmittel verbunden:

- Eine Notwendigkeitsorientierung bevorzugt fette und schwere Kost, legt mehr Wert auf Quantität als auf Qualität; die Substanz des Essens selbst ist hierbei wichtiger als die Form des Essens (Geselligkeit, Art des Geschirrs und der Dekoration etc.).
- Einer Luxusorientierung hingegen entspricht eine Vorliebe für leichtere und feinere Produkte; das Raffinement der Essenszubereitung und das Arrangement der Mahlzeit sind ihr ebenso wichtig wie das Essen selbst.

Eine Notwendigkeitsorientierung führt zu einer ungesünderen Ernährungsweise als eine Luxusorientierung des Geschmacks. Auch Ohr kann in einer Studie über den Kauf von Nahrungsmitteln nachweisen, dass die Ernährungseinstellungen von Personen zentrale Determinanten des Einkaufsverhaltens sind (Ohr 2001). Dabei konnte er vor allem zeigen, dass eine positive Einstellung gegenüber frischen, natürlichen und vollwertigen Lebensmitteln zum Kauf von tendenziell gesünderen Nahrungsmitteln führt.

Für die hier vorliegende Fragestellung nach den Bedingungen der Ernährung von Jugendlichen dürfte vor allem von Interesse sein, dass die Ernährungseinstellungen von Müttern erstens von ihrer Klassenzugehörigkeit abhängen und zweitens einen Einfluss auf ihr Kontrollverhalten gegenüber dem Ernährungsverhalten ihrer Kinder haben (Hupkens et al. 1998).

Insgesamt zeigen diese Ergebnisse sehr deutlich, dass die Ernährungseinstellungen von Personen eine wichtige Determinante ihres Ernährungsverhaltens sind.

Bildung

Auch die Bildung einer Person hat einen Einfluss auf das Ernährungsverhalten, wie mehrere Studien gezeigt haben (vgl. Weyrauch 1996; Roos et al. 1998; Prättälä/Berg/Puska 1992). Groeneveld et al. (1993:147f) können z.B. in ihrer in Gießen durchgeführten Studie zeigen, dass die Vollwerternährung vor allem von Personen mit sehr hohem Bildungsstand betrieben wird. Auch der Fleischverzehr variiert mit dem Bildungsgrad. Die Fleisch- und Wurstmengen, die täglich verzehrt werden, nehmen mit steigender Bildung deutlich ab (Kübler et al. 1994:73).

Generell kann auch festgestellt werden, dass mit höherer Bildung ein höherer Anteil des Einkommens für gesunde Lebensmittel ausgegeben wird (Ohr 2001). Warum Bildung einen Einfluss auf das Ernährungsverhalten hat, bleibt empirisch meist ungeklärt. Theoretisch werden zwei Erklärungen angeboten:

- (1) Mit höherer Bildung steigt auch das Wissen über gesunde und weniger gesunde Ernährung und dies wiederum beeinflusst das Ernährungsverhalten.
- (2) Mit den verschiedenen Lebensmitteln sind unterschiedliche Bedeutungen assoziiert. Viel sowie fette und billige Produkte zu essen, wird z.B. von den höheren Bildungsgruppen mit einem vulgären Geschmack assoziiert, von dem man sich selbst distanzieren möchte. Die Konsumtion verschiedener Lebensmittelprodukte dient damit der eigenen Bildungsgruppe dazu, sich gegenüber anderen Bildungsgruppen abzugrenzen (Mennell 1988; Barlösius 1995).

Einkommen und Klasse

Der Einfluss von Bildung, Einkommen und Klasse wird in den meisten Untersuchungen nicht genau voneinander getrennt. Empirisch stellt sich heraus, dass sich Klassen, die in der Schichtpyramide oben gelagert sind, gesünder ernähren als untere Klassen. Dieser Zusammenhang ist in vielen Studien nachgewiesen worden (Tomlinson 1994; Prättälä/Berg/Puska 1992; Prahl/Setzwein 1999).

Der Verzehr von frischem Obst und Gemüse korreliert z.B. mit dem Einkommen (Kübler et al. 1994:45), ebenso die Versorgung mit Calcium und Vitamin C (DGE 1996:47f). Haushalte mit höherem Einkommen verbrauchen „mengenmäßig mehr Käse, Quark, Vollmilch und Joghurt, mehr Eier, Obst, Tomaten und anderes Gemüse und Butter, dagegen weniger Kartoffeln, Brot und Margarine“ (Köhler 1991:7; vgl. Ohr 2001).

Schwartz et al. (1998:158f) differenzieren bezüglich der Ernährung vier Typen im Gesundheitsverhalten, die sich schichtspezifisch unterscheiden. „Gesundheitsbewusste mit geringen Risiken“ gehören signifikant häufiger der Oberschicht an, während 19% der Bevölkerung, überwiegend Angehörige der Unterschicht, als „Gesundheitsrisikotyp“ klassifiziert werden.

Hans-Werner Prahl und Monika Setzwein (1999:68) fassen die Forschungslage folgendermaßen zusammen: „Allgemein lässt sich das Verhältnis von Sozialstatus und Ernährungsverhalten dahin gehend skizzieren, dass die mittleren und oberen Gesellschaftsschichten eher ein Ernährungsverhalten zeigen, welches den Empfehlungen für eine gesunde Ernährung entspricht, während in den unterprivilegierten Schichten eher Ernährungsmuster dominieren, die von diesen Vorgaben abweichen. Das Nahrungssortiment höherer Sozialschichten ist durch eine relativ große Vielfalt geprägt, es bestehen stärkere Affinitäten zu Diätprodukten und Lebensmitteln, die aktuellen Moden entsprechen. Nahrungsmittel wie Kartoffeln, Butter, Zucker und Weißbrot finden sich hingegen häufiger und in größerem Umfang in der Küche der ‚kleinen Leute‘.“

Familien- und Haushaltssituation

Auch die Einbindung in Ehe und Familie beeinflusst das Ernährungsverhalten. So konnte in verschiedenen Studien festgestellt werden, dass sich verheiratete Personen – insbesondere Männer – gesünder ernähren als unverheiratete Personen (Roos et al. 1998).

Allerdings kommt Köhler für die Bundesrepublik zu dem Ergebnis, dass sich Alleinlebende zwar einseitiger, tendenziell aber mit gesünderen Lebensmitteln ernähren als die Mitglieder größerer Haushalte (Köhler 1991:64). Es spielt allerdings nicht nur der Ehestatus eine Rolle, sondern auch die Existenz von Kindern im Haushalt. So kann Ohr (2001) zeigen, dass Haushalte mit Kindern unter 14 Jahren einen größeren Anteil ihres Einkommens für gesunde Nahrungsmittel ausgeben und auch Roos et al. (1998) zeigen, dass sich Frauen vor allem, wenn sie Kinder haben, gesünder ernähren.

1.2 Das Ernährungsverhalten von Jugendlichen

Zum Ernährungsverhalten von Jugendlichen liegen bisher weit weniger empirische Studien vor als zur Ernährungssituation Erwachsener. Die meisten Arbeiten finden sich auf dem Gebiet der Ernährungspsychologie, und zwar im Zusammenhang mit essgestörtem Verhalten – der Bulimie, Anorexie und Adipositas –, das aber nicht im Fokus unserer Forschungsfrage steht. Die Studien zeigen für Jugendliche ab 12 Jahren, dass insbesondere Mädchen überdurchschnittlich oft an Formen von Magersucht erkranken, während bei Jungen eher die Neigung zu Übergewicht bis hin zu Adipositas zu beobachten ist (Neumark-Sztainer 1999; Gerlinghoff 1996).

Der *Gesundheitsbericht für Deutschland* zeigt, dass Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 14 Jahren den höchsten Pro-Kopf-Verbrauch an Süßwaren und den niedrigsten Pro-Kopf-Verbrauch an Obst und Gemüse haben (Statistisches Bundesamt 1998). Im Zusammenhang mit der körperlichen Entwicklung von 10- bis 13-Jährigen fanden Zinnecker und Silbereisen (1998) heraus, dass die Gewichtsangaben und die errechneten Body-Mass-Indices im Vergleich mit Normtabellen oftmals etwas höher ausfallen.

Relevante Faktoren für das Ernährungsverhalten von Jugendlichen

Die wenigen Arbeiten, die es zu jugendlichem Essverhalten gibt, deuten darauf hin, dass die Nahrungsmittelauswahl weniger gesundheitsfördernd ist, das Körpergewicht zu hoch ist und Ess-Störungen gehäuft auftreten. Gesunde und ungesunde Ernährung variiert aber auch bei Jugendlichen je nach gesellschaftlicher Gruppe und sozialer Lage. Die folgenden Faktoren – zum Teil identisch mit den Faktoren, die das Ernährungsverhalten von Erwachsenen erklären helfen – werden in der Literatur als relevant für das Ernährungsverhalten von Jugendlichen genannt:

Geschlecht

Die geschlechtsspezifischen Unterschiede im Ernährungsverhalten, wie sie für das Erwachsenenalter festzustellen sind (vgl. *Kapitel 1.1*), lassen sich für das Kindesalter interessanterweise noch nicht nachweisen. Erst in der Phase der Pubertät, in der sich verstärkt auch eine weibliche und männliche Identität herausbilden, unterscheiden sich dann männliche und weibliche Ernährungsweise in der oben dargestellten Art. Dies geht aus der Auswertung der Nationalen Verzehrsstudie hervor, in der nach Altersgruppen und Geschlecht unterschieden wurde (Kübler et al. 1994:303).

Auch Prättälä zeigt, dass sich das Ernährungsverhalten von Mädchen mit zunehmendem Alter stärker vom Ernährungsverhalten der Jungen unterscheidet (Prättälä 1988). Allerdings kommt Heyer in ihrer Studie über die Ernährungsversorgung von Schülern der vierten Jahrgangsstufe zu einem anderen Resultat. In ihrer Untersuchung zeigt sich, dass bereits in diesem Alter Mädchen ein vielfältigeres und gesünderes Pausenfrühstück einnehmen, während Jungen häufiger überwiegend ungesunde Zwischenmahlzeiten verzehren (Heyer 1997). Prättälä konnte in verschiedenen Studien zu junglichem Ernährungsverhalten in Finnland nachweisen, dass Jungen mehr Fette und Zucker zu sich nehmen (Prättälä/Rahkonen/Rimpelä 1986; 1988; Prättälä 1988). Auch in deutschen Studien konnten ähnliche Unterschiede im Ernährungsverhalten von Jungen und Mädchen festgestellt werden (Kienzle 1988; Faber 1996). Reinhard Wittenberg kommt in seiner an vier Nürnberger Hauptschulen durchgeführten Studie zum Ernährungsverhalten und Gesundheitszustand von Jugendlichen zu dem Ergebnis, dass Jungen häufiger übergewichtig sind als Mädchen und umgekehrt Mädchen häufiger untergewichtig sind (Wittenberg 1999:38).

Wissen

Auch im Hinblick auf das Ernährungswissen liegen ähnliche Ergebnisse wie für Erwachsene vor. Einerseits konnte gezeigt werden, dass sich Schüler mit größerem Ernährungswissen tendenziell gesünder ernähren (Kienzle 1988; Faber 1996). So konnte z.B. für Abiturienten mit dem Schwerpunkt Hauswirtschaft ein geringerer Fleisch- und Süßigkeitenverzehr und ein größerer Konsum von Obst, Gemüse, Vollkornprodukten festgestellt werden (Faber 1996). Zudem konnte gezeigt werden, dass Schüler mit größerem Ernährungswissen vor allem zu Hause häufiger gesündere Lebensmittel verzehren (Kienzle 1988). Andererseits muss aber beachtet werden, dass – ähnlich wie bei Erwachsenen – der Konsum ungesunder Nahrungsmittel häufig gegen besseres Wissen erfolgt. So weiß z.B. die überwiegende Mehrheit von Kindern, dass Obst und Gemüse zu den empfohlenen Nahrungsmitteln zählen, dennoch spielt Obst für fast die Hälfte keine Rolle in ihrer Ernährung (Barlovic 1999). Dies zeigt sehr deutlich die Grenzen einer kognitiv orientierten, aufklärenden Ernährungspädagogik und wirft zudem die Frage nach alternativen Strategien der Aufklärung auf.

Klasse

Reinhard Wittenberg kommt in seiner Untersuchung an verschiedenen Nürnberger Hauptschulen mit unterschiedlicher schichtspezifischer Zusammensetzung der Schüler-

schaft zu dem Ergebnis, dass an den beiden Schulen mit einer sozialstrukturell schlechter zusammengesetzten Schülerschaft der Anteil der übergewichtigen Schüler überproportional hoch ist (Wittenberg 1999:37). Auch Kienzle (1988) kann in ihrer Studie über Neuntklässler Unterschiede zwischen Hauptschülern und Gymnasiasten feststellen, die sie vorwiegend als schichtbedingt interpretiert. Dabei zeigt sich deutlich, dass die Gymnasiasten häufiger gesündere Lebensmittel zu sich nehmen als die Hauptschüler (vor allem Milch, Joghurt und Mineralwasser), während die Hauptschüler eher bedenkliche Nahrungsmittel wie Limonade, Coca-Cola, Pommes frites und Schokoriegel konsumieren. Riva Prättälä (1989:37) kommt für die Teenager in Finnland zu folgendem Befund: „There are socio-economic differences in food consumption patterns of teenagers, similar to those observed among adults. Among lower social groups and in the countryside the use of saturated fats and sugar is more common.“⁶ (Allerdings finden sich in der Studie von Prättälä kaum Hinweise auf klassenspezifische Unterschiede im Konsum von jugendtypischen Lebensmitteln wie Süßigkeiten, Snacks und Süßgetränken.) Ähnliche Ergebnisse kann Andreas Klocke auch für die Bundesrepublik feststellen (Klocke 1995), und laut Gesundheitsberichterstattung des Bundes weisen „Kinder und Jugendliche aus Armutsfamilien oftmals ein ungünstigeres Ernährungsverhalten auf“ (RKI/Statistisches Bundesamt 2001:10). Weitere Ergebnisse aus Studien über den Zusammenhang zwischen sozialer Schicht und Ernährung bei Jugendlichen finden sich bei Andreas Mielck (2000:201ff).⁷

Eine Erklärung für diese klassenspezifischen Unterschiede im Ernährungsverhalten findet sich bei Hupkens et al. (1998). Diese konnten in ihrer in Aachen, Lüttich und Maastricht durchgeführten Studie über Mütter zeigen, dass deren Einfluss auf das Ernährungsverhalten ihrer Kinder vor allem von ihren Gesundheits- und Geschmackseinstellungen abhängt, und diese wiederum sind bildungs- bzw. klassenspezifisch.

Lebensstile und Werbung

Prättälä argumentiert in ihren Pionierstudien über das Ernährungsverhalten von Jugendlichen, dass der Konsum zahlreicher jugendspezifischer Lebensmittel vor allem in jugendliche Lebensstile eingebettet und Bestandteil jugendlicher Identität ist, und daher wenig von der sozialen Herkunft beeinflusst wird. „The consumption of specific foods can differentiate teenagers from other social groups and is closely connected to other aspects of their life style. Therefore individual consumption patterns known to be detrimental to health (smoking, drinking) and not recommended by adults may become elements in teenage life style. Consuming junk food, not quite accepted by adults, can be seen as an

6 „In den Ernährungsmustern von Teenagern zeigen sich ähnliche sozioökonomische Unterschiede, wie sie bei Erwachsenen beobachtet wurden. Innerhalb unterer sozialer Schichten und auf dem Land ist die Zufuhr von gesättigten Fettsäuren und Zucker weiter verbreitet.“ (Übersetzung d. Red.)

7 In der HBSC-Studie der WHO wird ebenfalls auf den Zusammenhang zwischen Schichtzugehörigkeit und verschiedenen Ernährungsverhalten verwiesen. So geht beispielsweise in allen an der Studie beteiligten Ländern ein hoher sozioökonomischer Status der Mutter/des Vaters einher mit einem täglichen Konsum gesunder Lebensmittel, wie z.B. Obst und Rohkost; umgekehrt steigt der Konsum von weniger gesunden Lebensmitteln, wie z.B. Süßgetränke und Pommes frites mit geringerem Status der Eltern (WHO 2000: 87).

aspect of teenage life style.“⁸ (Prättälä 1989:54) Leider kann Prättälä ihre Ergebnisse durch qualitative Interviews mit nur einigen Gruppen von Jugendlichen stützen.

Auch in der Studie von Klocke (1995) finden sich Hinweise auf die Bedeutung der Lebensstile von Jugendlichen (Peergroup-Einbindung, Aktivitäten außer Haus, Sport, Fernsehkonsum), wobei vor allem dem Fernsehkonsum eine große Bedeutung zukommt.⁹ Damit leiten diese neueren Studien unmittelbar zu einer weiteren Einflussgröße über. So vermuten verschiedene Autoren einen starken Zusammenhang zwischen jugendlichen Lebensstilen, kommerzieller Werbung und Ernährungsverhalten (Prättälä/ Roos 1989; Diehl 2000; Barlovic 1999).¹⁰ In einer Inhaltsanalyse der Fernsehwerbung an Samstagvormittagen – also im Kinder- und Jugendprogramm – im Privatsender RTL konnte Diehl nachweisen, dass hier in Dutzenden von Werbespots Lebensmittel beworben wurden. Im Vordergrund standen dabei Süßigkeiten, Knabbereien, Fastfood-Restaurants und Softdrinks. „Die in den (Kinder-)Programmen der kommerziellen Sender ausgestrahlte Werbung für Nahrungs- und Genussmittel enthält kaum einen Spot, der den praxisorientierten Regeln für eine vernünftige Ernährung nicht zuwiderläuft.“ (Diehl 2000:31) Insofern dürfte die Fernsehwerbung eine zentrale Rolle bei der Prägung kindlicher und jugendlicher Lebensstile, und vor allem des Ernährungsverhaltens spielen.

Zentral für die Fähigkeit zum Lebensmittelkonsum unabhängig vom Elternhaus ist freilich die Verfügung über Taschengeld, das Kinder und Jugendliche häufig für Süßigkeiten, Eis, Knabbereien und Snacks ausgeben (Barlovic 1999:13).

8 „Der Konsum spezieller Nahrungsmittel kann Teenager von anderen sozialen Gruppen unterscheiden und ist eng mit anderen Aspekten ihres Lebensstils verknüpft. Individuelle Konsummuster, die bekanntermaßen gesundheitsschädlich sind (rauchen, trinken) und von Erwachsenen nicht empfohlen werden, können zum Bestandteil des jugendlichen Lebensstils werden. Der Verzehr von Junkfood, das von Erwachsenen nicht akzeptiert wird, kann als ein Aspekt des Lebensstils von Jugendlichen betrachtet werden.“ (Übersetzung d. Red.)

9 Ein deutlich positiver Zusammenhang zwischen Fernsehkonsum und Ernährungsverhalten geht aus der HBSC-Studie der WHO hervor, in der in allen untersuchten Altersgruppen, insbesondere aber in der Gruppe der 11- und 13-Jährigen das Fernsehen eng mit dem Verzehr von stark zuckerhaltigen und – in geringerem Maße – fettreichen Snacks sowie mit dem Konsum von Süßgetränken assoziiert ist (WHO 2000:80ff).

10 Hierzu muss kurz erläutert werden, dass Fernsehen zu der liebsten und vor allem längsten Freizeitbeschäftigung vieler Kinder und Jugendlicher gehört. Dabei präferieren Kinder und Jugendliche stärker als Erwachsene die werbereichen privaten Fernsehsender.

1.3 Bilanzierung der Literaturlage

Ob sich Erwachsene gesund oder weniger gesund ernähren, hängt – so der derzeitige Forschungsstand – vom Geschlecht, vom Wissen über die Ernährung und von den Einstellungen zum Essen ab, weiterhin von der Bildung und der Klassenzugehörigkeit sowie von der Haushaltssituation.

Der dezidierte Nachteil der Forschungen zum Ernährungsverhalten besteht darin, dass kaum Aussagen darüber formuliert werden, warum es einen statistischen Zusammenhang zwischen den genannten sozialstrukturellen Merkmalen auf der einen Seite und dem Ernährungsverhalten auf der anderen Seite gibt. Zudem werden gerade die Begriffe Schicht und Klasse ausgesprochen unpräzise verwendet und häufig synonym mit Bildung oder Einkommen benutzt. Diese Kritik gilt auch für die Studien, die das Ernährungsverhalten von Jugendlichen empirisch analysiert haben. Hier kommt noch hinzu, dass der empirische Wissensstand über das Ernährungsverhalten von Jugendlichen und seine Determinanten geringer ist als der in Bezug auf Erwachsene. Allerdings liefern die Forschungen zu den Jugendlichen erste Hinweise auf die von uns präferierte Erklärung, dass das Ernährungsverhalten in die jugendlichen Lebensstile eingebettet ist.

Für beide Bereiche – für das Ernährungsverhalten von Erwachsenen wie auch von Jugendlichen – aber gilt, dass der Zusammenhang vor allem zwischen sozialer Klasse, Schicht und Bildung auf der einen Seite und dem Ernährungsverhalten auf der anderen Seite in den bis dato durchgeführten Forschungen als bloße Korrelation zwischen den beiden Größen analysiert wurde. Damit wird aber lediglich ein empirischer Zusammenhang zwischen zwei Größen festgestellt, beispielsweise: Je höher das Einkommen, desto höher der Ausgabenanteil für gesunde Nahrungsmittel. Dies aber reicht für eine Erklärung bei weitem nicht aus. Zusätzlich muss nach dem kausalen Mechanismus gefragt werden: Warum beispielsweise geben Personen mit höherem Einkommen einen höheren Anteil ihres Einkommens für gesündere Nahrungsmittel aus?



LEBENSSTILE UND ERNÄHRUNG - DER FORSCHUNGSRAHMEN DER UNTERSUCHUNG

Vor dem Hintergrund, dass die bisherigen Untersuchungen zum Ernährungsverhalten vorrangig lediglich bloße Korrelationen zwischen zwei Größen analysieren, nicht aber nach den kausalen Mechanismen fragen, soll in diesem Kapitel ein theoretischer Rahmen skizziert werden, der diese Aufgabe übernehmen soll. Dabei knüpfen wir vor allem an die Diskussionen in der neueren Sozialstrukturanalyse an (vgl. dazu Hradil 1987; Lütke 1989; Schulze 1992), in denen die Begriffe von Klasse und Schicht durch Lebensstil- und Milieukonzeptionen ergänzt werden, um sie erklärungskräftiger zu machen.

2.1 Die neuere Sozialstrukturanalyse

Die gegenwärtige Sozialstrukturanalyse ist durch eine ausgesprochene Breite von Diskussionen und durch zahlreiche theoretische Unsicherheiten geprägt. Dabei wird nebeneinander eine Vielzahl von Schlagworten und neuen Konzepten entwickelt, die von der Individualisierung über die Pluralisierung der Lebensstile und die Anpassung von Klassenmilieus bis hin zur Erlebnisgesellschaft reichen. Im Kern geht es dabei überwiegend um eine Kritik an der Verwendung von zwei zentralen Begriffen der bisherigen Sozialstrukturanalyse: der Begriffe *Klasse* und *Schicht*. Beide Begriffe gliedern die Bevölkerung einer Gesellschaft in eine dominant hierarchische Struktur nach vorwiegend ökonomischen Kriterien. Das Konzept der Klasse betont dabei stärker die Verwurzelung sozialer Gruppen im Produktionsbereich der Wirtschaft und vor allem den Gegensatz zwischen den Klassen, während das Schichtkonzept mehr auf die Verteilung wichtiger Ressourcen, wie Einkommen, Prestige und Bildung, und zugleich weniger auf das Gegeneinander bestimmter sozialer Gruppen abzielt.

Erklärungsansätze für eine veränderte Perspektive

Eine veränderte Perspektive auf das Verhältnis von Sozialstruktur (Schichten, Klassen) und sozialem Handeln (z.B. Ernährung) resultiert vor allem aus der Diagnose, dass sich die reale Struktur der Gesellschaft gewandelt hat und daher auch neue Begriffe zur Beschreibung der Struktur dieser Gesellschaft gefunden werden müssen. Ein typisches Beispiel für diese Argumentation ist der von Ulrich Beck in die Diskussion eingebrachte Fahrstuhleffekt (Beck 1986). Damit meint Beck, dass die frei verfügbare Lebenszeit, Freizeit und vor allem der materielle Wohlstand für die gesamte Bevölkerung der Bundesrepublik gestiegen sind. Obwohl die faktischen Ungleichheitsverhältnisse gleichzeitig konstant geblieben sind, hat sich damit die soziale Bedeutung von Ungleichheit relativiert: Klassen und Schichten spielen in der alltäglichen Erfahrung der Menschen nur noch eine untergeordnete Rolle, die damit verbundenen traditionellen Milieus lösen sich auf. Laut Beck entwickelt sich die Sozialstruktur in Richtung auf eine individualisierte

Arbeitnehmergesellschaft. Damit ist die Zugehörigkeit zu Klassen oder Schichten auch nicht mehr verhaltensprägend, sondern die Menschen können bzw. müssen jeweils individuell ihre eigene Biographie und ihren eigenen Lebensstil konstruieren.

Eine zweite Argumentationslinie betont weniger die allgemeine Wohlstandssteigerung, als vielmehr die parallel dazu stattfindende gewaltige Explosion von marktvermittelten Angeboten, die es den einzelnen Menschen möglich macht, ihren eigenen Lebensstil nach ihren jeweiligen Erlebniswünschen individuell zu gestalten, so dass z.B. Gerhard Schulze von einer Erlebnisgesellschaft spricht (Schulze 1992). Volker Pudel überträgt diese Argumentation auch auf das Ernährungsverhalten und spricht davon, dass „die Kinder und Kids heute in ihrem Essverhalten kaum mehr geprägt [sind] von den Einflüssen des Mangels, sondern ausschließlich von den Bedingungen der Überflussgesellschaft, in der Lebensmittel und Speisen in größter Auswahl zu erschwinglichen Preisen ständig verfügbar sind“ (Pudel 1999:33). In der Argumentation von Gerhard Schulze zeigt sich im Gegensatz zu Becks These keine vollständige Individualisierung der Lebensstile. Unter den vorherrschenden sozialen Kontextbedingungen und immer auf der Suche nach Partnern für schöne Erlebnisse finden sich die Menschen laut Schulze in kulturell relativ homogenen Milieus zusammen, die durch spezifische Lebensstile geprägt sind.

Das Konzept der Lebensstile

Unter *Lebensstil* wird in der Literatur Unterschiedliches verstanden: So bezeichnet z.B. Hartmut Lüdtke (1990:434) als Lebensstil die Struktur und Form der Lebensorganisation einer Person. Lebensstil wird in biographischen Prozessen von Versuch und Irrtum sowie des Vergleichs mit anderen Personen und Gruppen entwickelt und bildet daher einen erprobten, bewährten und insofern sinnvollen Gesamtzusammenhang von Alltagsroutinen, Symbolen und Verhaltensmustern.¹¹ Aus dieser Definition geht sehr deutlich hervor, dass das Lebensstilkonzept im Gegensatz zu den Begriffen Klasse und Schicht weniger stark die sozioökonomische Strukturebene der Gesellschaft betrifft, sondern die Menschen vor allem danach klassifiziert, wie sie typischerweise ihr Leben gestalten. Lebensstile sind also Muster von Vorlieben und Abneigungen gegenüber recht verschiedenen Objekten und Verhaltensweisen. Der Bamberger Sozialwissenschaftler Gerhard Schulze (1992) bezeichnet diese Muster als alltagsästhetische Schemata. Diese strukturieren die Sicht der Menschen auf die Welt, indem sie festlegen, was wichtig und was unwichtig ist und was sie als schön oder hässlich interpretieren. Lebensstile stiften zudem insofern Identität, als verschiedene Menschen ähnliche Schemata zur Strukturierung ihres Lebens anwenden und sich damit als ein „Wir“ beschreiben können, das sich zugleich gegenüber anderen, die andere Stile mit anderen Schemata bevorzugen, abgrenzt.

11 Zum Vergleich sei hier die Definition von Gerhard Schulze zitiert: „Als Stil sei nun die Gesamtheit der Wiederholungstendenzen in den alltagsästhetischen Episoden eines Menschen definiert... Stil ist mehr als ein Sammelsurium von Vorlieben, Abneigungen und Gleichgültigkeiten. Alle ästhetischen Wiederholungstendenzen eines Menschen treten in Beziehung zueinander und lassen eine typische Konfiguration entstehen, eine aus vielen Einzelheiten zusammengesetzte Gestalt“ (Schulze 1992:103f).

Die sozialwissenschaftliche Erklärungskraft des Lebensstilkonzepts besteht darin, dass mit den verschiedenen Schemata Präferenzen für bestimmte Handlungen und Abneigungen gegenüber anderen Handlungen verbunden sind. Es ist vor allem deswegen in die Soziologie eingeführt worden, da man festgestellt hat, dass sich nicht alle Mitglieder einer Klasse bzw. einer Schicht in ihrem Alltag ähnlich verhalten, sondern dass es – vor allem in den wohlhabenden Mittelklassen – eine erhebliche Spannbreite von Lebensstilen gibt, die nicht vollständig auf die Klassen- oder Schichtzugehörigkeit zurückgeführt werden können (vgl. vor allem die empirischen Resultate bei Spellerberg 1994). Diese These lässt sich mit Beispielen von zwei prominenten Autoren aus dem Bereich der Lebensstilanalyse verdeutlichen:

Pierre Bourdieu

Pierre Bourdieu (1982) behauptet, dass die Gesellschaft vor allem durch zwei Arten von Ressourcen – die er als Kapital bezeichnet – strukturiert ist:

1. kulturelles Kapital (vor allem Bildung) und
2. ökonomisches Kapital (Einkommen und Besitz).¹²

Vertikal gliedert sich die Gesellschaft nach der Gesamtsumme an Kapital, über das eine Person verfügt. Zur herrschenden Klasse bei Bourdieu gehören daher Personen, die über einen großen Umfang an kulturellem und/oder ökonomischem Kapital verfügen. Innerhalb der herrschenden Klasse lassen sich aber nichtsdestotrotz Fraktionierungen des Lebensstils ausmachen. Diese verlaufen von den Personen, die eher ein Übergewicht an ökonomischem Kapital besitzen (z.B. Unternehmer), zu denjenigen Personen, die eher ein Übergewicht an kulturellem Kapital besitzen (z.B. Professoren). Während die erstgenannten Personen eher einen Luxusgeschmack pflegen, der z.B. im Bereich der Ernährung durch den Verzehr teurer Lebensmittel und exklusiver alkoholischer Getränke geprägt ist, zeichnen sich die Personen am kulturellen Pol eher durch einen asketischen und intellektualistischen Lebensstil aus, der offen für neue Trends und exotische Speisen ist (Bourdieu 1982).

Gerhard Schulze

Gerhard Schulze (1992) sieht die Sozialstruktur der Bundesrepublik vor allem durch zwei Strukturmerkmale aufgegliedert:

1. Bildung und
2. Alter.

Schulze nimmt zwar durchaus wahr, dass die Bevölkerung vertikal nach Bildung gestuft und damit geschichtet ist, doch ergeben sich in den Lebensstilen der Menschen gleicher Bildung deutliche Unterschiede nach dem Alter. Während z.B. die älteren hochgebildeten Personen überdurchschnittlich stark an hochkulturellen Freizeitaktivitäten interessiert

¹² Neben diesen beiden Kapitalsorten unterscheidet Bourdieu weiterhin das soziale Kapital, das aber zur Bestimmung der Klassen und Klassenfraktionen bei ihm eine untergeordnete Rolle spielt.

sind, lehnen sie die Erzeugnisse der modernen Popkultur ab. Dies gilt aber nicht für die jüngeren Hochgebildeten. Diese konsumieren neben den klassischen Erzeugnissen der Hochkultur auch moderne, spannungsorientierte Freizeitangebote wie Kino und Popmusik (Schulze 1992).

Das Lebensstilkonzept als Erklärungsansatz

Die beiden genannten Autoren machen also deutlich, dass Menschen in der gleichen hierarchischen Position innerhalb der vertikalen Ordnung der Gesellschaft durchaus nicht den gleichen Lebensstil pflegen müssen. Während Bourdieu vor allem zwischen Menschen mit unterschiedlicher Kapitalstruktur Unterschiede des Lebensstils sieht, behauptet Schulze vor allem Unterschiede zwischen Personen verschiedener Altersgruppen. Lebensstile besitzen also gegenüber der vertikalen Ordnung der Gesellschaft nach Klassen oder Schichten eine gewisse Autonomie.

Zugleich zeigen die Studien von Schulze, vor allem aber von Bourdieu, dass das Lebensstilkonzept nicht eine Alternative zu der klassischen Klassen- und Schichtungssoziologie darstellt, sondern als eine Ergänzung verstanden werden muss. Lebensstile sind – so unsere Interpretation – gleichsam eine intervenierende Größe zwischen einer sozialstrukturellen Lagerung von Personen einerseits und ihren Verhaltensweisen andererseits. Denn die Lebensstile von Menschen sind nicht völlig freischwebend, sondern sie werden von den klassischen sozialstrukturellen Größen mitbestimmt: Bildung (Schulze) oder ökonomisches Kapital und kulturelles Kapital (Bourdieu) haben einen Einfluss auf die Lebensstile der Menschen und diese prägen dann deren Handlungsweisen.

Mit einer solchen Platzierung des Lebensstilkonzepts zwischen konkreten Handlungsweisen einerseits und Schicht- und Klassenlagen andererseits ist zu erhoffen, das Kausalitätsproblem vieler Klassenanalysen, wenn auch nicht zu lösen, so doch einer Lösung näher zu bringen. Wie aus dem Literaturüberblick (*Kapitel 1*) deutlich wurde, können viele Ernährungsstudien einen korrelativen Zusammenhang zwischen Schicht/Klasse und Ernährungsweisen aufzeigen, ohne jedoch den dafür verantwortlichen Kausalmechanismus angeben zu können. Weiterhelfen kann hier der Dreischritt sozialstrukturelle Merkmale \Rightarrow Lebensstile \Rightarrow Verhaltensweisen:

- Die Klassenlage eines Individuums, bestimmbar über Bildung, Einkommen u.a., hat einen Einfluss auf die Ressourcen, über die jemand verfügen kann, und auf die Normen und Ziele, die jemand verfolgen möchte.
- Diese wiederum haben einen Einfluss auf den Lebensstil, und
- der Lebensstil hat wiederum einen Einfluss auf die Handlungsweisen.

Diese unseren Analysen zugrunde liegende Modellvorstellung soll im Folgenden am Beispiel des Ernährungsverhaltens genauer illustriert werden.

2.2 Lebensstile und ihre Bedeutung bei der Erklärung des Ernährungsverhaltens

Die Ausführungen im vorangegangenen Kapitel sollten deutlich gemacht haben, dass sich der Begriff des Lebensstils besser zur Erklärung sozialen Handelns eignet, als die alleinige Verwendung von Konzepten wie soziale Schicht oder Klasse. Bevor die Bedeutung von Lebensstilen bei der Erklärung des jugendlichen Ernährungsverhalten näher umrissen wird, soll zunächst geklärt werden, welche Lebensstile es gibt, wie sie sich näher bestimmen und beschreiben lassen, und wie die Entstehung von jugendlichen Lebensstilen erklärt werden kann.

Zeitgenössische Lebensstile

Grundsätzlich kann man Lebensstile auf sehr verschiedene Weisen gliedern oder klassifizieren: Umweltbewusste Lebensstile können von umweltzerstörerischen unterschieden werden, teure von preiswerten oder außerhäusliche von innerhäuslichen (für einen Überblick: Hartmann 1999).

Die beste Gliederung zeitgenössischer Lebensstile hat Gerhard Schulze (1992) in seiner großen Studie über die Erlebnisgesellschaft vorgeschlagen. Er hat die Lebensstile von Personen vor allem durch ihr Freizeitverhalten bestimmt und dabei drei typische inhaltliche Muster – als alltagsästhetische Schemata bezeichnet – festgestellt:

1. das *Hochkulturschema*, welches z.B. durch den Besuch von klassischen Konzerten, das Lesen von Literatur oder das Ansehen von Informationssendungen im Fernsehen gekennzeichnet werden kann. Die hier genannten Freizeitaktivitäten weisen also einen gewissen Komplexitätsgrad auf und sollen idealerweise kontemplativ genossen werden.
2. das *Trivialschema*, das sich eher an Harmonie und Gemütlichkeit orientiert und Aktivitäten wie das Hören von Volksmusik, das Lesen von Groschenromanen und die Beteiligung an Kaffeefahrten einschließt.

Entsprechen diese beiden Schemata noch dem traditionellen Gegensatz von Hoch- und Trivialekultur, so hat sich in den letzten Jahrzehnten ein drittes Schema in der kulturellen Landschaft ausgebreitet:

3. das *Spannungsschema* (vgl. auch Müller-Schneider 1994), das aus der Jugendkultur der fünfziger und sechziger Jahre mit ihrer Rebellion gegen Harmoniesehnsucht, konventioneller Einschränkung und Spießigkeit hervorgegangen ist. Kennzeichnend sind Aktivitäten wie Kino- und Konzertbesuch und Präferenzen für Actionfilme und Rockmusik.

Die Orientierung an diesen Schemata ist nach Schulzes Ergebnissen stark von Bildung und Lebensalter beeinflusst: Während das Trivialschema vor allem von älteren ungebildeten Personen bevorzugt wird, präferieren hochgebildete Personen – mehr oder weniger unabhängig vom Alter – das Hochkulturschema. Das Spannungsschema wird vor allem von den jungen Menschen bevorzugt. Diese drei von Schulze konzipierten Schemata bilden einen plausiblen Ausgangspunkt für die Untersuchung und Dimensionierung von Lebensstilen und werden daher auch in der vorliegenden Studie verwendet. Allerdings ist die Klassifikation von Schulze – wie sich in unserer empirischen Studie zeigen wird – zu ergänzen.

Erklärungsansätze für die Entstehung jugendlicher Lebensstile

Studien aus Frankreich und den USA folgend gehen wir davon aus, dass Lebensstile in hohem Maße intergenerational reproduziert werden (Bourdieu 1982; DiMaggio/Mohr 1985; 1995). Dies bedeutet, dass Jugendliche in besonders starkem Maße den gleichen Lebensstilen wie ihre Eltern folgen werden. Freilich werden diese Lebensstile dabei häufig in neuer Weise kombiniert oder auch mit neuen Inhalten versehen, doch von der grundsätzlichen Tendenz her vermuten wir eine relativ starke Weitergabe der elterlichen Lebensstile an die Schüler.

Diese Tendenz der Weitergabe wird zusätzlich durch die Bildungskarriere der Schüler verstärkt. Vor allem bei Schülern an Gymnasien wird die Orientierung am klassischen Bildungskanon und damit an der Hochkultur durch ihre schulische Laufbahn verstärkt. Dazu trägt neben den Unterrichtsinhalten auch das Zusammensein mit überdurchschnittlich stark hochkulturell ausgerichteten Mitschülern bei. Die Lebensstile der Eltern und der von den Schülern besuchte Schultypus sind daher zentrale Größen bei der Ausbildung der jugendlichen Lebensstile.

Bedeutung der Lebensstile für das Ernährungsverhalten

In Lebensstilen sind die wichtigsten Ziele und sozialen Normen des alltäglichen Handelns von Menschen inkorporiert (vgl. *Kapitel 2.1*). Aus diesen Zielen und Regeln lassen sich auch Haltungen gegenüber der Ernährung ableiten. So ist in unserer Gesellschaft mit einer hochkulturellen Orientierung z.B. eine Distanz gegenüber Fastfood verbunden, dagegen eine Präferenz für gesunde oder zumindest eine exklusive Ernährung. Man wird sich schwerlich vorstellen können, dass Besucher eines Rockkonzerts vor dem Konzert noch ein aufwendiges 7-Gänge-Menü in einem exklusiven Restaurant zu sich nehmen werden. Die durch Lebensstile strukturierten Alltagsroutinen von Menschen schließen eben auch die Bevorzugung bestimmter Speisen und bestimmter Arten, sich zu ernähren, oder Abneigung dagegen ein. Vor dem Hintergrund unserer theoretischen Argumentation sollte daher auch das Ernährungsverhalten von Schülern in hohem Maße durch ihren

Lebensstil geprägt sein. Daneben dürfte aber auch der Lebensstil ihrer Eltern eine gewisse Rolle spielen, da Kinder und Jugendliche ihre Mahlzeiten überwiegend im elterlichen Haushalt zu sich nehmen.

Freilich sollte man die Bedeutung der in Lebensstilen eingelassenen Ziele und Normvorstellungen auch nicht überschätzen. Neben den Lebensstilen bestimmen auch die ökonomischen Ressourcen, über die Jugendliche verfügen, deren Handlungsmöglichkeiten. Dies wird auch für das Ernährungsverhalten der Jugendlichen eine Rolle spielen – insbesondere im Hinblick auf die Speisen, die sie außer Haus und vor allem gemeinsam mit ihren Freunden oder Mitschülern zu sich nehmen.

Andere Einflussgrößen auf das Ernährungsverhalten

Wie aus den Forschungsergebnissen zum Ernährungsverhalten von Erwachsenen und Jugendlichen deutlich wird (vgl. *Kapitel 1*), prägen auch andere Einflussgrößen die Einstellungen gegenüber der alltäglichen Ernährung und damit auch das Ernährungsverhalten: Dazu gehören das Wissen über Ernährung, die konkrete Einstellung gegenüber der Ernährung selbst und vor allem das Geschlecht. Auch wenn wir die These vertreten, dass insbesondere die Lebensstile von Menschen deren gesamtes alltägliches Verhalten – und damit auch deren Ernährung – prägen, müssen die genannten anderen Faktoren aus zwei Gründen mitberücksichtigt werden:

1. Menschen sind generell durch eine Vielfalt von Einstellungen geprägt, die in komplexer Weise ihr konkretes Verhalten beeinflussen. Es ist also unwahrscheinlich, dass der Verzehr bestimmter Speisen nur von den Lebensstilen abhängig ist, und es wäre demnach unrealistisch, in dieser Untersuchung nur die Bedeutung der Lebensstile zu betrachten.
2. Die genannten anderen Faktoren müssen allein schon aus methodischen Gründen Berücksichtigung finden, um zu kontrollieren, ob die Lebensstile auch unter Einschluss anderer Einflussgrößen das Ernährungsverhalten bestimmen.

Kernmodell für die Erklärung jugendlichen Ernährungsverhaltens

Vor dem Hintergrund unserer Ausführungen zu den Lebensstilen und deren Bedeutung für das Ernährungsverhalten Jugendlicher haben wir ein Kernmodell entwickelt (siehe *Abbildung 1*), das unsere Analysen angeleitet hat. Bei diesem Kernmodell gehen wir davon aus, dass das Ernährungsverhalten von Jugendlichen vor allem durch ihre Lebensstile, aber auch durch die ihnen zur Verfügung stehenden ökonomischen Ressourcen geprägt wird. Diese zweite für das Ernährungsverhalten relevante Variable wird vor allem durch das ökonomische Kapital der Eltern bestimmt.

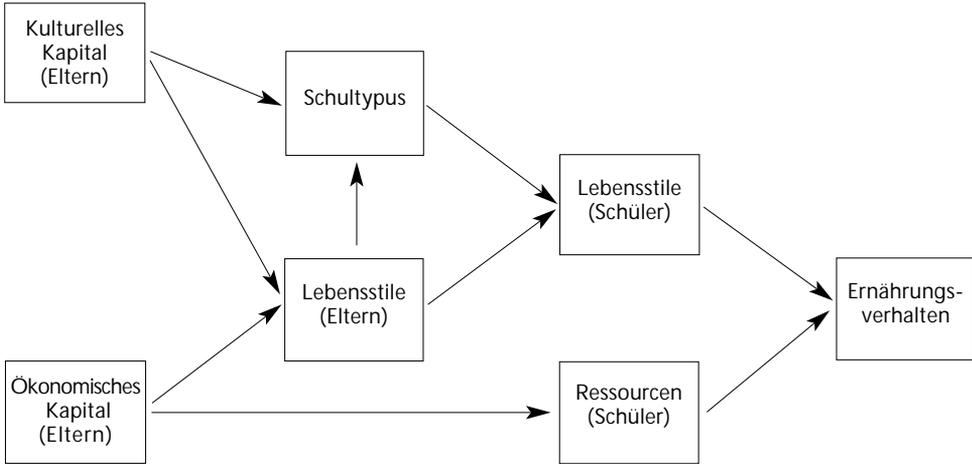


Abb. 1: Kernmodell für die Erklärung jugendlichen Ernährungsverhaltens

Generell dürften nach unserer Hypothese das kulturelle und das ökonomische Kapital der Eltern von besonderer Bedeutung für deren Lebensstile wie auch für den Schulbesuch der Kinder sein. Damit sind die jugendlichen Lebensstile wie auch die ökonomischen Ressourcen der Schüler eingebettet in einen sozialen Kontext, in dem vor allem die Kapitalausstattung des Elternhauses, die Lebensstile der Eltern und die Bildungskarriere von zentraler Bedeutung sind. Lebensstile haben daher unserer Vorstellung zufolge zwar eine erhebliche Erklärungskraft, sind aber nicht freischwebend, sondern eingebettet in handlungsprägende soziale Kontexte, die sich aus der Klassenlage der Eltern ergeben.

Zusätzlich aber wird zu kontrollieren sein, welche Bedeutung andere Faktoren – wie Wissen, Geschlecht und Ernährungseinstellungen – für die Ernährungsgewohnheiten der Schüler haben.



**QUANTITATIVE UND QUALITATIVE
UNTERSUCHUNG
DES ERNÄHRUNGSVERHALTENS
13- BIS 16-JÄHRIGER SCHÜLER IM
KONTEXT JUGENDLICHER LEBENSSTILE**

3.1 Methodisches Vorgehen

Instrumente

Zielsetzung des Forschungsprojekts war es, das Essverhalten von Jugendlichen unter besonderer Berücksichtigung der jugendlichen und elterlichen Lebensstile zu rekonstruieren und zu erklären. Zur Beantwortung dieser Fragestellung wurden zwei methodische Instrumente angewandt: Zum einen haben wir 400 Schüler mit Hilfe eines standardisierten Fragebogens (siehe *Kapitel 8.1*) zu ihrem Ernährungsverhalten und einer breiten Palette möglicher Einflussgrößen befragt, zum anderen haben wir zusätzlich mit 25 Schülern Leitfadengespräche durchgeführt, um die Einbettung von Ernährungsverhaltensweisen in die alltäglichen Handlungsrouninen und Lebensstile der Jugendlichen zu erfassen.

Ort und Zeit der Untersuchung

Die Untersuchung fand 2001 in Leipzig statt, also in einer ostdeutschen Stadt – elf Jahre nach der Wiedervereinigung. Damit sich eine Vielzahl unterschiedlicher Lebensstile und auch Ernährungsverhaltensweisen entwickeln kann, bedarf es einer meist marktvermittelten Infrastruktur, die als Angebotsstruktur auch die Realisierung von Lebensstilen von Bürgern ermöglicht¹³ (vgl. dazu Lechner 1998). Zum Zeitpunkt unserer Umfrage war der Prozess des Einzugs einer marktvermittelten Konsumwelt in Leipzig bereits abgeschlossen, so dass wir diesbezüglich keine Besonderheiten einer ostdeutschen Untersuchung im Vergleich zu einer westdeutschen Untersuchung vermuten.¹⁴

Kontaktaufnahme mit Schulbehörden und Auswahl der Schulen

Beim Regionalschulamt Leipzig wurde ein Antrag zur Durchführung einer schriftlichen Befragung in Leipziger Schulen gestellt, der positiv beschieden wurde.

Vor dem Hintergrund unseres Kernmodells (vgl. *Kapitel 2.2*), wonach die das Ernährungsverhalten der Schüler prägenden Lebensstile und ökonomischen Ressourcen eingebettet in soziale Kontexte – u.a. Klasse, Bildung, Lebensstil der Eltern – gesehen werden müssen, sollte die standardisierte Befragung in zwei unterschiedlichen Schultypen

¹³ Die Eröffnung von Kinos, Spielhallen, Döner-Buden, Fastfood-Restaurants, Diskos etc. ermöglicht z.B. erst die Ausbildung eines spannungsorientierten Lebensstils; Satellitenantennen und die Empfangsmöglichkeit einer Vielzahl von Fernsehprogrammen machen eine Fernsehorientierung der Freizeit erst besonders attraktiv.

¹⁴ Zu diesem Ergebnis kommt auch Lechner (1998) vor allem für die jungen Alterskohorten.

durchgeführt werden, die zugleich möglichst kontrastierende Beispiele darstellen. Dementsprechend wurde zum einen ein Gymnasium mit einem ausgesprochen guten Ruf ausgewählt, welches nach Auskunft von Experten überdurchschnittlich stark von Jugendlichen aus gut gestellten Elternhäusern besucht wird. Dabei handelt es sich um die Thomasschule, nahe der Leipziger Innenstadt. Bei der zweiten Schule handelt es sich um eine Mittelschule, die sich in einem sozial weniger gut gestellten Plattenbaubezirk von Leipzig, in Grünau-Nord, befindet. Dieser Stadtteil weist die höchsten Quoten von Arbeitslosen (13,9%) und Wohngeldempfängern (7,3%) in Leipzig auf. Über das ursprüngliche Ziel des Projekts hinaus wurde zusätzlich eine Schule mit in die Befragung aufgenommen, die gleichsam eine Mittelposition zwischen den beiden genannten Schulen einnimmt. Es handelt sich ebenfalls um eine Mittelschule, die aber in einem Einzugsgebiet mit guter sozialstruktureller Zusammensetzung der Bevölkerung lokalisiert ist. Die Schule befindet sich im Stadtteil Wiederitzsch. Hier liegt die Arbeitslosenquote bei 4,2% und die Quote der Wohngeldempfänger bei 2,5%. In allen drei Schulen wurden jeweils die Schüler der Klassenstufen 8, 9 und 10 befragt.

Einverständnis der Eltern

Das Regionalschulamt hatte zur Auflage gemacht, dass wir das Einverständnis der Eltern zur Teilnahme an der Befragung einholen. Dies haben wir durch ein Anschreiben an alle Eltern, deren Kinder an der Befragung teilnehmen sollten, getan. Die Quote der Ablehnung durch die Eltern oder durch die Schüler lag unter 10%.

Quantitative Untersuchung

Entwicklung des Fragebogens

Entsprechend der Grundfragestellung des Forschungsprojekts nach den wichtigsten Einflüssen auf das Ernährungsverhalten, und damit auf die Gesundheit von Jugendlichen, wurden die zentralen Größen operationalisiert, die sich einerseits in der Ernährungsforschung als relevant für das Ernährungsverhalten herausgestellt haben, und die sich andererseits in der allgemeinen Soziologie als generell verhaltensbedeutsam gezeigt haben. So sollte im Fragebogen in breitem Umfang das Ernährungsverhalten der Jugendlichen, die sozialökonomische Situation des Elternhauses, der Lebensstil der Eltern, die spezifischen Ernährungseinstellungen der Eltern und der Jugendlichen, die Wohnsituation und die familiäre Situation, das Ernährungswissen der Jugendlichen, der Lebensstil und die sozialen Netzwerke der Jugendlichen sowie das psychische Wohlbefinden der Jugendlichen in Elternhaus, Schule und Schulklasse abgefragt werden.

Auf diese Weise ist ein ca. 11-seitiger Fragebogen entstanden, der die zentralen Variablen unserer Studie operationalisiert. Die endgültige Version des Fragebogens ist im Anhang dieser Studie (siehe *Kapitel 8.1*) abgedruckt.

Pretest

Für einen Test des Fragebogens wurde eine 8. Schulklasse in einem Gymnasium ausgewählt, welche nicht an der Hauptbefragung teilgenommen hat. Es zeigte sich, dass die Fragen im Wesentlichen verstanden wurden und der Fragebogen im Zeitrahmen einer Schulstunde beantwortet werden konnte. In Reaktion auf diesen Test wurden einige Fragen verständlicher formuliert und die Reihenfolge der Fragen so umgestellt, dass das Interesse der Schüler in stärkerem Maße geweckt wurde.

Durchführung der Befragung

Die standardisierte Befragung konnte in der Woche vom 5. bis zum 9. Februar 2001 in allen drei Schulen durchgeführt werden.¹⁵ Dabei erwiesen sich die Schulleiter der drei Schulen wie auch die Lehrer als überaus kooperativ; ohne deren Unterstützung hätten wir die Befragung nicht durchführen können. Insgesamt wurden Schüler in 18 Klassen befragt, so dass Fragebogen von ca. 400 Schülern vorliegen. Die Fragen wurden von den Schülern gut verstanden und alle Schüler konnten den Fragebogen in der vorhandenen Zeit ausfüllen. Insgesamt konnte auf diese Weise ein maschinenlesbarer Datensatz mit den Daten von 400 Schülern erstellt werden.

Qualitative Untersuchung

Leitfadengespräche

Die Leitfadengespräche hatten vor allem zwei Ziele: Erstens sollte untersucht werden, wie das Ernährungsverhalten der Schüler in den Ablauf von alltäglichen Handlungsroutinen und Lebensstilen eingebettet ist. Zweitens sollten aber auch die Selbstwahrnehmungen und die Interpretation der Schüler in Bezug auf ihr Ernährungsverhalten betrachtet werden. Daher orientiert sich der Interviewleitfaden (siehe *Kapitel 8.2*) für die qualitativen Interviews am Tagesablauf der Schüler, beginnend mit dem Frühstück und mit dem Abendessen bzw. der Abendgestaltung endend. Es handelt sich also um halbstrukturierte, problemzentrierte Interviews (Mayring 1999:50ff). Durch diese Vorgehensweise sollten die von den Schülern quasi natürlich unterstellten Selbstverständlichkeiten bei Gestaltung, Planung, Stilisierung und Präferenzen im Hinblick auf ihr Ernährungsverhalten zum Ausdruck kommen. Zusätzlich wurde aber auch noch nach der Gestaltung von besonderen Ereignissen, wie Familienfeiern und Geburtstagen, gefragt, um auf diese Weise die Bedeutung bestimmter kultureller Schemata und Lebensstile losgelöst von Alltagsroutinen und in einem gewissen Handlungsspielraum zu erfahren. Zur Veranschaulichung haben wir das Transkript eines Interviews in den Anhang aufgenommen (siehe *Kapitel 8.3*).

¹⁵ Der Zeitpunkt der Befragung lag zwischen der Vergabe der Halbjahreszeugnisse und den in Sachsen üblichen Winterferien, so dass der Schulunterricht nicht über die Maßen beeinträchtigt wurde.

Auswahl der Interviewpartner

Bei der Auswahl der Schüler für das Leitfadenterview haben wir uns an drei Kriterien orientiert:

1. Entsprechend unserer Ausgangshypothese, wonach das Ernährungsverhalten der Schüler letztlich von ihrer Einbettung in soziale Kontexte oder Milieus abhängt, haben wir mit Hilfe der quantitativen Befragung fünf verschiedene Milieus operationalisiert, aus denen wir die Schüler ausgewählt haben.¹⁶
2. Sowohl die vorliegenden empirischen Studien der Ernährungssoziologie als auch eine erste Auswertung unserer Daten zeigen, dass es deutliche geschlechtsspezifische Formen des Ernährungsverhaltens gibt. Entsprechend haben wir aus den verschiedenen Milieus möglichst paritätisch Jungen und Mädchen ausgewählt.
3. Schließlich haben wir Personen besonders berücksichtigt, die möglicherweise unter Ess-Störungen leiden.

Durchführung der Interviews

Am Ende des Fragebogens der standardisierten Befragung hatten wir die Schüler gebeten, die Initialen der Mutter anzugeben. Über diesen Weg konnten wir die für die qualitative Befragung ausgewählten Schüler identifizieren und um einen Interviewtermin bitten. Dieser ist aus recht unterschiedlichen Gründen (kein Interesse, Zeitprobleme, Klassenfahrt etc.) nicht in allen Fällen zustande gekommen; die Ablehnungsrate der Kinder aus unteren Schichten war dabei höher als die aus höheren Schichten. Von den anvisierten 30 Interviews konnten 25 realisiert werden. Die Schüler erhielten als Entgelt für die Teilnahme an der Befragung DM 15,00 bzw. DM 20,00 (inkl. DM 5,00 für die Straßenbahn). Die Interviews haben jeweils zwischen 35 und 60 Minuten gedauert und sind alle vollständig transkribiert worden.

Auswertungsschritte

Als Ergebnis der skizzierten Untersuchungsschritte bilden zwei Datenquellen die empirische Grundlage für unsere Untersuchung:

1. ein maschinenlesbarer Datensatz mit ausführlichen Informationen über das Ernährungsverhalten, die soziale Lage, den Lebensstil etc. von 400 Schülern und
2. die Transkripte von insgesamt 25 qualitativen Interviews mit systematisch ausgewählten Schülern.

Für die Auswertung mussten im quantitativen Datensatz vor allem die grundlegenden Variablen der Untersuchung operationalisiert (d.h. in messbare Größen übersetzt) werden, während wir die qualitativen Interviews im Hinblick auf wiederkehrende Muster und Bedeutungszusammenhänge untersucht haben. Im Folgenden soll die Operationalisierung dieser grundlegenden Variablen näher erläutert werden.

¹⁶ Bei der theoretischen Klassifikation der verschiedenen sozialen Milieus haben wir uns an der Typologie von Gerhard Schulze orientiert, der auf der Basis seiner alltagsästhetischen Schemata fünf verschiedene Lebensstilmilieus unterscheidet: (1) Niveaumilieu, (2) Harmoniemilieu, (3) Integrationsmilieu, (4) Selbstverwirklichungsmilieu, (5) Unterhaltungsmilieu.

3.2 Zentrale Variablen der Untersuchung und deren empirische Bestimmung

Gesundes und ungesundes Ernährungsverhalten

Eine besondere Bedeutung kommt natürlich den Variablen zu, mit deren Hilfe das Ernährungsverhalten der Schüler operationalisiert werden soll, welches die entscheidende abhängige Variable darstellt. Das Erkenntnisinteresse dieser Studie legt es nahe, die Ernährungsweisen zu bestimmen, die als gesundheitsförderlich bzw. als gesundheitsbelastend einzustufen sind. Dabei haben wir uns an den Ernährungsregeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE 2000b)¹⁷ orientiert. Diese betont in ihrer Publikation, dass es keine grundsätzlich gesunden oder ungesunden Nahrungsmittel gibt, sondern dass es bei einer gesunden Ernährung auf eine vielfältige Kombination ankommt, bei der kein Lebensmittel im Übermaß genossen werden soll. Der Konsum von einigen Lebensmitteln wird aber gesondert hervorgehoben.

Um zu einer Einschätzung der gewünschten Entwicklung des jugendlichen Ernährungsverhaltens zu gelangen, werden wir jeweils einen Vergleich mit den in unserer Studie festgestellten Verzehrshäufigkeiten vornehmen.

Getreideprodukte und Kartoffeln

Möglichst mehrmals am Tag sollten Getreideprodukte – am besten Vollkornprodukte – verzehrt und es sollten reichlich Kartoffeln konsumiert werden.

In unserer Befragung bildet der Konsum von Kartoffeln und von Getreideprodukten empirisch zwei unterschiedliche Ernährungsverhaltensweisen. Daher wurden zwei Einzelindikatoren ausgewählt und analysiert: erstens die Häufigkeit des Konsums von *Kartoffeln* und zweitens die Häufigkeit des Verzehrs von *Vollkornbrot*.

⇒ Da bei den befragten Schülern für beide Lebensmittel die durchschnittliche Verzehrshäufigkeit unter den Empfehlungen liegt, ist für jede dieser Größen eine Erhöhung des Konsums als wünschenswert zu betrachten.

Obst und Gemüse

In ihrer dritten Empfehlung betont die Deutsche Gesellschaft für Ernährung den Verzehr von Obst, Gemüse und Salat, die möglichst täglich oder mehrmals täglich konsumiert werden sollten.

¹⁷ Dass Ernährungsnormierungen selbst wiederum zum sozialwissenschaftlichen Forschungsgegenstand gemacht werden können und auch immer eine Disziplinierung der den Normen Unterworfenen bedeutet, ist ein Thema der neueren, eher diskurstheoretischen Ernährungssoziologie (vgl. Barlösius 1999: Kap. 3). Wir blenden diese Perspektive aus unserer Studie aus, nehmen die Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Ernährung als richtig hin und operationalisieren darüber unsere zentrale abhängige Variable.

Die Indikatoren für die Häufigkeit des Verzehr von Obst, Gemüse, Salat und Fruchtsaft konnten zu einem Ernährungsmuster mit dem Namen *Obst/Gemüse* zusammengefasst werden.

⇒ Da nur ein Teil der Schüler täglich Gemüse (27,8%), Salat (11,3%), Obst (55,3%) oder Fruchtsaft (35,5%) zu sich nimmt, ist eine Steigerung des Konsums als gesundheitsförderlich zu betrachten.

Milch und Milchprodukte

Weiterhin wird die Bedeutung von Milchprodukten hervorgehoben.

Hier konnten die Angaben für den Verzehr von Joghurt, Käse, Vollmilch und fettarmer Milch sowie Kakao zu einem Ernährungsmuster mit dem Namen *Milchprodukte* zusammengefasst werden, da der Konsum der verschiedenen Produkte miteinander korreliert.

⇒ Auch die verschiedenen Milchprodukte werden nur von einem Teil der Schüler täglich verzehrt: Käse (32,3%), Quark (6,0%), Joghurt (31,8%), Vollmilch (26,1%), fettarme Milch (21,5%), Kakao (17,9%). Daher kann auch hier eine Steigerung des regelmäßigen Konsums als gesundheitsförderlich betrachtet werden.

Fleisch und Wurstwaren

Fleisch und Wurstwaren sowie Eier sollten nach Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung „in Maßen“ (etwa 300–600 g Fleisch/Wurst pro Woche) konsumiert werden.

Um diese Vorgaben zu messen, wurde eine Variable für den *Fleischkonsum* (Wurst, Fleisch und Geflügel) gebildet sowie der Indikator für die Häufigkeit des *Eierverzehr*s verwendet.

⇒ Hier zeigt sich, dass die Verzehrshäufigkeiten der Schüler eindeutig über den Empfehlungen liegen: Ein großer Anteil konsumiert Wurst (80,9%), Fleisch (45,7%), Geflügel (29,3%) und Eier (27,5%) mehrmals in der Woche. Im Hinblick auf eine gesündere Ernährung wäre daher eine Reduktion des Konsums dieser Lebensmittel wünschenswert.

Fett und fettreiche Lebensmittel

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung betont in ihren Empfehlungen weiterhin, dass nicht zu viele fettreiche Speisen konsumiert werden sollen.

Dies kann in unserer Studie einerseits über den Indikator der Häufigkeit des *Butterkonsums* operationalisiert werden, andererseits aber auch über den Verzehr von häufig sehr fetthaltigen *Snacks* (Pommes frites, Bratwurst, Dönerkebab, Pizza, Chips und Hamburger).

⇒ Butter wird von 59,3% der befragten Jugendlichen mehrmals in der Woche verzehrt, insofern wäre eine Verringerung der Verzehrshäufigkeit eine gesundheitsförderliche Entwicklung. Bei den Snacks finden sich folgende Verzehrshäufigkeiten: Pommes frites (24,9%), Bratwurst (28,1%), Dönerkebab (29,7%), Pizza (47,7%), Hamburger (28,6%), Chips (51,4%) werden von einem erheblichen Anteil der Schüler mindestens einmal in der Woche konsumiert, so dass eine Verringerung der Verzehrshäufigkeit durchaus wünschenswert wäre.

Zucker und Salz

Zucker und Salz sollten ebenfalls nur in Maßen konsumiert werden.

Der Konsum von Zucker und Salz manifestiert sich in drei verschiedenen Formen: Erstens sind vor allem die schon genannten Snacks meist ausgesprochen salzreich, zweitens findet sich Zucker in hohem Maße in *Süßigkeiten* (Schokolade, Schokoriegel, Eis, Kuchen und Teilchen) und drittens ist Zucker in „versteckter“ Form in den zahlreichen *Süßgetränken* (Cola, Limonade, Powerdrinks) enthalten.

⇒ Mindestens einmal in der Woche konsumiert ein hoher Anteil der befragten Schüler die verschiedenen Süßigkeiten und Süßgetränke: Kuchen (70,3%), Schokolade (85,4%), Schokoriegel (74,5%), Teilchen (54,3%), Eis (92,8%), Cola (59,2%), Limonade (73,2%) und Powerdrinks (21,0%). Die Verzehrshäufigkeiten dieser zuckerhaltigen Lebensmittel liegen deutlich über den Empfehlungen, so dass eine Verringerung des Konsums als durchaus gesundheitsförderlich betrachtet werden kann.

Alkoholische Getränke

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt, alkoholische Getränke nur in geringen Maßen und nur gelegentlich zu konsumieren. Dies gilt natürlich in besonderem Maße für die hier befragte Population von Schülern.

Wir konnten auf der Basis unserer Befragung ein Ernährungsmuster bilden, das einerseits den Alkoholkonsum (Wein, Bier, Schnaps), andererseits das Rauchen von Zigaretten enthält; wir haben dieses Ernährungsmuster mit dem Namen *Drogen* bezeichnet.

⇒ Es zeigt sich, dass 40% der befragten Schüler ab und zu rauchen und überdies ein nicht geringer Anteil Bier (36,4%), Wein (61,1%) oder härtere alkoholische Getränke (34,1%) konsumiert. Insofern wäre eine Reduktion des Konsums auch hier von gesundheitlichem Vorteil.

Ernährungsschemata

In den Fällen, in denen mehrere Indikatoren zu einem Ernährungsschema klassifiziert wurden, kann – mit einer Ausnahme – nach gängigen statistischen Kriterien eine ausreichende Homogenität der zusammengefassten Indikatoren festgestellt werden. Die

Ausnahme bildet das Ernährungsschema mit dem Namen Milchprodukte: hier liegt keine zufrieden stellende statistische Homogenität vor; da hier aber eine offensichtlich inhaltliche Übereinstimmung existiert, kann die Zusammenfassung nichtsdestotrotz vorgenommen werden. *Table 1* gibt – unter Berücksichtigung der unter den befragten Schülern vorherrschenden Konsummuster – einen Überblick über die in der Studie verwendeten Ernährungsmuster und Einzelindikatoren der Ernährung und die jeweilige Ernährungsempfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung.

Ernährungsschemata	Ernährungsempfehlung
Snacks	eher selten konsumieren
Süßigkeiten	eher selten konsumieren
Fleisch	eher selten konsumieren
Drogen	eher selten konsumieren
Süßgetränke	eher selten konsumieren
Milchprodukte	möglichst täglich konsumieren
Obst/Gemüse	möglichst täglich konsumieren
Einzelindikatoren	
Butter	eher selten konsumieren
Eier	eher selten konsumieren
Vollkornbrot	möglichst täglich konsumieren
Kartoffeln	möglichst regelmäßig konsumieren

Tab.1: Übersicht über Ernährungsverhaltensmuster und jeweilige Ernährungsempfehlung

In der Interpretation der Ergebnisse unserer Studie werden wir uns weitgehend an den hier aufgelisteten Empfehlungen orientieren: Faktoren, die zu einer Reduktion des Konsums von Snacks, Süßigkeiten, Fleisch, Drogen, Süßgetränken, Butter und Eiern führen, können als förderlich für ein gesundes Ernährungsverhalten betrachtet werden. Das Gleiche gilt für Faktoren, die zu einer Steigerung des Verzehrs von Milchprodukten, Obst/Gemüse, Vollkornbrot und Kartoffeln führen. Diese Zuordnung ist aus einer physiologisch-medizinischen Perspektive sicher zu einfach, scheint uns aber für die hier vorliegende sozialwissenschaftliche Vorgehensweise eine plausible Interpretationsrichtlinie darzustellen.

Während die Ernährungsverhaltensmuster der Jugendlichen die entscheidenden abhängigen, zu erklärenden Variablen in unserer Untersuchung darstellen, werden im Folgenden die verschiedenen unabhängigen Variablen erläutert, die das Ernährungsverhalten der Schüler erklären können.

Lebensstile

Entsprechend der vermuteten Bedeutung der Lebensstile für das Ernährungsverhalten enthält der Fragebogen zahlreiche Fragen nach den Lebensstilen der Eltern und den der Schüler. Da die damit gegebene Vielzahl an Informationen über die Häufigkeit einzelner Freizeitverhaltensweisen zu komplex und unübersichtlich für unsere Analyse wäre, haben wir die einzelnen Indikatoren zu komplexeren Variablen zusammengefasst. Die Zusammenfassung von verschiedenen Verhaltensweisen und Einstellungen zu Lebensstilen wurde insofern empirisch kontrolliert, als zusammengefasste Verhaltensweisen und Einstellungen untereinander eine hohe Korrelation aufweisen mussten. Bei dieser Zusammenfassung haben wir uns in einem ersten Schritt an den – vor allem durch das Freizeitverhalten charakterisierten – Lebensstilschemata von Gerhard Schulze orientiert (vgl. *Kapitel 2.2*).

Lebensstile der Eltern

Im Hinblick auf das Freizeitverhalten der Eltern liegen uns Einschätzungen der Schüler vor, wie häufig verschiedene Aktivitäten von Vater und Mutter ausgeübt werden. Aus diesen Angaben haben wir Variablen konstruiert, die die Lebensstilausrichtung des jeweiligen elterlichen Haushalts messen. Dabei konnten alle drei Schemata von Schulze berücksichtigt werden: Unter dem *Hochkulturschema* wurden Tätigkeiten wie klassische Musik hören, Bücher lesen, Museen und Theater besuchen zusammengefasst. Dem *Trivialschema* konnten die beiden Variablen Schlagermusik und Volksmusik hören zugeordnet werden, während für das *Spannungsschema* die Indikatoren Rockmusik hören, ins Kino gehen, in die Kneipe und ins Restaurant gehen klassifiziert werden konnten.

Wie die empirischen Analysen zeigen, lässt sich das Freizeitverhalten der Eltern (ebenso wenig wie das der Schüler) nicht vollständig unter diese drei Schemata subsumieren, so dass die Lebensstile der Eltern um zwei weitere Lebensstilorientierungen ergänzt werden müssen: erstens eine Sportorientierung, unter die sowohl das eigene Sporttreiben als auch der Besuch von Sportveranstaltungen klassifiziert wird, und die wir als *Sportschema* bezeichnen; zweitens die häuslichen Betätigungen, zu denen Basteln und Gartenarbeiten gehören und die wir als *Heimwerkerschema* bezeichnen. Insgesamt liegen somit fünf Lebensstilschemata vor, die nach den gängigen statistischen Kriterien (Cronbachs α)¹⁸ in sich ausreichend homogen sind, in ihrer Anzahl aber auch nicht weiter zu reduzieren sind.¹⁹

18 Hierbei handelt es sich um einen von Lee J. Cronbach entwickelten Koeffizienten, mit dessen Hilfe die Zuverlässigkeit eines Messinstruments beschrieben werden kann.

19 *Hochkulturschema*: Cronbachs $\alpha = 0,72$ für Frauen/0,75 für Männer.
Trivialschema: Cronbachs $\alpha = 0,73$ für Frauen/0,79 für Männer.
Spannungsschema: Cronbachs $\alpha = 0,53$ für Frauen/0,57 für Männer.
Sportschema: Cronbachs $\alpha = 0,56$ für Frauen/0,63 für Männer.
Heimwerkerschema: Cronbachs $\alpha = 0,45$ für Frauen/0,56 für Männer.

In *Tabelle 2* ist die Häufigkeit dieser Lebensstile in der befragten Population dargestellt. Hier zeigt sich sehr deutlich, dass bei den Eltern der befragten Schüler eine Spannungs-, Sport- und Heimwerkerorientierung relativ weit verbreitet ist, während Hochkulturschema und Trivialschema eher für eine Minderheit von Belang ist.

Lebensstilschema	Häufigkeit
Hochkulturschema	43,8%
Spannungsschema	55,3%
Trivialschema	34,5%
Sportschema	51,6%
Heimwerkerschema	52,9%

Tab. 2: Häufigkeit bestimmter Lebensstilschemata bei den Eltern

Lebensstile der Schüler

Betrachtet man nun die für die Lebensstile der Schüler relevanten Indikatoren in dem standardisierten Fragebogen, so zeigt sich hier eine noch größere Anzahl verwendbarer Indikatoren, die von der Häufigkeit bestimmter Freizeitaktivitäten über die Musikpräferenzen bis hin zur Mitgliedschaft in Vereinen reicht. Auch hier haben wir uns in einem ersten Schritt an der Typologie von Gerhard Schulze orientiert. Dabei fällt als erstes auf, dass es keine Hinweise auf die Existenz eines Trivialschemas unter den Jugendlichen gibt. Dies ist insofern nicht überraschend, als Gerhard Schulze eine Orientierung am Trivialschema vorwiegend bei älteren, weniger gebildeten Personen hat finden können, und jugendkulturelle Stile gerade im Gegensatz zu den „spießigen“ Lebensstilen der älteren Bevölkerung entstanden sind (Zinnecker 1987). Das von Schulze beschriebene *Hochkulturschema* hingegen findet sich bei den Schülern in ausgeprägter Form. Aktivitäten wie Bücher lesen, ins Theater gehen, musizieren und klassische Musik hören fallen unter diese Freizeitorientierung. Auch das Spannungsschema findet sich als Lebensstilorientierung bei den von uns befragten Jugendlichen. Allerdings empfiehlt sich aufgrund unserer empirischen Analysen, dieses in zwei Unterschemata zu differenzieren: in ein *außerhäusliches Spannungsschema* und in ein *innerhäusliches Spannungsschema*. Ersteres ist vor allem auf spannungsorientierte Freizeitaktivitäten außerhalb des Hauses gerichtet und umfasst Aktivitäten wie in die Disco gehen, mit Freunden herumhängen, bummeln, in die Kneipe gehen, Jugendclubs besuchen, zum Imbiss bzw. ins Kino gehen, Rock-, Pop- oder Technomusik hören; das zweite Schema bezieht sich auf spannungsorientierte Aktivitäten, die im Haus ausgeübt werden, und umfasst Musik hören, Videos ansehen, Computerspiele machen, Zeitschriften und Comics lesen und im Internet surfen.

Man hätte erwarten können, dass Fernsehen Bestandteil des innerhäuslichen Spannungsschemas ist. Dies ist empirisch aber nicht der Fall. Die Fernsehdauer am Wochenende und während der Woche konnte weder diesem noch einem anderen Lebensstilschema

zugeordnet werden. Insofern und angesichts der doch ziemlich erheblichen Dauer dieser Freizeitaktivität scheint es gerechtfertigt, diese als eigenes Lebensstilschema zu betrachten. Entsprechend haben wir eine eigenständige Freizeitorientierung als *Fernsehschema* ausgewiesen.

Die Sportpräferenzen lassen sich – ähnlich wie bei den elterlichen Lebensstilen – auch bei den Jugendlichen nicht unter die drei Schemata von Schulze subsumieren, so dass ein eigenes Schema mit dem Namen *Sportschema* gebildet werden muss. Es umfasst folgende Indikatoren: Sport treiben, Sportveranstaltungen besuchen, Mitgliedschaft im Sportverein und Anzahl der Tage im Verein.

Wie schon bei den Lebensstilen der Eltern gilt auch hier, dass die jugendlichen Lebensstilschemata nach den gängigen statistischen Kriterien ausreichend homogen sind und auf der anderen Seite auch nicht weiter reduziert werden können.²⁰ Einen Überblick über die Verteilung der jugendlichen Lebensstile kann man aus *Tabelle 3* gewinnen. Es zeigt sich, dass die jugendlichen Lebensstile in ihrer Verbreitungshäufigkeit weniger stark auseinander klaffen als die Lebensstile der Eltern. Das Hochkulturschema ist mit 40,42% am wenigsten verbreitet, während die spannungsorientierten Lebensstile, die typisch jugendkulturelle sind, auch die höchste Verbreitung genießen.

Lebensstilschema	Häufigkeit
Hochkulturschema	40,42%
Sportschema	44,58%
Fernsehschema	44,68%
Innerhäusliches Spannungsschema	47,93%
Außerhäusliches Spannungsschema	51,69%

Tab. 3: Häufigkeit der jugendlichen Lebensstile

Insgesamt liegen uns damit drei verschiedene Klassifikationen von Lebensstilen vor: die von Gerhard Schulze, die der elterlichen Lebensstile in unserer Studie und die der jugendlichen Lebensstile in unserer Studie. *Tabelle 4* gibt einen vergleichenden Überblick über die verschiedenen Lebensstilschemata.

²⁰ *Außerhäusliches Spannungsschema*: Cronbachs $\alpha = 0,68$.

Innerhäusliches Spannungsschema: Cronbachs $\alpha = 0,61$.

Hochkulturschema: Cronbachs $\alpha = 0,72$.

Sportschema: Cronbachs $\alpha = 0,75$.

Fernsehschema: Cronbachs $\alpha = 0,79$.

Schemata bei Schulze	Lebensstilschemata Eltern	Lebensstilschemata Jugendliche
Trivialschema	Trivialschema	–
Spannungsschema	Spannungsschema	Innerhäusliches Spannungsschema
–	–	Außerhäusliches Spannungsschema
Hochkulturschema	Hochkulturschema	Hochkulturschema
–	Sportschema	Sportschema
–	Heimwerkerschema	–
–	–	Fernsehschema

Tab. 4: Lebensstilschemata im Überblick

Ernährungswissen

Über die Lebensstile hinaus kann auch das, was die Schüler über Ernährung wissen, ihr Ernährungsverhalten beeinflussen. Eine klassische Vorstellung der Aufklärung ist es, dass Menschen umso rationaler und klüger handeln, je mehr sie über ihre Welt wissen. Insofern kann man annehmen (vgl. auch den Forschungsüberblick in *Kapitel 1*), dass auch das Wissen über Ernährung zu einer bewussteren Ernährungsweise führt. Um dies zu erfassen, haben wir eine Variable mit dem Namen *Ernährungswissen* gebildet, die auf 15 Wissensfragen zur Ernährung (Nährstoffgehalt und Kalorien verschiedener Nahrungsmittel) basiert. Für jede richtige Antwort haben die Schüler einen Punkt erhalten, so dass sie zwischen 0 und 15 Punkten erreichen konnten.

⇒ Tatsächlich hat eine Reihe von Schülern keinen einzigen Punkt und keiner die Maximalzahl von 15 erreicht; dafür lagen aber immerhin vier Schüler bei 13 bzw. 14 Punkten.

Ernährungseinstellungen

Menschen können die Ernährung unterschiedlich bewerten und ihr eine unterschiedliche Bedeutung zuschreiben. Während das Wissen über Ernährung eine eher kognitive Orientierung darstellt, messen Ernährungseinstellungen eher eine evaluative Orientierung bezüglich der Ernährung. Die Frage, welche Eigenschaften des Essens ihnen wichtig sei, beantworteten die Schüler u.a. mit: „Essen muss satt machen“, „Essen muss preiswert sein“, „Essen muss gesund sein“, „Das Essen muss schön angerichtet sein“.

Mit Hilfe einer Faktorenanalyse lassen sich die verschiedenen Ernährungseinstellungen auf zwei Grundorientierungen reduzieren: eine *notwendigkeitsorientierte* Ernährungseinstellung (preiswert, satt machend) und eine *Anspruchshaltung* gegenüber dem Essen, bei der Geselligkeit, ein schön gedeckter Tisch und gesunde Ernährung im Vordergrund

stehen. Diese beiden Einstellungsmuster entsprechen weitgehend der Unterscheidung von Pierre Bourdieu (1982) zwischen Notwendigkeitsgeschmack und Luxusgeschmack (vgl. *Kapitel 2.1*).²¹

Soziale Herkunft

Die soziale Herkunft der Schüler ist in mehreren Hinsichten für unser Projekt relevant. Zum einen wurde in der traditionellen sozialwissenschaftlichen Ernährungsforschung die soziale Herkunft in besonderem Maße betont, so dass auch wir diese hier berücksichtigen müssen. Zum anderen ist die soziale Herkunft relevant, da sie den Hintergrund für die Ausbildung von elterlichen und jugendlichen Lebensstilen liefert und darüber hinaus auch für die Schulwahl und damit für die sozialen Netzwerke der Schüler von Bedeutung ist. Wir können hier die soziale Herkunft durch zwei Variablen näher charakterisieren: erstens die Bildung (kulturelles Kapital) der Eltern und zweitens die soziale Lage (ökonomisches Kapital) des Elternhauses.

Kulturelles Kapital

Die Bildung beider Elternteile ließ sich ohne größere Schwierigkeiten von den Schülern erfragen. Die in der Studie verwendete Bildungsvariable hat dabei drei Ausprägungen: Hauptschulabschluss, mittlere Reife und Abitur. Die Bildungsabschlüsse der DDR und der BRD wurden dabei entsprechend der üblichen Vorgehensweise in der empirischen Sozialforschung als äquivalent behandelt.

Ökonomisches Kapital

Die soziale Lage von Haushalten ist nicht ohne weiteres auf der Basis der Befragung von Jugendlichen zu ermitteln, da vor allem das Einkommen der Haushalte nicht erfragt werden kann. Daher haben wir uns hier einem Vorgehen aus der Armutsforschung angeschlossen (Klocke 2000; 2001), bei dem aus verschiedenen Einzelindikatoren ein Index für die Wohlfahrtssituation von Haushalten gebildet wird. In den hier verwendeten Index für die soziale Lage sind folgende Größen eingegangen: Zahl der Erwerbstätigen im Haushalt, Belastungen durch Arbeitslosigkeit, Urlaubsreisen, Autobesitz, Wohneigentum und Größe der Wohnung. Damit kann zwar nicht die gesamte Bandbreite sozialer Lagen wiedergegeben werden, aber es werden vor allem diejenigen Gruppen erfasst, die unter besonders starker sozialer Benachteiligung leiden.

²¹ Eva Barlösius (1999:117) unterscheidet eine dritte Einstellungsdimension: eine naturgemäße, gesunde Ernährung. Die von uns durchgeführte Faktorenanalyse zeigt, dass es zumindest bei der von uns befragten Population diese dritte Dimension nicht gibt. Eine gesunde Ernährungsweise bildet hier eine Teildimension einer anspruchsvollen Ernährungsweise.

4

LEBENSSTILE UND IHR EINFLUSS AUF DAS JUGENDLICHE ERNÄHRUNGSVERHALTEN - ERGEBNISSE DER STANDARDISIERTEN BEFRAGUNG

Nachdem nun im vorangegangenen Kapitel die Variablen für unsere Analyse operationalisiert wurden, können wir an dieser Stelle mit der empirischen Untersuchung beginnen. Dabei greifen wir einerseits auf die jeweiligen Lebensstilschemata für die elterlichen und jugendlichen Lebensstile, andererseits auf die sieben Ernährungsschemata und die vier Einzelindikatoren zur Ernährung zurück.

Zunächst werden wir uns darauf konzentrieren, den Einfluss der Lebensstile – sowohl der Eltern als auch der Jugendlichen – auf das Ernährungsverhalten der Jugendlichen empirisch zu bestimmen. Als erstes wird untersucht, ob zwischen den Lebensstilen der Eltern und dem Ernährungsverhalten ihrer Kinder bivariate statistische Zusammenhänge bestehen und ob sich diese auch in multivariater Perspektive feststellen lassen, d.h. es wird der Einfluss eines Lebensstils unter Kontrolle aller anderen Lebensstilschemata analysiert. Das gleiche Vorgehen gilt für die jugendlichen Lebensstile. Im Anschluss daran soll der ermittelte Zusammenhang zwischen den Lebensstilen der Jugendlichen und ihrem Ernährungsverhalten am Beispiel von drei Lebensmitteln (Colagetränken, Hamburgern und Vollkornbrot) näher beleuchtet und untermauert werden. Nach einer Zusammenfassung der Analyseergebnisse werden schließlich noch andere Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten, wie z.B. das Wissen über Ernährung und Ernährungseinstellungen, untersucht.

4.1 Der Einfluss elterlicher Lebensstile auf das Ernährungsverhalten ihrer Kinder

Der elterliche Lebensstil kann theoretisch auf verschiedene Wege das Ernährungsverhalten von Jugendlichen beeinflussen. Da die von uns befragten Schüler alle noch zu Hause bei ihren Eltern wohnen, hat der elterliche Lebensstil zum einen Einfluss auf das im Haushalt angebotene Essen und beeinflusst insofern direkt das jugendliche Ernährungsverhalten; zum anderen implizieren verschiedene Lebensstilschemata Abneigungen oder Vorlieben bezüglich bestimmter Speisen und Getränke, so dass die Eltern hierdurch auch die Haltung ihrer Kinder gegenüber diesen Speisen und Getränken beeinflussen können; drittens werden die Schüler in ihren Elternhäusern in bestimmte Lebensstile hineinsozialisiert und gewinnen damit eigene, ähnliche Lebensstile mit ähnlichen Ernährungsvorlieben und Abneigungen.

Elterliche Lebensstile und jugendliches Ernährungsverhalten – Ergebnisse bivariater Analysen

Zur Bestimmung des Zusammenhangs zwischen elterlichen Lebensstilen und dem Ernährungsverhalten von Schülern wurden zwischen den fünf Lebensstilschemata der

Eltern und den elf Ernährungsmustern bzw. Einzelindikatoren zunächst bivariate Korrelationen berechnet. Diese statistischen Maßzahlen können einen Betrag zwischen 0 und 1 annehmen. Je größer der Betrag der Korrelation ist, desto enger ist der statistische Zusammenhang. Korrelationen, die nahe bei Null liegen, bedeuten, dass nahezu kein Zusammenhang zwischen den untersuchten Variablen existiert. Bei einem negativen Vorzeichen handelt es sich um einen negativen statistischen Zusammenhang. Je höher also die eine Variable (z.B. das Einkommen) ist, desto niedriger ist die andere Variable (z.B. der Anteil preisgünstiger Nahrungsmittel am Einkommen). Alle relevanten Korrelationen zwischen elterlichem Lebensstil und dem Ernährungsverhalten der Schüler sind in *Tabelle 5* notiert.

	Trivial- schema	Spannungs- schema	Hochkultur- schema	Sport- schema	Heimwerker- schema
Snacks	–	0,13	-0,13	–	–
Süßigkeiten	–	0,13	–	–	–
Fleisch	–	–	–	–	–
Drogen	0,14	–	–	-0,15	–
Süßgetränke	–	–	-0,23	–	–
Milchprodukte	–	0,12	0,18	0,21	–
Obst/Gemüse	–	0,14	0,18	0,18	–
Butter	0,11	–	–	–	–
Eier	–	0,13	–	–	–
Vollkornbrot	-0,11	0,12	0,18	0,21	–
Kartoffeln	–	–	–	–	–
Angezeigt werden nur Korrelationen, die über 0,1 liegen und auf dem 0,01-Niveau statistisch signifikant sind.					

Tab. 5: Korrelationen zwischen elterlichem Lebensstil und Ernährungsverhalten der Jugendlichen

Insgesamt zeigt sich nur ein relativ begrenzter Zusammenhang zwischen den Lebensstilschemata der Eltern und dem Ernährungsverhalten der Schüler:

- Das *Heimwerkerschema* – Personen also, die in ihrer Freizeit Basteln und Gartenarbeiten präferieren – ist offensichtlich vollkommen irrelevant für die konsumierten Nahrungsmittel.
- Eltern, die ihre Freizeitorientierung entlang dem *Trivialschema* ausrichten (Schlager und Volksmusik hören), weisen einen leichten Zusammenhang auf mit einer weniger gesunden Ernährung der Kinder: Vollkornbrot wird weniger häufig gegessen, fettreiche Kost wird stärker bevorzugt und Drogen, also Alkohol und Zigaretten, werden überdurchschnittlich konsumiert.
- Elternhäuser, die in ihrer Freizeitorientierung entweder dem *Sportschema* oder dem *Hochkulturschema* folgen, haben hingegen einen positiven Einfluss auf die gesunde

Ernährung der Kinder. Milchprodukte, Obst/Gemüse und Vollkornbrot werden hier überdurchschnittlich häufig konsumiert.

- Eltern, deren Freizeitgestaltung dem *Spannungsschema* folgt (Rockmusik hören, ins Kino, in die Kneipe und ins Restaurant gehen), haben einen ambivalenten Einfluss auf das Ernährungsverhalten ihrer Kinder: Einerseits werden Obst/Gemüse, Milchprodukte und Vollkornbrot bevorzugt, andererseits gibt es auch eine höhere Präferenz für Süßigkeiten und Snacks.

Zusammenfassend kann man festhalten, dass hochkulturelle und sportorientierte Elternhäuser einen eher förderlichen Einfluss auf das Ernährungsverhalten ihrer Kinder haben, während eher trivialorientierte Eltern einen begrenzt negativen Einfluss auf das Ernährungsverhalten haben.

Keinerlei Zusammenhang mit dem Lebensstil der Eltern zeigt der Konsum von Kartoffeln und Fleisch. Diese scheinen unabhängig vom Lebensstilschema relativ gleichmäßig konsumiert zu werden. Die überwiegende Mehrheit der von uns befragten Schüler verzehrt Kartoffeln mindestens einmal, eher mehrmals in der Woche; auch die verschiedenen Fleischprodukte werden mehrmals pro Woche konsumiert. Nur relativ wenige Schüler zeigen einen niedrigeren Fleischkonsum.

Der Einfluss elterlicher Lebensstile auf das Ernährungsverhalten ihrer Kinder in multivariater Perspektive

Welchen Einfluss haben bestimmte elterliche Lebensstilorientierungen unter Kontrolle des Einflusses anderer Lebensstilschemata? Das Ergebnis der multivariaten Analyse zeigt im Vergleich mit den festgestellten bivariaten Zusammenhängen zwischen elterlichen Lebensstilen und Ernährungsverhalten der Kinder keine großen Veränderungen.

Das geringe R^2 für alle Ernährungsverhaltensweisen zeigt uns, dass die Lebensstilorientierungen der Eltern nur einen sehr schwachen Einfluss auf das Ernährungsverhalten ihrer Kinder haben.²² So kann bei der Berücksichtigung der Lebensstilschemata der Eltern kein einziger R^2 -Wert den Wert von 0,1 überschreiten.

Im Vergleich zur bivariaten Analyse finden sich weniger statistisch signifikante Korrelationen zwischen dem Spannungsschema und der Sportorientierung auf der einen Seite und dem Ernährungsverhalten auf der anderen Seite; dagegen erweist sich das Trivialschema als einflussreicher auf das Ernährungsverhalten als in den bivariaten Analysen. Die oben schon angedeutete dichotome Struktur der Lebensstilschemata ist nun noch deutlicher ausgeprägt: Während Hochkultur- und Sportorientierung eine gesund-

²² R^2 misst die gesamte Erklärungskraft der berücksichtigten Variablen.

heitsförderliche Ernährung unterstützen, haben das Trivial- und das Spannungsschema eher abträgliche Effekte auf ein gesundes Ernährungsverhalten. Insgesamt ist der direkte Einfluss der elterlichen Lebensstile auf das Ernährungsverhalten der Jugendlichen aber eher gering.

	Trivial- schema	Spannungs- schema	Hochkultur- schema	Sport- schema	Heimwerker- schema	R ²
Snacks	0,18	0,17	-0,11	-	-0,14	0,055
Süßigkeiten	-	0,13	-	-	-	0,014
Fleisch	-	-	-	-	-	
Drogen	0,14	-	-	-	-	0,016
Süßgetränke	0,15	0,14	-0,21	-	-	0,059
Milchprodukte	-	-	-	0,21	-	0,040
Obst/Gemüse	-	-	0,18	-	-	0,031
Butter	0,11	-	-	-	-	0,009
Eier	-	0,12	-	-	-	0,012
Vollkornbrot	-0,12	-	0,17	-	-	0,040
Kartoffeln	-	-	-	-	-	-

Angegeben sind jeweils die statistisch signifikanten (auf dem 0,01-Niveau) standardisierten Regressionskoeffizienten sowie das korrigierte R².

Tab. 6: Multivariate Regressionen²³: Lebensstilschemata der Eltern und Ernährungsverhalten ihrer Kinder

Der relativ geringe direkte Einfluss des Elternhauses auf das Ernährungsverhalten der Jugendlichen wird auch in unseren Leitfadengesprächen bestätigt. Nahezu durchgängig betonen die befragten Schüler, dass sie selbst bestimmen können, was sie essen. So äußert sich die fünfzehnjährige Ulrike²⁴: *„Also ich kann es eigentlich selber entscheiden, was ich essen will und was nicht. ... Also sie lassen mir ziemlich viel Freiraum“* (Interview 347:3). In vielen Fällen wird auch betont, dass vorweg besprochen wird, welche Speisen zu bestimmten Mahlzeiten zubereitet werden. *„Meistens entscheiden wir das schon am Vortag. Und da werden wir halt auch gefragt, ob wir das wollen“* (Interview 289:4). *„Da gibt’s dann meistens was, was vorher besprochen wurde“* (Interview 355:3). Daher sind die Schüler mit dem angebotenen Essen auch meist ziemlich zufrieden. Die befragten Jugendlichen haben also nicht nur relativ hohe Autonomie im Hinblick auf ihr eigenes Ernährungsverhalten, sondern werden auch in die Planung der Mahlzeiten in den Familien miteinbezogen.

²³ Hierbei handelt es sich um ein statistisches Verfahren, bei dem der Einfluss mehrerer Bestimmungsgrößen auf eine abhängige Variable gleichzeitig überprüft werden kann.

²⁴ Zur Wahrung der Anonymität wurden die Namen der zitierten Interviewteilnehmer geändert sowie alle persönlichen Angaben, die Rückschlüsse auf die Identität zulassen würden, entsprechend verschlüsselt bzw. adäquat ersetzt. Dies gilt auch und insbesondere für die weiter unten beispielhaft dargestellten Interviews (*Kapitel 5*).

4.2 Der Einfluss der Lebensstile von Jugendlichen auf deren Ernährungsverhalten

Wieso kann man von der Erwartung ausgehen, dass die Lebensstile der Jugendlichen einen Einfluss auf ihr Ernährungsverhalten haben können? Erstens sind in den Lebensstilschemata bestimmte generalisierte *Präferenzmuster* impliziert, die auch Vorlieben und Abneigungen für bestimmte Nahrungsmittel oder Getränke einschließen. So passt zu der Orientierung an Sport und der Idee eines fitten Körpers z.B. nicht ein erhöhter Alkohol- und Zigarettenkonsum oder der Konsum von sehr fettreicher Kost; zu einer nach außen gerichteten Spannungsorientierung passt umgekehrt z.B. der Konsum von Cola und anderen Softdrinks. Darüber hinaus bringt die Orientierung an bestimmten Lebensstilen eine *Gelegenheitsstruktur* für bestimmte Nahrungsmittel mit sich. Für Personen, die z.B. stark außenorientiert sind und ständig „Action“ haben müssen, ist der Konsum von Snacks wahrscheinlicher als für Personen, die zu Hause sitzen und ein Buch lesen, und der Besuch von Gaststätten macht den Konsum alkoholischer Getränke wahrscheinlicher.

Lebensstile der Jugendlichen und deren Ernährungsverhalten – Ergebnisse bivariater Analysen

Durch Berechnung bivariater Korrelationen sollen im Folgenden nun die Zusammenhänge zwischen jugendlichen Lebensstilen und dem Ernährungsverhalten unter Verwendung der fünf jugendlichen Lebensstilschemata (vgl. *Kapitel 3.2*) und der elf Ernährungsschemata bzw. Einzelindikatoren analysiert werden.

Die Ergebnisse in *Tabelle 7* zeigen, dass hier zum einen deutlich mehr und zum anderen deutlich stärkere Zusammenhänge zwischen den Lebensstilschemata und dem Ernährungsverhalten beobachtet werden können als dies für die elterlichen Lebensstilschemata zutrifft (vgl. *Tabelle 5* in *Kapitel 4.1*). Damit kann man als erstes Ergebnis festhalten, dass das Ernährungsverhalten der Schüler stärker von ihren eigenen Lebensstilen als von den der Eltern beeinflusst wird.

Zwei der jugendlichen Lebensstilorientierungen – das Hochkulturschema und das Sportschema – erweisen sich im Hinblick auf eine gesunde Ernährung als förderlich; für die übrigen drei Schemata gilt, dass sie eher eine gesundheitsschädliche Ernährung begünstigen:

- Ein *sportorientierter Lebensstil* führt insofern zu einer gesunden Ernährung, als Milchprodukte, Obst, Gemüse und Vollkornbrot bevorzugt werden.

- Ein ähnlicher, wenn auch noch stärkerer Zusammenhang gilt für die Jugendlichen, die dem *Hochkulturschema* folgen, also Bücher lesen, ins Theater gehen, musizieren und klassische Musik hören. Diese bevorzugen nicht nur die gesünderen Speisen, sondern erweisen sich auch als resistent gegenüber Süßigkeiten, Snacks und Drogen.
- *Außerhäusliche spannungsorientierte Freizeitaktivitäten* führen dagegen zu einer deutlichen Erhöhung des Konsums von zucker- und fetthaltigen Nahrungsmitteln sowie zu einer kräftigen Ausweitung des Alkohol- und Zigarettenkonsums.
- Ähnliche Ergebnisse lassen sich auch für die *innerhäuslichen spannungsorientierten Freizeitaktivitäten* festhalten, auch wenn sich in einem Punkt (Milchprodukte) ein schwacher gesundheitsförderlicher Effekt zeigt.
- Die meisten – und zwar sieben – Effekte auf das Ernährungsverhalten gehen von einer *fernsehorientierten Freizeitgestaltung* aus: Je höher der Fernsehkonsum, desto höher ist auch der Konsum von Snacks, Süßigkeiten, Drogen und Süßgetränken; umgekehrt verzehren Vielfernseher weniger Milchprodukte, Obst und Gemüse und Vollkornbrot.

	Innerhäusliches Spannungsschema	Außerhäusliches Spannungsschema	Hochkulturschema	Sportschema	Fernseh-schema
Snacks	0,25	0,31	-0,29	–	0,21
Süßigkeiten	0,23	0,31	–	–	0,11
Fleisch	0,20	0,12	–	–	–
Drogen	–	0,47	-0,23	–	0,11
Süßgetränke	0,28	0,41	-0,39	–	0,34
Milchprodukte	0,12	–	0,19	0,21	-0,18
Obst/Gemüse	–	–	0,22	0,23	-0,18
Butter	–	–	–	–	–
Eier	–	–	–	0,13	–
Vollkornbrot	–	–	0,31	0,14	-0,30
Kartoffeln	–	–	–	–	–

Tab. 7: Jugendliche Lebensstile und jungliches Ernährungsverhalten

Der Lebensstil der Jugendlichen hat also einen starken Einfluss auf deren Ernährungsverhalten. Die Orientierung an spannungsorientierten Lebensstilschemata (innerhalb und außerhalb des Hauses) sowie der Fernsehkonsum bringen eher abträgliche Ernährungsweisen mit sich, während Hochkulturschema und Sportorientierung eher zu einer Förderung von gesunden Ernährungsweisen führen. Des Weiteren zeigen sich wiederum zwei Lebensmittel, deren Konsum offensichtlich keinerlei statistische Zusammenhänge mit den verschiedenen Lebensstilschemata aufweist: Butter und Kartoffeln.

Der Einfluss jugendlicher Lebensstile auf das Ernährungsverhalten der Jugendlichen in multivariater Perspektive

Wie bei der Betrachtung der Zusammenhänge zwischen elterlichen Lebensstilschemata und dem Ernährungsverhalten der Kinder soll nun im Folgenden analysiert werden, welchen Einfluss bestimmte jugendliche Lebensstilorientierungen auf das Essverhalten unter Kontrolle des Einflusses anderer Lebensstilschemata haben.²⁵

Vergleicht man die Ergebnisse der multivariaten Regressionen für den Einfluss der Lebensstilschemata von Eltern und Schülern auf das Ernährungsverhalten der Schüler miteinander (siehe *Tabelle 6* und *8*), so fallen die Unterschiede in der erklärten Varianz (R^2) ins Auge. Während bei der Berücksichtigung der Lebensstilschemata der Eltern kein einziger R^2 -Wert über 0,1 liegt, trifft dies bei den Lebensstilschemata der Schüler immerhin in sechs Fällen zu. Es bestätigt sich hier also sehr deutlich der bereits aus der bivariaten Analyse gewonnene Eindruck, dass die Lebensstile der Schüler für deren Ernährungsverhalten sehr viel erklärungskräftiger sind als die Lebensstile der Eltern.

	Innerhäusliches Spannungsschema	Außerhäusliches Spannungsschema	Hochkultur-schema	Sport-schema	Fernseh-schema	R^2
Snacks	0,22	0,16	-0,28	–	–	0,175
Süßigkeiten	0,16	0,26	–	–	–	0,122
Fleisch	0,20	–	–	–	–	0,036
Drogen	-0,16	0,50	-0,13	–	–	0,249
Süßgetränke	0,17	0,24	-0,32	–	0,14	0,313
Milchprodukte	–	0,13	0,14	0,13	-0,17	0,085
Obst/Gemüse	–	0,11	0,17	0,19	-0,14	0,105
Butter	–	–	–	–	–	–
Eier	–	–	–	0,14	–	0,017
Vollkornbrot	–	–	0,24	0,12	-0,17	0,130
Kartoffeln	–	–	–	–	–	–

Angegeben sind jeweils die statistisch signifikanten, standardisierten Regressionskoeffizienten sowie das korrigierte R^2 .

Tab. 8: Multivariate Regressionen: Lebensstilschemata der Schüler und ihr Ernährungsverhalten

Gegenüber der bivariaten Analyse (*Tabelle 7*) zeigen die Ergebnisse in *Tabelle 8* nur relativ geringfügige Verschiebungen in den Resultaten. Es bleibt dabei, dass Hochkultur- und

²⁵ Während wir uns zuvor nur angesehen haben, ob zwischen einer Fernsehorientierung auf der einen Seite und dem Verzehr von Snacks auf der anderen Seite ein statistischer Zusammenhang besteht, finden wir nun z.B. heraus, dass Fernsehkonsum unter Kontrolle der anderen Lebensstilschemata keinen statistischen Effekt mehr auf den Verzehr von Snacks hat. Dies liegt daran, dass Vielfernseher eben wenig an Hochkultur orientiert sind und zugleich stärker spannungsbezogene Freizeitaktivitäten vorziehen.

Sportorientierung eher positiv zu bewertende Einflüsse auf das Ernährungsverhalten haben, während die spannungsorientierten Lebensstile überwiegend und der Fernsehkonsum ausschließlich einer gesunden Ernährung abträgliche Effekte aufweisen.

4.2.1 Die Unterschiede im Ernährungsverhalten verschiedener jugendlicher Lebensstilgruppen am Beispiel von drei Lebensmitteln

Am Beispiel des Konsums von drei ausgewählten Lebensmitteln soll mit Hilfe graphischer Darstellungen der Zusammenhang von Lebensstilen und Ernährungsverhalten differenzierter und anschaulicher demonstriert werden. Hierfür haben wir die Schüler unter dem Gesichtspunkt, wie stark sie einen bestimmten Lebensstil präferieren, jeweils in drei Gruppen eingeteilt: in schwach, mittel und stark an diesem Lebensstil orientiert.²⁶ Als Beispiele haben wir drei Lebensmittel ausgewählt: Colagetränke, Hamburger und Vollkornbrot.

Beispiel Colagetränke

In den *Abbildungen 2–5* wird für die unterschiedliche Ausprägung verschiedener Lebensstilschemata jeweils der Anteil von Schülern dargestellt, der mindestens mehrmals wöchentlich Colagetränke konsumiert.

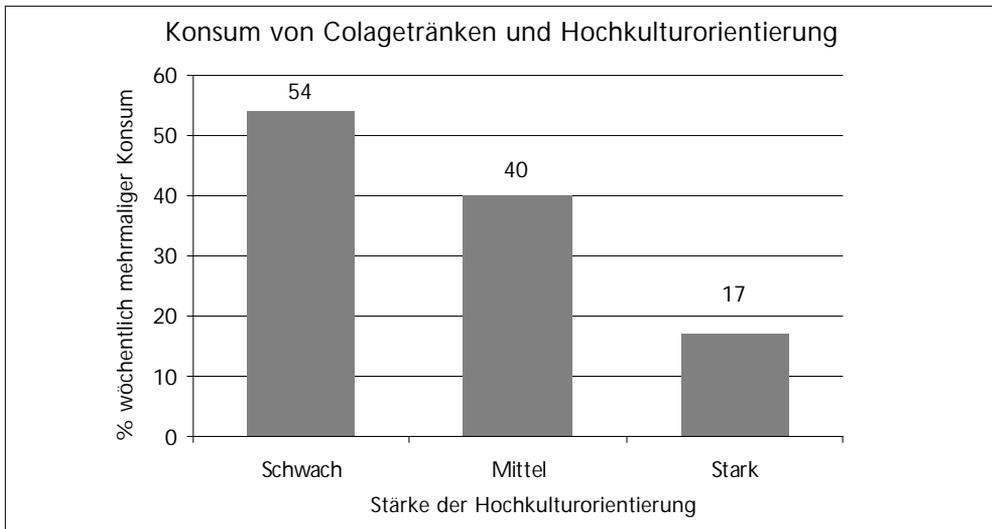


Abb. 2

²⁶ Als Abgrenzungskriterium haben wir den Bereich einer Standardabweichung oberhalb (starke Orientierung am jeweiligen Schema) bzw. unterhalb (schwache Orientierung am jeweiligen Schema) von dem Mittelwert des jeweiligen Lebensstilschemas gewählt.

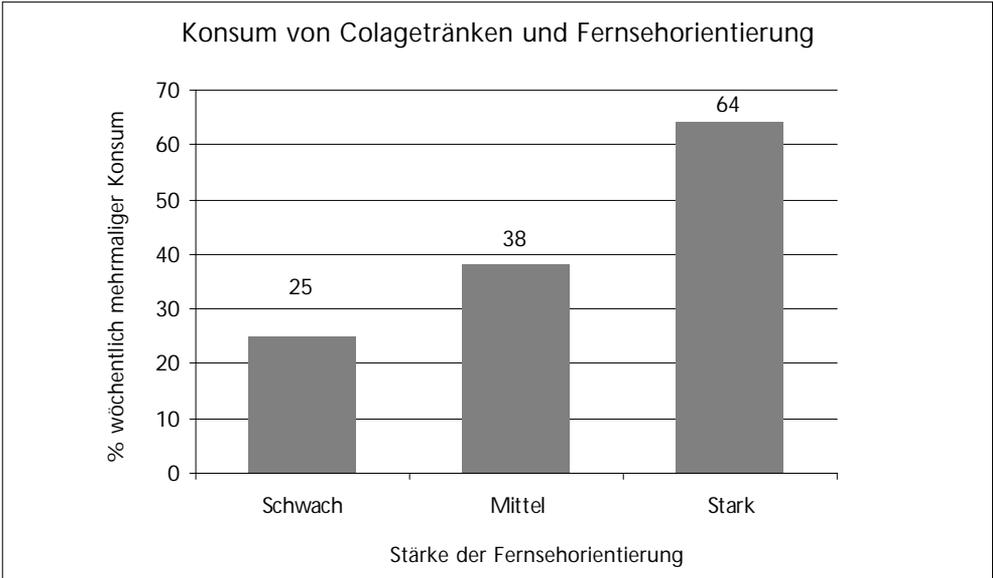


Abb. 3

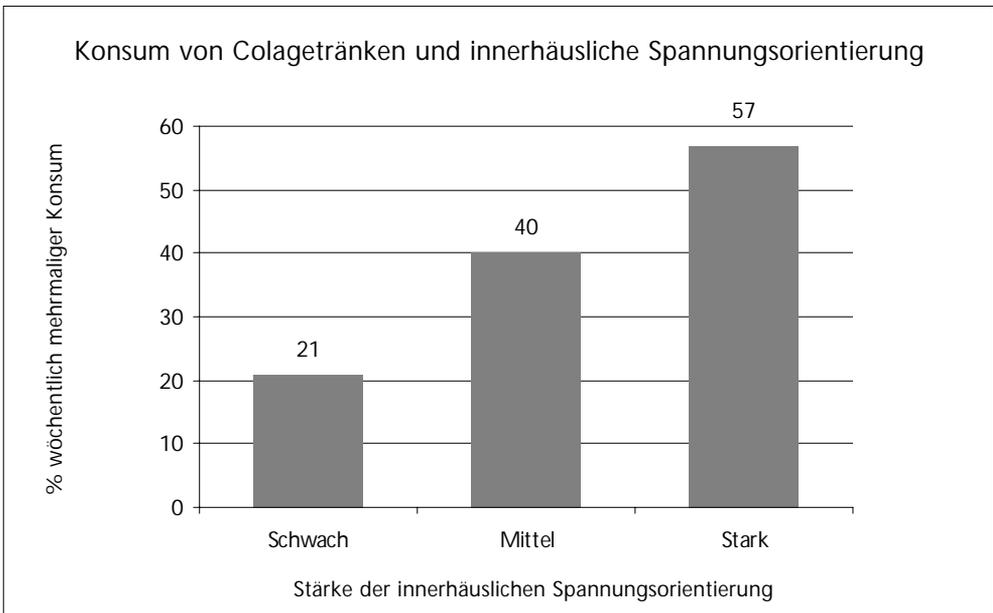


Abb. 4

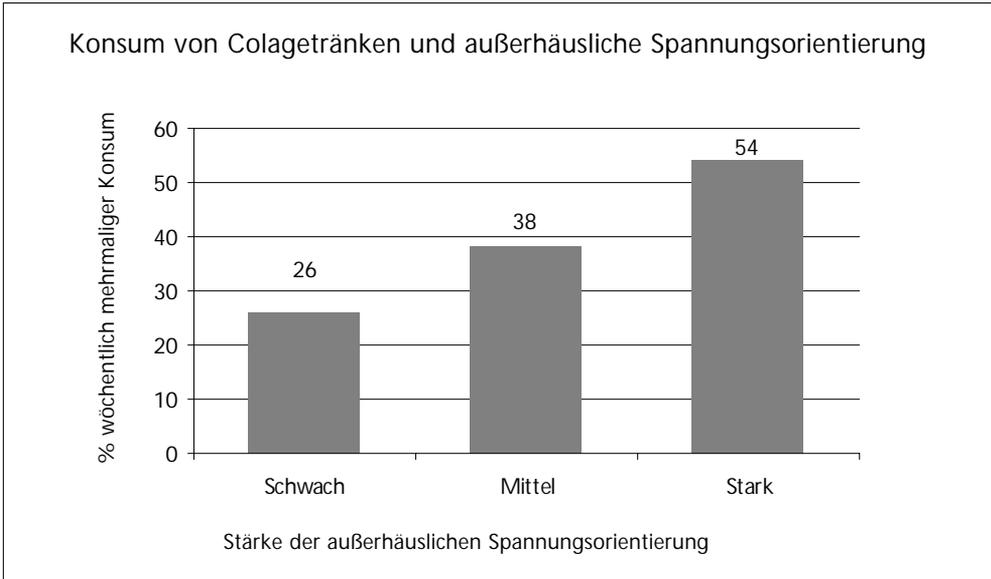


Abb. 5

Festzustellen ist, dass die schwach hochkulturorientierten Schüler zu 54% mehrmals in der Woche Colagetränke konsumieren, die stark hochkulturorientierten Schüler aber nur zu 17%. Bei den Spannungsschemata und dem Fernschemata hingegen zeigt sich, dass der Anteil derjenigen, die mehrmals wöchentlich Colagetränke trinken, bei den stark an diesen Schemata orientierten Jugendlichen mindestens doppelt so hoch ist, wie unter den schwach an diesen Schemata orientierten.

An diesem Beispiel wird deutlich, dass die Stärke der jeweiligen Orientierung an einem Lebensstil zu erheblichen Prozentsatzdifferenzen im Ernährungsverhalten führt.

Beispiel Hamburger

Ähnliche Resultate – wenn auch auf einem niedrigeren Niveau – sind festzustellen, wenn man für die einzelnen Lebensstilschemata den Anteil von Schülern differenziert betrachtet, der mehrmals wöchentlich *Hamburger* verzehrt (Abbildungen 6–8).

Bei den nur schwach hochkulturell orientierten Schülern beträgt dieser Anteil 20%, dagegen liegt er bei den stark hochkulturell orientierten Jugendlichen bei nur 3%, also mehr als sechsmal niedriger. Umgekehrt ist das Ergebnis bei der außerhäuslichen Spannungsorientierung: Hier steigt der Anteil von Schülern, die mehrmals wöchentlich Hamburger verzehren, mit zunehmender Orientierungsstärke auf mehr als das Doppelte (von 5% bei schwacher Orientierung auf 11% bei starker Orientierung). Bei der innerhäuslichen Spannungsorientierung hingegen lassen sich in diesem Fall keine eindeutigen Zusammenhänge ausmachen.

Nichtsdestotrotz bewegt sich auch beim Beispiel des Verzehrs von Hamburgern die Differenz zwischen den unterschiedlich stark an den jeweiligen Lebensstilen orientierten Jugendlichen auf einem relativ hohen Niveau.

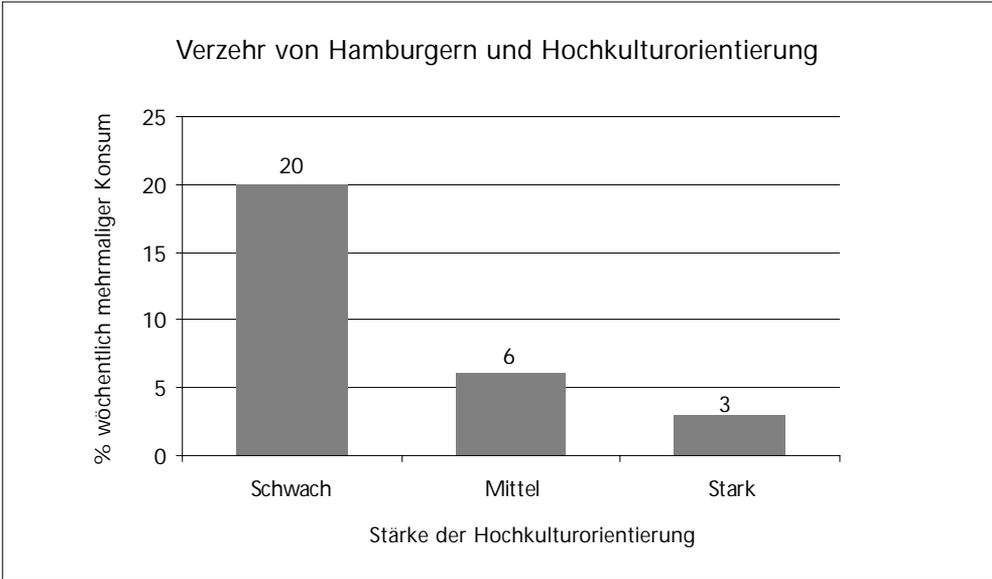


Abb. 6

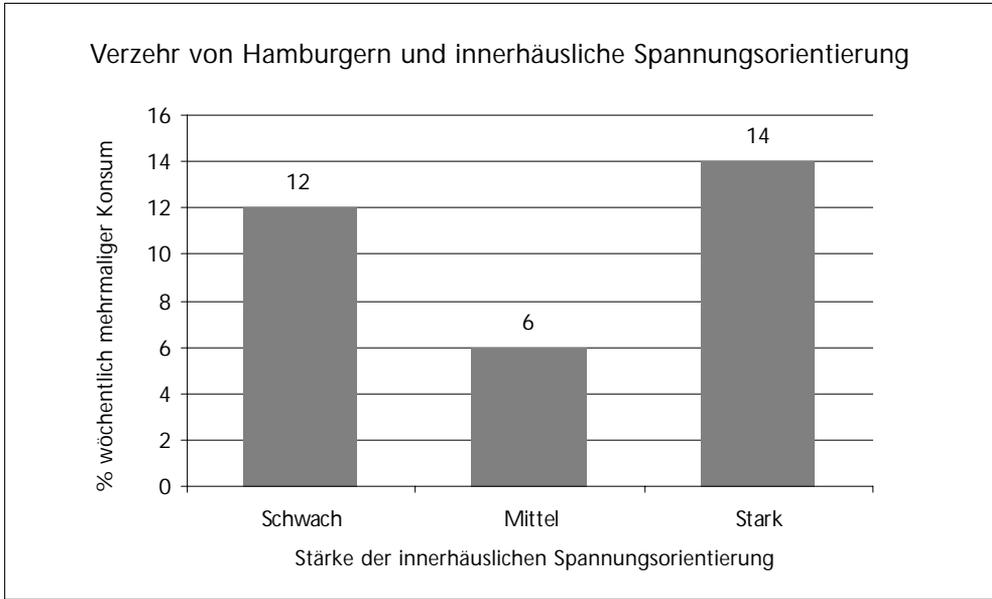


Abb. 7

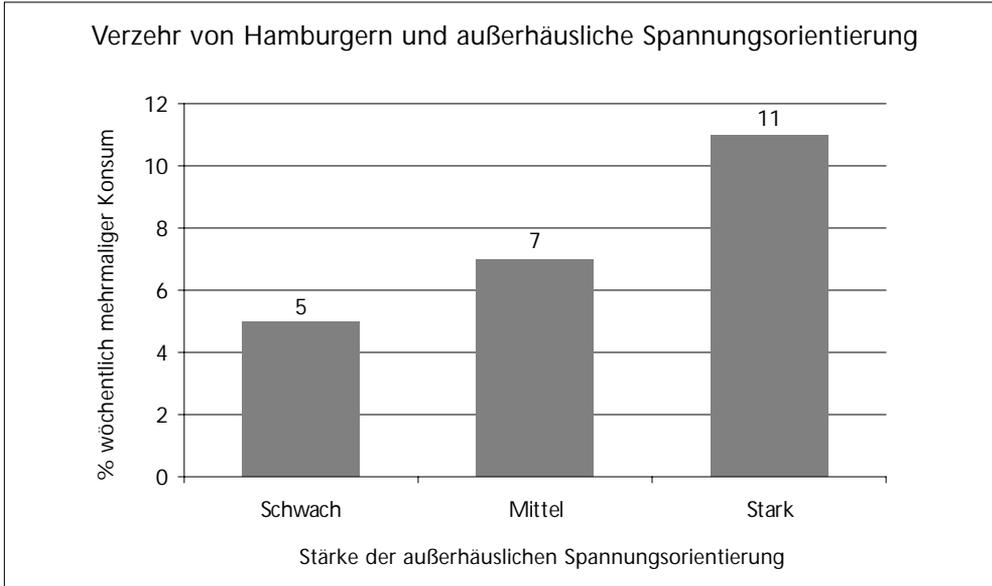


Abb. 8

Beispiel Vollkornbrot

In den *Abbildungen 9–11* schließlich wird der Anteil der Schüler, die täglich Vollkornbrot zu sich nehmen, näher betrachtet.

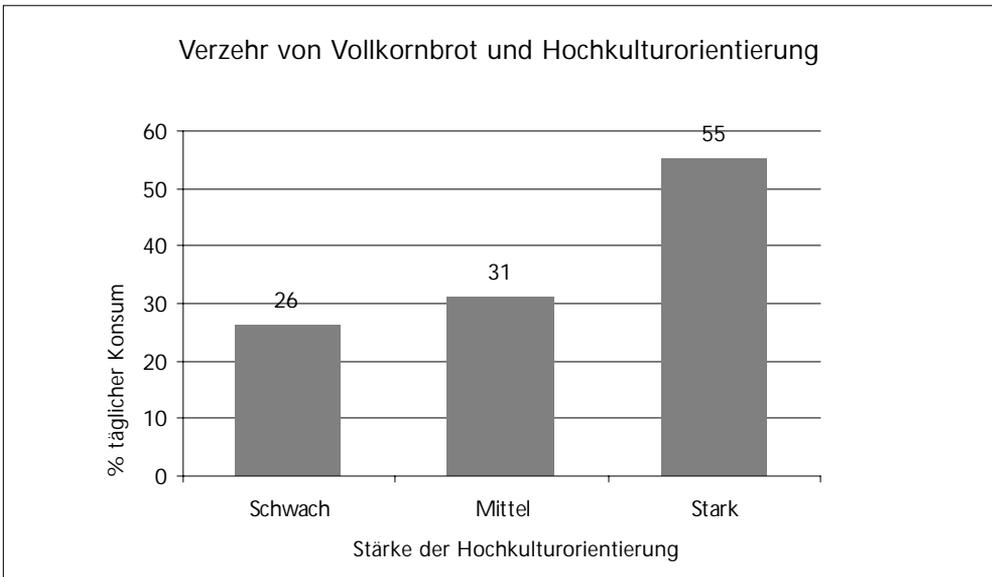


Abb. 9

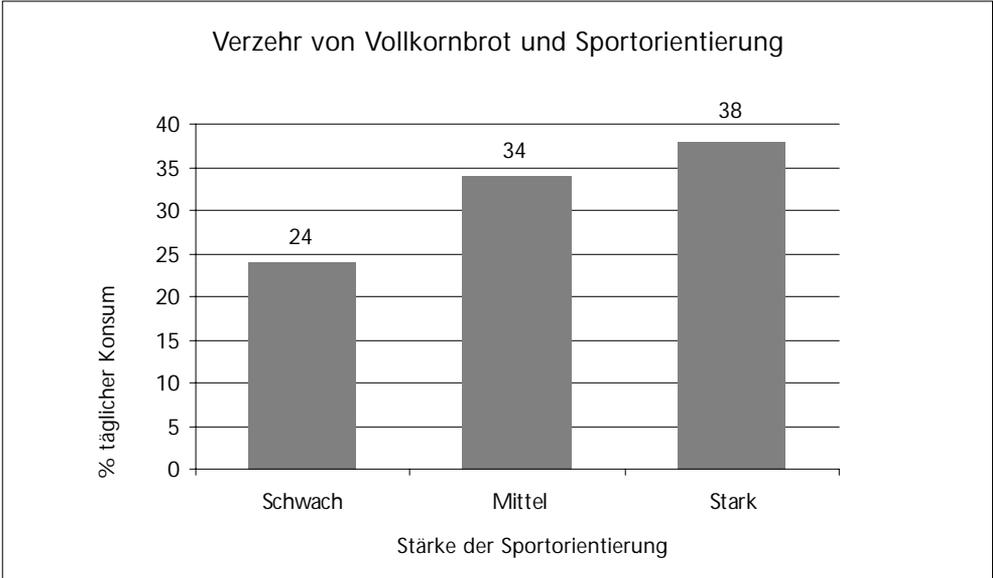


Abb. 10

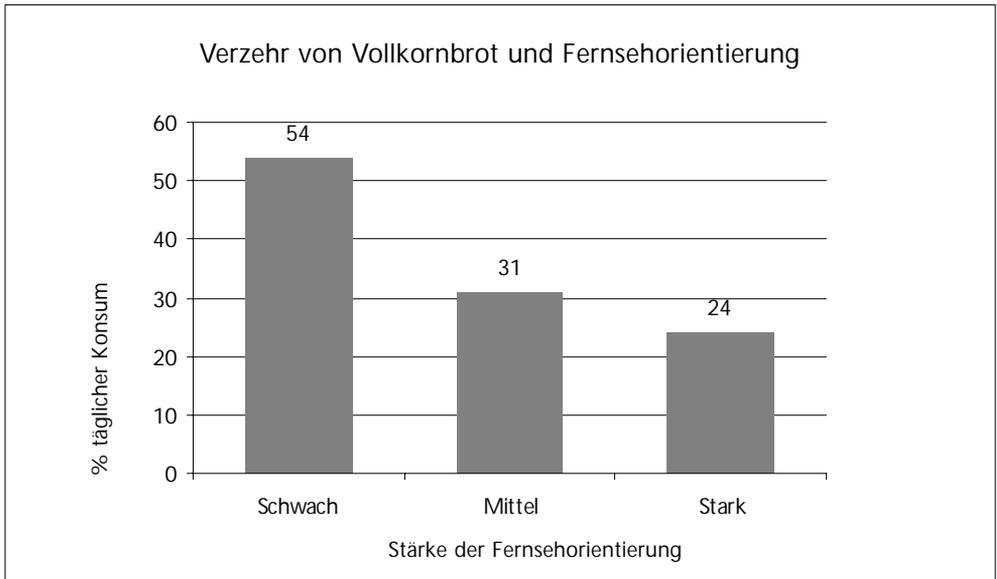


Abb. 11

Der Anteil derjenigen, die täglich Vollkornbrot verzehren, liegt bei den schwach am Hochkulturschema orientierten Schülern bei 26%, bei den stark an diesem Schema orientierten dagegen bei 55%, also mehr als doppelt so hoch. Auch der für die Sportorientierung festgestellte positive Einfluss auf das Ernährungsverhalten kann an

diesem Beispiel verdeutlicht werden: Bei den schwach sportorientierten Schülern konsumieren nur 24% täglich Vollkornbrot gegenüber 38% bei den stark sportorientierten Jugendlichen. Abträglich für den Verzehr von Vollkornbrot ist dagegen die Fernsehorientierung. Während der Anteil derjenigen, die täglich Vollkornbrot verzehren, bei den schwach am Fernsehschema orientierten Jugendlichen bei 54% liegt, beträgt der Anteil unter den stark Fernsehorientierten nur 24%, also weit weniger als die Hälfte.

Fazit

Diese Vergleiche zeigen, dass nicht nur die Korrelationen zwischen den Lebensstilen und dem Ernährungsverhalten relativ hoch sind, sondern dass sich dahinter auch tatsächlich erhebliche Unterschiede im Ernährungsverhalten verbergen.

Weitere Beispiele mit ähnlich starken Prozentsatzdifferenzen ließen sich noch für andere Lebensmittel anführen, doch das Ergebnis ist relativ deutlich: Zwischen den eher stark und eher schwach an bestimmten Lebensstilen orientierten Jugendlichen finden sich beträchtliche Unterschiede im Ernährungsverhalten. Damit bestätigt sich, dass die festgestellten statistischen Korrelationen (vgl. *Kapitel 4.2*) tatsächlich erhebliche, von der jeweiligen alltagskulturellen Orientierung abhängige Unterschiede im Ernährungsverhalten von Jugendlichen repräsentieren.

4.3 Der Einfluss elterlicher und jugendlicher Lebensstilschemata auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen im Vergleich

Abschließend wenden wir uns noch der systematischen Behandlung der Frage zu, welchen Einfluss die Lebensstilschemata von Eltern und Schülern im Vergleich auf das Ernährungsverhalten haben. Im Hinblick auf die von uns ausgewählten elf Ernährungsmuster bzw. Einzelindikatoren (vgl. *Kapitel 3.2*) ergeben sich folgende Ergebnisse:

1. Für den Verzehr von Kartoffeln lässt sich keinerlei statistischer Zusammenhang mit den Lebensstilschemata von Eltern oder Schülern feststellen.
2. Ein ausschließlicher Einfluss der Lebensstilschemata der Eltern ist nur beim Verzehr von Butter festzustellen (siehe *Tabelle 6* auf *S. 53*).
3. Ein ausschließlicher Einfluss der jugendlichen Lebensstile lässt sich beim Verzehr von Snacks, Süßigkeiten, Fleisch, Drogen, Süßgetränken und Obst/Gemüse fest-

stellen. Die elterlichen Lebensstile sind hier für das Ernährungsverhalten der Jugendlichen irrelevant.

4. Es findet sich eine kleine Zahl von Lebensmitteln, deren Verzehr sowohl von den Lebensstilen der Eltern als auch von den Lebensstilen der Schüler bedingt wird, und zwar Milchprodukte, Eier und Vollkornbrot. Die entsprechenden statistischen Ergebnisse für diese drei Lebensmittel finden sich in *Tabelle 9*.

	Milchprodukte	Eier	Vollkornbrot
Elterliche Lebensstile			
Trivialschema	-	-	-0,13
Spannungsschema	-	0,10	-
Sportschema	0,18	-	-
Jugendliche Lebensstile			
Außerhäusliches Spannungsschema	-	-	-
Innerhäusliches Spannungsschema	0,14	-	-
Hochkulturschema	0,14	-	0,16
Sportschema	-	0,14	-
Fernsehschema	-0,15	-	-0,25
R²	0,105	0,028	0,131

Tab. 9: Elterliche und jugendliche Lebensstile und Ernährungsgewohnheiten

Grundsätzliche inhaltliche Veränderungen lassen sich hier nicht feststellen. Auffällig ist aber, dass zwei der elterlichen Lebensstilschemata vollkommen aus unserer Untersuchung verschwinden: einerseits die Heimwerkerorientierung, die auch bisher wenig relevante Einflüsse gezeigt hat, andererseits die Hochkulturorientierung des Elternhauses.²⁷

Zusammenfassung der Analyseergebnisse

Es konnte gezeigt werden, dass die Lebensstilschemata der Jugendlichen einen deutlich größeren Einfluss auf ihr Ernährungsverhalten haben als die Lebensstile ihrer Eltern. Dabei ist allerdings zu bedenken, dass an dieser Stelle allein der unmittelbare Einfluss der elterlichen Lebensstile auf das Ernährungsverhalten der Jugendlichen gemessen wurde. Wir werden später sehen (*Kapitel 6.1*), dass sich der Einfluss der Eltern auf das Ernährungsverhalten ihrer Kinder insofern vermittelt auswirkt, als die elterlichen Lebensstile die ihrer Kinder prägen und diese dann wiederum deren Ernährungsverhalten beeinflussen.

²⁷ Bei der Untersuchung, welchen Einfluss der elterliche Lebensstil auf den der Jugendlichen hat (*Kapitel 6.1*), wird sich zeigen, dass die Hochkulturorientierung des Elternhauses in starkem Maße an die Schüler weitergegeben wird, so dass die Jugendlichen hier ähnliche Präferenzen wie ihre Eltern entwickeln und die elterlichen Lebensstile direkt gar keinen Einfluss mehr haben.

Von den Lebensstilen der Jugendlichen haben drei einen negativen Einfluss auf deren Ernährungsverhalten. Dies sind die beiden spannungsorientierten Lebensstile und die fernsehorientierte Lebensweise. Zwei der Lebensstile der Jugendlichen haben einen positiven Einfluss auf eine gesunde Ernährungsweise, und zwar das Hochkulturschema und das Sportschema. Eine weitgehend ähnliche Struktur ergibt sich auch bei den – allerdings weniger unmittelbar wirkungsmächtigen – elterlichen Lebensstilen.

4.4 Andere Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen

4

Neben den sozialstrukturell eingebetteten Lebensstilen bildet eine Reihe anderer Faktoren ebenfalls wichtige Determinanten des Ernährungsverhaltens (vgl. auch *Kapitel 1*, insb. 1.2), die nachfolgend genauer analysiert werden sollen. Aufgrund der Forschungsergebnisse ist davon auszugehen,

- dass das Wissen über Ernährung und die Einstellungen zur Ernährungsweise eine Voraussetzung für eine gesunde Ernährung darstellt (vgl. z.B. Schwartz et al. 1998; Ohr 2001);
- dass sich Frauen in der Regel gesünder ernähren als Männer (vgl. z.B. Kübler et al. 1994; Weyrauch 1996; Roos et al. 1998);
- dass die Verfügung über ökonomische Ressourcen einen Einfluss auf das Ernährungsverhalten hat (vgl. z.B. Tomlinson 1994; Prättälä/Berg/Puska 1992; Prahl/Setzwein 1999).

Bei der systematischen Betrachtung dieser Einflussgrößen soll zunächst durch die Berechnung bivariater Korrelationen geprüft werden, welche Zusammenhänge zwischen den von uns betrachteten Variablen – Wissen, Ernährungseinstellungen, Geschlecht und ökonomische Ressourcen – und den elf Ernährungsmustern bzw. Einzelindikatoren bestehen, um dann die statistischen Zusammenhänge unter Kontrolle der anderen hier betrachteten Variablen zu berechnen.²⁸

Zuvor aber soll kurz eine Reihe potenzieller Einflussfaktoren genannt werden, die sich in unserer Studie als weitgehend irrelevant herausgestellt haben und die hier deshalb nicht weiter berücksichtigt werden.

²⁸ Von welchen sozialen Kontexten die hier betrachteten Determinanten des Ernährungsverhaltens ihrerseits bestimmt sind, wird in *Kapitel 6.3* erläutert.

Als irrelevant befundene potenzielle Einflussfaktoren

Ernährungseinstellungen der Eltern

Wir haben untersucht, ob das faktische Ernährungsverhalten der Eltern und deren Kontrolle über das Ernährungsverhalten der befragten Schüler für deren faktisches Essverhalten relevant ist, und kamen zu einem überwiegend negativen Ergebnis. Daher werden diese Größen in den folgenden Analysen nicht berücksichtigt.

Psychische Probleme

Gerade im Hinblick auf den Verzehr von Süßigkeiten oder den Konsum von Drogen werden häufig psychische Probleme bzw. Befindlichkeiten als mögliche Ursachen genannt. Wir haben analysiert, ob das psychische Wohlbefinden in Schule und Elternhaus für das Ernährungsverhalten relevant ist, und sind dabei insgesamt zu einem negativen Befund gelangt.

Alter

Grundsätzlich könnte man davon ausgehen, dass auch das Ernährungsverhalten in einem biographischen Entwicklungsprozess ausgebildet wird und sich so mit dem Alter verändert. Wir konnten in unserer Studie aber kaum Effekte des Alters der befragten Schüler auf das Ernährungsverhalten feststellen.

Haushalt

In einigen Arbeiten zum Ernährungsverhalten von Jugendlichen wird vermutet, dass der Haushaltskontext für das Ernährungsverhalten relevant ist, so z.B. die Frage, ob beide Eltern erwerbstätig sind, oder ob es sich um einen Einelternhaushalt handelt. In beiden Hinsichten konnten wir keinerlei relevante Einflüsse auf das Ernährungsverhalten feststellen, so dass wir in den weiteren Ausführungen nicht mehr auf diese Größen zurückkommen.

Der Einfluss anderer Faktoren auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen – Ergebnisse bivariater Analysen

In *Tabelle 10* sind zunächst die bivariaten Zusammenhänge zwischen den Einflussgrößen Wissen, Ernährungseinstellung, Geschlecht, ökonomische Ressourcen und der Ernährung abgebildet.

Wissen

Dem Wissen über Ernährung kann insofern eine zentrale Bedeutung zukommen, als es durch Aufklärungsmaßnahmen und schulische Bildung gut zu beeinflussen ist. Führt nun ein besseres Wissen über Ernährung auch zu einer gesünderen Ernährung? Wie die bivariate Analyse in *Tabelle 10* zeigt, gibt es insgesamt sieben statistisch signifikante

Zusammenhänge, die bestätigen, dass ein besseres Wissen über Ernährung eine gesunde Ernährung fördert.²⁹

	Wissen	Ernährungseinstellung		Geschlecht	Ökonom. Ressourcen	
		Anspruchsorientierung	Notwendigkeitsorientierung		Taschengeld	Jobeinkommen
Snacks	-0,26	-0,12	0,20	0,33	0,19	-
Süßigkeiten	-0,10	-	-	0,11	0,10	0,11
Fleisch	-	0,12	-	0,26	0,13	0,16
Drogen	-	-0,24	0,19	0,14	0,15	0,30
Süßgetränke	-0,26	-	0,13	0,28	0,15	0,11
Milchprodukte	-	0,19	-	-	-	-
Obst/Gemüse	0,24	0,37	-0,21	-0,26	-	-
Butter	-0,12	-	-	-	-	-
Eier	-0,10	-	-	-	-	-
Vollkornbrot	0,15	0,11	-0,19	-0,12	-	-
Kartoffeln	-	0,23	-	-	-	-

Tab. 10: Der Einfluss von Wissen, Ernährungseinstellungen, Geschlecht und ökonomischen Ressourcen auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen

Dieser statistische Zusammenhang zwischen dem Wissen über Ernährung und der Art der Ernährung lässt sich in den Leitfadengesprächen nur andeutungsweise feststellen. Der häufigste Verweis auf das Ernährungswissen ist die vor allem von den Mädchen geäußerte Behauptung, dass bestimmte Lebensmittel gesund oder ungesund seien. Weitere Erläuterungen, die auf ein genaueres Ernährungswissen schließen lassen, bleiben aber in den Interviews meist aus. Lediglich eine Schülerin ging auf Farbstoffe, künstliche Aromen und Geschmacksverstärker im Essen ein, um zu begründen, dass sie kein Fastfood isst (Interview 199:5). Eine Schülerin – Veganerin – zeigte sich auch relativ informiert über die Probleme, die aus einer veganischen Ernährung resultieren, und über den menschlichen Bedarf an bestimmten Nährstoffen (Interview 347:8).

Ernährungseinstellungen

Während das Wissen über Ernährung eine eher kognitive Orientierung darstellt, messen Ernährungseinstellungen eher eine evaluative Orientierung bezüglich der Ernährung. Wie bei der empirischen Bestimmung dieser Variablen deutlich wurde (vgl. *Kapitel 3.2*),

²⁹ Wir haben zusätzlich überprüft, ob alle Jugendlichen in gleichem Maße ihrem Ernährungswissen in ihrer Ernährungsweise folgen. Dazu haben wir die Korrelationen zwischen dem Ernährungswissen und dem Ernährungsverhalten jeweils für diejenigen Jugendlichen getrennt berechnet, die einem bestimmten Lebensstilschema besonders nahe stehen. Dabei zeigt sich ein ernüchterndes Resultat: das Ernährungswissen zeigt besonders bei den Jugendlichen positive Einflüsse, die den ohnehin schon gesundheitsförderlichen Lebensstilen (Hochkultur und Sport) sowie dem innerhäuslichen Spannungsschema folgen. Dagegen hat das Wissen keinerlei Einfluss bei den fernsehorientierten und am außerhäuslichen Spannungsschema orientierten Jugendlichen. Bei diesen Gruppen werden daher auch rein wissensorientierte Aufklärungskampagnen wenig Nutzen haben.

lassen sich die verschiedenen Ernährungseinstellungen auf zwei Grundorientierungen reduzieren: eine notwendigkeitsorientierte Ernährungseinstellung (preiswert sein, satt machen) und eine Anspruchshaltung gegenüber dem Essen, bei der die Geselligkeit einer Mahlzeit, der schön gedeckte Tisch und gesunde Ernährung im Vordergrund stehen.

Diese beiden Einstellungsorientierungen finden sich auch in den qualitativen Fallanalysen: Der 16-jährige Thomas – Beispiel für einen häuslichen spannungsorientierten Lebensstil (vgl. *Kap. 5.5*) – hat eine Notwendigkeitsorientierung im Hinblick auf das Essen. Auf die Frage, was ihm beim Frühstück wichtig ist, hatte er geäußert: „*Dass man früh was zwischen die Zähne bekommt ... Hier geht's erst mal nur um Nahrungsaufnahme.*“ Ganz anders ist Katja orientiert, die wir als Beispiel für einen sportorientierten Lebensstil vorstellen werden (vgl. *Kap. 5.2*): Für sie muss das Frühstück frisch sein, es soll nicht voll stopfen und soll zugleich gesund sein.

Die Analyse in *Tabelle 10* zeigt nun, dass mit einer *anspruchsvollen Ernährungseinstellung* ganz offensichtlich auch eine gesündere Ernährung einhergeht. Wir finden insgesamt sieben statistisch signifikante Zusammenhänge zwischen unserem Einstellungsindex und den elf Ernährungsschemata bzw. Einzelindikatoren. Diese gehen überwiegend in eine gesundheitsfördernde Richtung, wobei sich nur eine leichte Ausnahme findet (Fleisch). Genau in die umgekehrte Richtung weist das Ergebnis für die zweite Ernährungseinstellung – die *Notwendigkeitshaltung*. Diese führt zu einem vermehrten Konsum von Snacks, Drogen, Süßgetränken und zu einer Reduktion des Verzehrs von Obst, Gemüse und Vollkornbrot. Insofern kann die Notwendigkeitshaltung als eher abträglich für eine gesunde Ernährung betrachtet werden.

Geschlecht

Im Hinblick auf das Geschlecht lassen sich insgesamt sieben statistisch signifikante Korrelationen ausmachen, die in eine eindeutige Richtung weisen: Männliche Jugendliche ernähren sich weniger gesund als weibliche Jugendliche. Sie essen mehr Snacks, Süßigkeiten, Fleisch, konsumieren mehr Drogen, Süßgetränke und verzehren zugleich aber weniger Obst, Gemüse und Vollkornbrot.

Die geschlechtsspezifischen Ernährungsweisen werden meist mit dem für unsere Gesellschaft typischen Schlankheitsideal für Frauen erklärt. So zeigen Umfrageergebnisse, dass Frauen wesentlich genauer als Männer beim Essen darauf achten, nicht zuzunehmen (vgl. die Literaturverweise in Prahl/Setzwein 1999:77). Diese geschlechtsspezifischen Leitbilder greifen auch bei den von uns untersuchten Jugendlichen. 44,4% der Mädchen fühlen sich oft oder immer zu dick, während dies nur von 15,9% der Jungen geäußert wird. Hinzu kommt, dass bestimmte Nahrungsprodukte in unserer Gesellschaft eher mit einer weiblichen, andere eher mit einer männlichen Identität assoziiert sind. Mit Fleisch z.B. verknüpfen sich Assoziationen von Kraft und Potenz. Mit dem Konsum von Fleisch können sich die männlichen Jugendlichen auch den mit dem Fleisch verbundenen Bedeutungshof aneignen und zum Aufbau einer männlichen Identität benutzen (vgl.

Prahl/Setzwein 1999:79 mit Verweis auf die Arbeiten von Roland Barthes). Der umgekehrte Sachverhalt gilt für Obst und Gemüse. Die Leichtigkeit und Frische der Produkte lässt sich zum Aufbau einer weiblichen Identität instrumentalisieren, die in unserer Gesellschaft als zart und empfindsam codiert ist.

Diese Interpretationslinien lassen sich auch in den Leitfadengesprächen wiederfinden, in denen sich z.B. kein einziger Junge findet, der eine Abneigung gegen Fleisch zum Ausdruck bringt. Es wird im Gegenteil die Vorliebe für Fleisch und die Notwendigkeit von Fleischgerichten betont: *„Einmal im Monat muss es Rouladen geben“* (Interview 358:6). Allein in den Mengenangaben zeigt sich bei diesem Schüler die Wichtigkeit von Fleisch: So werden für ihn und seinen Vater gleich zwanzig Rouladen auf Vorrat gebraten, bei der Familienfeier werden zwei ganze Schweine zubereitet und bei einer anderen Feier 450 Steaks gegessen. Auch andere Schüler betonten enthusiastisch die Bedeutung von Fleisch, vor allem für das Mittagessen am Wochenende: *„Manchmal gibt's auch, so, sehr Schönes, da macht meine Mutter zum Beispiel schönes Fleisch und noch andere Sorten von Fleisch, das meine Schwester dann nicht mag“* (Interview 245:4). Hier kommt nicht nur die eigene Vorliebe für Fleisch zum Ausdruck, sondern auch der innerfamiliäre geschlechtsspezifische Unterschied im Hinblick auf den Fleischverzehr. Dieser lässt sich aus den Leitfadengesprächen nicht nur für die Generation der Schüler, sondern auch für die Elterngeneration erschließen. So wird vor allem dann Fleisch gegessen, wenn die Väter kochen, und mit Rücksicht auf die Väter eben auch Fleisch angeboten: *„Und mein Vati isst halt trotzdem gerne noch Fleisch und deswegen gibt's halt meistens, ... ein bisschen Fleisch oder so, damit mein Vati halt auch ein bisschen auf seine Kosten kommt“* (Interview 236:4).

Bei den befragten Mädchen kommen dagegen sehr viel häufiger eine Abneigung gegenüber Fleisch, eine Vorliebe für leichte Kost und vor allem die Bedeutung der enthaltenen Kalorien zum Ausdruck: *„... es ist auch wieder so ein bisschen dieses Kaloriendenken dahinter...“* (Interview 236:6). *„Ich esse bewusst weniger“* (Interview 183:6). *„Aber ich versuche, Fleisch zu meiden, das ist nicht so mein Fall, so viel Fett dran und so. Wenn ich das so sehe, die Tiere, was da alles so drin ist – dann doch nicht so“* (Interview 146:4). Derartige Äußerungen, die auf eine kontrollierte Ernährung, in erster Linie auf die Vermeidung von zu kalorienreicher, zu fetter und vor allem fleischhaltiger Kost hinauslaufen, finden sich durchweg nur bei den Mädchen. Den statistischen Ergebnissen entsprechen also ganz offensichtlich auch geschlechtsspezifische Motivlagen und Einstellungen bei den befragten Schülern.

4

Ökonomische Ressourcen

Jenseits ihrer sozialen Herkunft sind die Schüler zum einen durch ihr Taschengeld und zum anderen durch ein eventuelles Einkommen aus einem neben der Schule betriebenen Job mit ökonomischen Ressourcen ausgestattet, die es ihnen erlauben, einen Teil ihrer Ernährung auf eigene Kosten und selbständig auszuwählen. Ausgehend von der Vermutung, dass die Verfügung über Geld die Möglichkeit erhöht, Snacks zu essen, sich etwas zu trinken zu kaufen und auch Drogen zu konsumieren, haben wir die Verfügung über ökonomische Ressourcen auf ihre Bedeutung für das Ernährungsverhalten der Schüler hin überprüft. Hier zeigen sich jedoch weniger statistische Zusammenhänge als beispielsweise beim Wissen oder den Ernährungseinstellungen.

Im Hinblick auf die Ernährung wird sowohl das *Taschengeld* als auch das *Einkommen durch Nebenjobs* ganz überwiegend dafür verwendet, Snacks, Süßigkeiten, Drogen, Süßgetränke und Fleisch (vermutlich in Form von Snacks) zu konsumieren. Die Verfügung über finanzielle Mittel wirkt sich also überwiegend auf jene Nahrungsmittel aus, die nicht zu Hause, sondern in typischen Kontexten außerhäuslicher jugendlicher Lebensstile konsumiert werden.

Dies geht auch aus den Ergebnissen der Leitfadengespräche hervor. Dabei wird der finanzielle Spielraum allerdings als eine zentrale Beschränkung des Verzehr von Lebensmitteln außer Haus genannt: „*Ich esse selten was* [mit Freunden]. *Da reicht das Geld dann nicht*“ (Interview 326:3). „*Bummeln* [mit Freunden] *ja. Essen kaufen, ist zu teuer*“ (Interview 331:3). Solche Äußerungen kommen ausschließlich im Zusammenhang mit der Freundesgruppe vor, was die statistischen Ergebnisse im Hinblick auf die finanziellen Ressourcen und ihre Bedeutung für den Verzehr von Süßigkeiten und Snacks noch einmal deutlich untermauert.

Der Einfluss anderer Faktoren auf das Ernährungsverhalten in multivariater Perspektive

Um die relative Bedeutung der oben untersuchten relevanten Determinanten des Ernährungsverhaltens zu bestimmen, haben wir diese wiederum einer multivariaten Analyse unterzogen. In *Tabelle 11* sind die Ergebnisse von elf multivariaten linearen Regressionen dargestellt, in denen systematisch und kontrolliert untersucht wurde, welche der hier diskutierten Faktoren bei Kontrolle der anderen Faktoren einen statistisch signifikanten Einfluss auf das Ernährungsverhalten haben.

Wissen

Das Wissen über Ernährung ist im Hinblick auf vier Ernährungsprodukte (Snacks, Süßgetränke, Obst/Gemüse, Kartoffeln) weiterhin eine gute Bedingung für gesunde Ernährung. Insofern gehört das Ernährungswissen vielleicht nicht zu den wichtigsten Bestimmungsgründen der Ernährung, weist aber einen günstigen Einfluss auf.

Ernährungseinstellungen

Jugendliche, die stärker eine *Anspruchshaltung* gegenüber dem Essen einnehmen, essen signifikant häufiger Obst und Gemüse, Kartoffeln, Milchprodukte und nehmen deutlich weniger Drogen, essen auf der anderen Seite aber auch mehr Fleisch und Süßigkeiten. Allerdings sind die letztgenannten Effekte auch die kleinsten. Möglicherweise liegt in der anspruchsvollen Haltung gegenüber der Ernährung auch der Wunsch nach schmackhaften und vollständigen Mahlzeiten, so dass auch Fleisch und ein süßer Nachtisch nicht fehlen dürfen. Eine anspruchsvolle Ernährungsorientierung meint vor allem eine Qualitätsorientierung, und dies ist weitgehend – wenn auch nicht immer – identisch mit einer gesunden Orientierung.

Auch bei der *Notwendigkeitshaltung* finden sich fünf signifikante Effekte auf das Ernährungsverhalten, die allesamt in eine weniger gesunde Ernährungsrichtung weisen. So konsumieren Jugendliche mit einer Notwendigkeitshaltung mehr Snacks, Süßgetränke, Drogen und weniger Obst und Gemüse und Vollkornbrot.

	Snacks	Süßes	Süßgetränke	Fleisch	Drogen	Milch	Obst/Gemüse	Butter	Eier	Vollkornbrot	Kartoffeln
Wissen	-0,19	0,15	-0,23	-	-	-	0,18	-	-	-	0,15
Anspruch	-	0,11	-	0,11	-0,26	0,16	0,27	-	-	-	0,25
Notwend.	0,17	-	0,11	-	0,13	-	-0,20	-	-	-0,19	-
Geschlecht	0,26	-	0,17	0,25	-	-	-0,18	-	-	-	-
Taschengeld	0,12	-	0,12	0,14	0,13	-	-	-	-	-	0,12
Einkommen	-	-	-	-	0,30	-	-	-	-	-	-
R ²	0,215	0,038	0,16	0,094	0,23	0,02	0,23	0,09	0,007	0,046	0,09

Tab. 11: Multivariate Analyse der anderen Determinanten des Ernährungsverhaltens

Ökonomische Ressourcen

Auch in der multivariaten Analyse zeigt sich, dass Jugendliche von ihrem Taschengeld vornehmlich Snacks, Süßigkeiten, Süßgetränke und Fleisch konsumieren, während zusätzliches Einkommen aus Nebenjobs nur positive Effekte auf den Konsum von Drogen hat.³⁰ Die Verfügbarkeit finanzieller Mittel ermöglicht im hohen Maße das außerhäusliche Essen und Konsumieren, und dies bedeutet bei Jugendlichen: Hamburger oder Döner essen, sich eine Cola oder eine Sprite kaufen, in der Pause zum Bäcker laufen und sich ein Stück Kuchen kaufen oder Alkohol oder Zigaretten zu konsumieren.

Geschlecht

Im Hinblick auf das Geschlecht der Jugendlichen bestätigt sich, dass sich männliche Jugendliche weniger gesund ernähren als weibliche: Sie nehmen mehr Snacks, Süßgetränke und Fleisch zu sich, essen aber deutlich weniger Obst und Gemüse als die Mädchen. Die geschlechtsspezifischen Leitbilder, wie sie bereits oben genauer betrachtet wurden, zeigen ihre Wirksamkeit.

³⁰ Erstaunlicherweise hat das Taschengeld einen, wenn auch schwachen, Effekt auf den Verzehr von Kartoffeln, der aber schwierig zu interpretieren ist.

Bilanzierung der wichtigsten Ergebnisse

Die wichtigsten Analyseergebnisse bezüglich der untersuchten anderen Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten der Jugendlichen sind:

- Weibliche Jugendliche ernähren sich gesünder als männliche Schüler und Jugendliche mit viel Ernährungswissen ernähren sich ebenfalls gesünder.
- Zu einer eher gesundheitsabträglichen Ernährung dagegen führen eine Notwendigkeitshaltung gegenüber dem Essen und der Besitz von viel Taschengeld.



**QUALITATIVE UNTERSUCHUNG:
JUGENDLICHE LEBENSSTILE UND
ERNÄHRUNGSVERHALTEN
ILLUSTRIERT MIT BEISPIELEN AUS DEN
LEITFADENINTERVIEWS**

Die Auswertung der qualitativen Interviews soll darüber Aufschluss geben, in welche alltäglichen Routinen und Lebensstile das Ernährungsverhalten der Schüler eingebettet ist. Während die quantitativen Auswertungen lediglich statistische Zusammenhänge zwischen bestimmten Variablen liefern, besteht hier die Möglichkeit, an den Ausführungen der Jugendlichen selbst nachzuvollziehen, auf welche Weise bestimmte Lebensstilschemata mit bestimmten Schemata des Ernährungsverhaltens zusammenhängen, welche Interpretationsleistungen und Deutungen die Schüler selbst erbringen müssen, um das Ernährungsverhalten zu konstruieren und welche Präferenzen sie dabei zum Ausdruck bringen. Dieses Ziel scheint uns am besten in Form von Fallanalysen zu erreichen zu sein. Am Beispiel jeweils eines Vertreters³¹ einer bestimmten Lebensstilorientierung soll das Zusammenwirken von sozialer Herkunft, Lebensstilen und Ernährungsverhalten illustriert und gleichzeitig der auf der Basis der standardisierten Befragung beschriebene Befund, dass mit den verschiedenen jugendlichen Lebensstilen unterschiedliche gesunde bzw. ungesunde Ernährungsweisen verbunden sind, vertieft und untermauert werden. Wir haben dazu alle transkribierten Interviews durchgesehen und einer typologischen Analyse unterzogen, indem wir versucht haben, die jeweiligen Interviews einem der verschiedenen jugendlichen Lebensstile zuzuordnen (Mayring 1999:105f).

Unsere Analysen haben gezeigt, dass die Lebensstilschemata der Jugendlichen einen deutlich größeren Einfluss auf ihr Ernährungsverhalten haben als die Lebensstile ihrer Eltern. Dies deutet darauf hin, dass Jugendliche des hier untersuchten Alters schon relativ selbständige Präferenzen entwickelt haben und über ihre Ernährung entscheiden. Insofern konzentrieren wir uns im Folgenden auf eine zusammenfassende Darstellung der wichtigsten Zusammenhänge zwischen der Lebensstilorientierung der Jugendlichen und deren Ernährungsverhalten.

Zur Erinnerung sei hier nochmals wiederholt, dass von den Lebensstilen der Jugendlichen drei – die beiden spannungsorientierten Lebensstile und die fernsehorientierte Lebensweise – einen negativen Einfluss und zwei – nämlich das Hochkultur- und das Sportschema – einen positiven Einfluss auf ihr Ernährungsverhalten haben.

31 Zur Wahrung der Anonymität wurden die Namen in den Fallbeispielen geändert sowie alle persönlichen Angaben, die Rückschlüsse auf die Identität zulassen würden, entsprechend verschlüsselt bzw. adäquat ersetzt.

5.1 Hochkulturorientierung und gesundes Ernährungsverhalten

Hochkulturorientierte Jugendliche verbringen ihre Freizeit mit Bücher lesen, Theaterbesuchen, Musik hören – vor allem Klassik – und mit eigenem Musizieren. Im Vergleich zu den anderen Lebensstilgruppen liegt ihr Fernsehkonsum unter dem Durchschnitt; sie sind auch deutlich weniger spannungsorientiert, sei es in der außenorientierten Variante (in die Kneipe gehen, mit Freunden herumhängen) oder in der häuslichen Variante (Comics lesen, Computerspiele machen etc.).

Mit dieser Hochkulturorientierung geht eine Präferenz für eine gesunde Ernährung einher: Vollkornbrot, Obst und Gemüse und Milchprodukte werden deutlich überdurchschnittlich konsumiert, Süßgetränke wie Cola, Snacks zwischendurch und auch Drogen werden deutlich unterdurchschnittlich konsumiert (vgl. *Tabelle 7* auf S. 55). Dieser Zusammenhang zwischen einer Hochkulturorientierung und spezifischen Ernährungsweisen lässt sich recht gut an der 16-jährigen Anne illustrieren:

Anne hat noch drei jüngere Geschwister. Die Mutter ist Pädagogin, der Vater Bankangestellter. Die Familie wohnt etwas außerhalb von Leipzig in einem großen Haus mit Garten. Die Familie ist vor einigen Jahren nach Leipzig umgezogen. Anne besucht die Thomasschule in Leipzig, also eines der „besseren“ Gymnasien der Stadt. Sie ist 1,67 m groß, wiegt 53 kg, trägt ihr schulterlanges, aschblondes Haar zu einem Zopf gebunden und eine Brille; zusammen ergibt dies ein äußeres Erscheinungsbild, das einen kontrollierten, zugleich recht freundlichen Eindruck hinterlässt. Dieser äußere Eindruck korrespondiert mit der alltäglichen Lebensführung von Anne.

Da die Familie außerhalb von Leipzig wohnt, müssen die Kinder um halb sieben aufbrechen, um rechtzeitig zur ersten Stunde in der Schule zu sein. Das frühe Aufstehen wird zwar nicht als angenehm empfunden, aber ohne Murren hingenommen. Nach der Schule hat Anne ein recht dichtes Freizeitprogramm: Neben Musik hören, Bücher lesen und Badminton spielen, musiziert sie selbst und bekommt Musikunterricht. Anne spielt Cello und Harfe und singt zugleich im Chor. Diese extensive und intensive hochkulturelle Freizeitorientierung führt zu einem dichten Terminkalender: *„Donnerstag sieht es so aus, dass ich nach der Schule zum Cellounterricht gehe, da habe ich dann zwei Stunden Cellounterricht. Danach treff' ich mich mit ein paar Freunden. Vor dem Orchester sitzen wir dann alle in der Musikschule und unterhalten uns oder wir gehen noch mal kurz in die Stadt oder setzen uns in den Park, dann hab ich dann noch 2,5 Stunden Orchester danach. Also, das ist so der Donnerstag. Und heute jetzt, wenn ich dann hier fertig bin, dann hab ich halt Harfeunterricht und danach gehe ich noch zum Trio... Das ist ganz schön lang, aber ich würde es nicht aufgeben, weil es so ein Spaß macht“* (Interview 219:4).

Mit dieser dominant hochkulturellen Orientierung korrespondiert eine Indifferenz, zum Teil eine Abneigung gegenüber anderen Lebensstilen. Der Fernseher bleibt meist ausgeschaltet, der Vater guckt manchmal die Tagesschau, die kleineren Geschwister den Sand-

5

mann; Anne selbst „*guckt eigentlich nie, oder ganz selten Fernsehen*“ (Interview 219:6). Auch eine spannungsorientierte Freizeitgestaltung ist ihr fremd: Weder ist sie für Computerspiele oder Internet zu begeistern, noch schätzt sie es, mit Freunden einfach nur herumzuhängen, in Einkaufszentren zu bummeln oder häufig in Kneipen oder ins Kino zu gehen. Auf die Frage, ob sie denn abends nochmals rausgeht, antwortet Anne: „*ich lauf noch 'ne Runde oder spiele Badminton mit meinem Bruder*“ (Interview 219:6).

Durch welches Ernährungsverhalten zeichnet sich nun Anne aus und in welcher Beziehung steht dieses zu der hochkulturellen Freizeitorientierung? Beginnen wir mit dem an einem normalen Wochentag stattfindenden Frühstück. „*Also bei uns gibt es morgens dann immer Müsli, und ja zum Frühstück unterhalten wir uns dann, und meistens gibt es dann was Warmes zu trinken, aber meistens Orangensaft und dann halt so die unterschiedlichsten Arten Müsli. Ja und ich esse meistens so Vollkornmüsli und schneid mir Bananen rein*“ (Interview 219:2). Die Eltern achten darauf, dass Anne ein Schulbrot mitnimmt. Wenn sie lange in der Stadt bleibt, dann kauft sie sich zwischendurch etwas zu essen. „*Also wenn ich in der Musikschule bin, da ist ein Bäcker gegenüber, dann kauf ich mir meistens ein Vollkornbrötchen, weil die so gut schmecken. Wenn ich mir was leiste, dann kauf ich mir mal ein ' Berliner oder so was leckeres Süßes, und meine Mutter sagt immer, ich soll mir einen Salat kaufen, aber der ist immer so teuer*“ (Interview 219:4). Und etwas später im Interview sagt Anne: „*Also manchmal ess ich ein Brötchen und manchmal, bei unserer Schule gegenüber ist eine Kaufhalle, da kauf ich dann Quark dazu*“ (Interview 219:5).

Süßigkeiten, wie ein Berliner, werden von Anne als Ausnahme, bei der man sich etwas leistet, interpretiert. In der Regel ernährt sie sich zum Frühstück und während des Tages mit Produkten, die als gesund eingestuft werden. Manchmal geht Anne nach der Schule auch mit einer Freundin nach Hause. Die beiden Mädchen kochen sich dann „*meistens Nudeln mit irgendwelchen Käsesaucen*“ (Interview 219:5). Das Abendessen findet dann wieder im Familienkreis statt. „*Also wir essen eigentlich immer Brot mit Aufschnitt. Tee gibt's bei uns zum Abendbrot und dann halt Gurken, geschnitten, und Tomaten, na, wenn mein Vater Abendbrot macht, der macht dann immer einen Riesenobststeller, die werden immer nicht alle, oder die werden doch alle, aber es kommt drauf an, wie lange wir dann sitzen. Aber ansonsten, also ich ess gerne Joghurt zum Abendbrot. Das ist schön frisch*“ (Interview: 219:5). Frisch ist für Anne ein durchgehendes Kriterium für gutes Essen: Sie mag Joghurt, frisches Obst, frisches Gemüse und frisch gepresste Obstsaft.

Etwas anders sieht das Essen am Wochenende und an Festtagen, wie dem eigenen Geburtstag, aus. Am Wochenende, an dem nicht die Mutter, sondern der Vater das Frühstück macht, gibt es Brötchen und Sonntags ein Ei dazu. Die Marmelade kommt aus dem eigenen Garten. Gerade das Frühstück am Sonntag wird zelebriert. „*Das Wochenendfrühstück ist immer etwas Besonderes sozusagen*“ (Interview 219:3): Man lässt sich mehr Zeit, das Angebot ist reichhaltiger.

Da die Familie religiös ist, wird vor dem Essen entweder gesungen oder ein Andachtswort gesprochen. Das gemeinsame Essen dient dem wechselseitigen Austausch darüber, was man erlebt hat. Anne mag, wenn der Tisch schön gedeckt ist: „*Tischdecke, also gebügelte Tischdecken. Dann schönes Geschirr, also ich mag zum Beispielspiel auch dieses blaue Geschirr, dann Servietten, Kerzen, ja das ist es eigentlich. Blumen, muss aber nicht sein, aber ist schön. Ich mag gerne einen bunten Strauß, also nicht nur Tulpen oder Nelken oder*

so was. Am schönsten ist eigentlich Mohn und Wiesenblumen, durcheinander halt“ (Interview 219:9).

Zum Geburtstag lädt Anne Freunde in den Garten ein. *„Beim letzten Mal, da waren halt ziemlich wenige da, da haben wir Raclette gegessen. Wenn viele da sind, dann machen wir meistens Büfett und Salate oder grillen und jeder kann sich nehmen, was er will. Und letztes Mal haben wir halt Raclette gegessen, das war eigentlich sehr schön, weil, da sitzt man lange zusammen und es ist auch schön, dass man immer so kleine Portionen hat und die man so reinschiebt. Und dann kann man selber kreieren, was man so gerne haben will, doch, das ist eigentlich immer sehr schön gewesen ... Und zum Trinken gibt's Verschiedenes. Zu trinken gibt's halt Saft und Limonade und Bowle (Lachen). Ich persönlich trinke gar nicht gerne Alkohol, weil, es schmeckt mir einfach nicht. ... Alkohol, ja aber ich mag es nicht so gerne, wenn sie sich bei uns besaufen. Also, dann total zugesoffen im Garten rumliegen, also das können die woanders machen“ (Interview 219:10).* Anne feiert ihren Geburtstag mit ihren Freunden bei sich zu Hause, der Abgrenzungsbedarf gegenüber den Eltern scheint gering zu sein. Und auch in der Ernährungsweise folgt sie dem Muster, das sie aus dem Elternhaus kennt: Sie legt Wert auf Geselligkeit und gute Unterhaltung, das Essen ist nicht zu üppig und gesund, Alkohol und andere Drogen sind unerwünscht, insgesamt also ein „wohltemperiertes Setting“ mit gesundem Essen. Das Zusammenspiel von hochkulturorientierter Lebensführung und gesunder Ernährung, das sich in der quantitativen Auswertung als signifikant erwiesen hat, wird durch den Lebensstil Annes idealtypisch zum Ausdruck gebracht.

5

5.2 Sportorientierung und gesundes Ernährungsverhalten

Auch der Lebensstil einer Sportorientierung geht weitgehend mit einer gesunden Ernährungsweise einher. Jugendliche, die einen sportorientierten Lebensstil präferieren, also selbst aktiv Sport betreiben, Mitglied in Sportvereinen sind und Sportveranstaltungen besuchen, sind gleichzeitig weniger fernsehorientiert. Unsere Analysen haben gezeigt, dass sich auch die sportorientierten Jugendlichen insofern gesünder ernähren, als sie häufiger als andere Jugendliche Obst und Gemüse, Milchprodukte und Vollkornbrot essen. Sie sind zugleich ernährungs- und gesundheitsbewusster als der Durchschnitt ihrer Altersgenossen. Katja, 16 Jahre alt, verkörpert in ihren Handlungsweisen den Typus eines sportorientierten und gleichzeitig gesunden Lebensstils:

Katja besucht ebenfalls die Thomasschule. Sie ist 1,71 m groß, wiegt 56 kg, trägt schulterlanges, dunkles Haar. Sie ist Einzelkind, beide Elternteile sind berufstätig, die Mutter ist technische Angestellte, der Vater Unternehmensmanager. Zum Interview erschien sie in Hüftjeans, Träger-Shirt mit einem breiten Gürtel und violettfarbenen Stiefeln mit Schlan-

genmuster. Im Vergleich zu Anne wirkt sie aufgelockerter, auch etwas erlebnisorientierter. Zusammen mit ihren Eltern wohnt Katja in einem Haus in Böhlitz-Ehrenberg. Ihre Familie ist nach ihrer Beschreibung eine intakte Familie, die Dichte der Kommunikation scheint aber geringer zu sein als in der Familie von Anne – die drei Familienmitglieder gehen im stärkeren Maße ihre individuellen Wege. Dies zeigt sich auch bei den Mahlzeiten. Da beide Elternteile berufstätig sind, nimmt Katja das Mittagessen meist alleine ein; auch das Abendessen wird nicht immer zusammen im Familienverband eingenommen, sondern in unterschiedlichen Konstellationen, je nachdem, wer gerade anwesend ist.

Neben Oboespielen und Musikhören gehört Sporttreiben zu den wichtigsten Freizeitaktivitäten von Katja. Sie spielt sehr gerne und sehr häufig Tennis. Dies hat sie mit beiden Elternteilen gemeinsam, die ebenfalls sportaktiv sind. Die Sportorientierung von Katja geht einher mit einer Abgrenzung gegenüber anderen Lebensstilorientierungen: der Fernseher bleibt meist ausgeschaltet, Herumhängen, z.B. in der Fußgängerzone, ist nicht ihre Sache. Allerdings weist sie eine leichte Affinität zu einer spannungsorientierten Lebensführung insofern auf, als sie gerne ausgeht und Diskos besucht. Damit korrespondiert auch, dass der Tagesablauf von Katja – im Unterschied zu Anne – geringer verplant und geregelt ist, so dass sie nach der Schule *„erst mal ‘ne Runde rumgammelt und dann mit dem Hund spazieren geht“* (Interview 236:5).

Durch welches Ernährungsverhalten zeichnet sich Katja aus und in welcher Beziehung steht dieses zu der sportorientierten Freizeitgestaltung? Während der Woche frühstückt Anne alleine. *„Ja, meine Mutter hat da immer so ein Reformhausmüsli, das ist mit Nüssen, und das ist super lecker. Und dann ess ich morgens ein’ Teller Müsli, weil, das ist erst mal ein bisschen was im Magen, weil, so viel kann man morgens nicht essen, und dann trinke ich mein Glas Molke (Lachen), ganz brav. Doch, meine Mutti möchte das gerne, weil sie sagt, das ist gesund und das bringt den Darmkreislauf erst mal in Takt, so am Morgen“* (Interview Nr. 236:2). Die eigene Begründung für dieses gesunde Frühstück folgt im Interview gleich hinterher: *„Das ist lecker. Dass es mich nicht total voll stopft, also ich könnte mich morgens nicht hinsetzen und irgendwelche dicken Stullen essen mit irgendwelchen Gehackten drauf oder so. Ich mag es total gerne, Früchte zum Frühstück zu essen, weil die ziemlich gut schmecken, da fühle ich mich einfach frisch, also es muss alles irgendwie ein bisschen frisch sein, dann hab ich auch so den richtigen Elan für den Tag“* (Interview 236:2). Diese Begründung deutet darauf hin, dass neben dem Gesundheitsmotiv eine „Fit-sein“-Orientierung die Auswahl des Essens bestimmt, die konsistent ist und zu der Sportorientierung der Freizeitgestaltung passt. In die Schule nimmt Katja *„Stullen noch mit und ansonsten Obst und ‘ne Flasche Wasser“* (Interview 236:3). Zusätzlich kauft sie sich häufig Brötchen oder Studentenfutter mit Nüssen: *„Weil, ich war bei einer Heilpraktikerin, und wir haben halt so meinen ganzen Typ erstellt und all so was. Äm, und die hat mir halt gesagt, dass das ziemlich wichtig für mich ist, dass ich halt Nüsse und so etwas esse und das mag ich halt so total gerne“* (Interview 236:3).

Die gesunde Ernährung geht bei Katja einher mit einer Abneigung und ablehnenden Haltung gegenüber Fleisch, vor allem fettem Fleisch. Dazu erzählt Katja folgende Geschichte: *„Mein Freund hat früher immer noch so Bratwürste, also ich war halt früher auf einem Internat und da gab’s so ein Bratwurststand dort hinten immer, frag mich, was der da gesucht hat, aber na ja (Lachen). Auf jeden Fall ist er da immer in den Pausen hingedackelt und hat sich diese übelst fetten Bratwürste geholt und das*

ist so eklig. Und nachdem ich ihm erzählt hab, dass mehr und mehr sein Waschbrettbauch schwindet, hat er das auch aufgegeben und hat mir ganz stolz erzählt, dass er auch keine Chips und so was mehr isst“ (Interview 236:5). Die Distinktion der eigenen Ernährungsweise von der fetten Kost der Bratwürste wird durch die Äußerung von Ekel und eine sprachliche Distanzierung wie „so Bratwürste“ hergestellt; die Bratwürste selbst werden nicht nur als eklig, sondern als einer guten Körperform (Waschbrettbauch) abträglich interpretiert, was nochmals den körper- und sportorientierten Lebensstil unterstreicht. Auch Katja holt sich manchmal eine Packung Chips, aber sie interpretiert dies selbst als eine „Kaloriensünde“. Wenn Katja mittags zu Hause ist, kocht sie sich selber eine Kleinigkeit: Meist Pasta mit Gorgonzola, häufig auch Spinat. Pasta und Rucola-Salat gehören auch zu ihren Lieblingsspeisen. Abends gibt es bei Katja zu Hause meist Salate und Brot. Auch dafür hat Katja eine Erklärung: „Es ist einfach total leicht und ich meine, es ist auch wieder so ein bisschen dieses Kaloriendenken dahinter, also, dass man sich eigentlich abends nicht mehr mit irgendwas voll hauen will, weil man das sowieso nicht richtig verdaut. Und außerdem ist es lecker“ (Interview 236:6).

Fit sein und das Vermeiden von Völlegefühlern scheinen die dominante Essensorientierung von Katja zu sein, begleitet von einer reflexiv eingeholten Gesundheitsorientierung. Diese Ernährungsorientierung ist konsistent und kompatibel mit der sportorientierten Freizeitgestaltung. Insofern bildet sie ein gutes Beispiel für den aus der quantitativen Untersuchung herausgefundenen Zusammenhang zwischen einem sportorientierten Lebensstil und einer gesunden Ernährung.

5

5.3 Fernsehorientierter Lebensstil und gesundheitsabträgliche Ernährungsweise

Auch wenn eine fernsehorientierte Freizeitgestaltung positiv korreliert mit den beiden spannungsorientierten Lebensstilen (vor allem mit der innerhäuslichen Spannungsorientierung), so zeigen die empirischen Analysen doch, dass die Fernsehorientierung ein eigenständiges Schema darstellt, das mit einem spezifischen Ernährungsmuster korreliert: mit einer Vorliebe für Süßgetränke und einem unterdurchschnittlichen Konsum von Obst und Gemüse, Milchprodukten und Vollkornbrot.

Marc besucht eine Mittelschule in einem Vorort von Leipzig. Er ist 15 Jahre alt, 1,78 m groß und wiegt 80 kg. Er wohnt mit seiner Mutter, die als Altenpflegerin tätig ist, seinem Vater (zu diesem fehlen Angaben über Beruf und Tätigkeit) und seiner Schwester in einer 3-Zimmer-Wohnung. Zum Interview kam er in einer hellgrauen kurzen Hose, einem T-Shirt und in Turnschuhen. Während des Gesprächs verhielt er sich sehr zurückhaltend, gab nur sehr kurze Antworten, nachdem er vorher recht lange überlegt hatte.

Die Hauptfreizeitbeschäftigung von Marc besteht aus Computerspielen und vor allem aus Fernsehen. Nach der Schule schaut er „*Tooltime*“, *äm*, und dann guck ich noch meistens *,RTL Shop'*. Und am Wochenende gucke ich dann meistens auch noch *,Junior'* oder *,Die Simpsons'* abends. Tja und abends, wenn ich dann im Bett lieg, dann guck ich meistens auf Sat1 *,Helicops'* oder *,Kommissar Rex'* oder *,Star Gates'*. Das sind meine Lieblingssendungen“ (Interview 331:3). Neben dem Fernsehen spielt er manchmal etwas Basketball oder Fußball, oder er fährt mit Freunden mit dem Fahrrad etwas herum, „und dann noch ein bisschen quatschen vor der Haustür“ (Interview 331:3). Das steuernde Prinzip seiner Freizeitbeschäftigung ist Ablenkung und Überflutung der Sinne mit einer passiven Grundorientierung.

Wie ernährt sich Marc und in welchem Zusammenhang steht seine Ernährungsweise mit seiner Fernsehorientierung? Marc macht sich morgens sein Frühstück allein – Toastschnitte mit Nutella. Wichtig beim Frühstück ist für ihn, „dass viel drauf ist von Nutella auf der Toastschnitte“ (Interview 331:2). Mittags isst er in der Schule. Da gibt es „*Milchreis, Nudeln, kalte Pizza, Chips, Trinken, kleine Süßigkeiten, Snacks*“ (Interview 331:3). Wenn er danach nach Hause kommt, holt er sich noch eine Portion Cornflakes und setzt sich vor den Fernseher. Der Fernseher ist auch beim Abendessen von besonderer Bedeutung. Auf unsere Frage, was ihm beim Abendessen besonders wichtig sei, antwortet Marc: „*Na, dass ich Fernsehen gucken kann, dass ich das meiste kriege, dass ich 'ne gute Sitzposition hab zum Fernsehgucken und zum Trinken*“ (Interview 331:4).

Die Menge an Essen scheint auch bei anderen Gelegenheiten ein wichtiges Kriterium für Marc zu sein. An einer Familienfeier gefällt ihm entsprechend besonders gut, dass es jede Menge Kuchen gibt. Wir haben die Jugendlichen auch gefragt, welches Essen ihrer Wahl sie ausrichten würden, wenn sie genug Geld hätten. Marcs Antwort: „*Also, ich würd erst mal für genug Leute reservieren, die mitkommen möchten. Dann würde ich erst mal Getränke für jeden, so viel, wie er möchte. Dann würde ich noch 'ne Vorspeise, 'ne Suppe. Und dann Hauptspeise, Eisbein mit Sauerkraut, Kartoffeln mit Sauce. Und Nachspeise ein riesengroßen Becher Eis. Ja, und dann noch mal Getränke*“ (Interview 331:5). Auch an diesem Wunschessen kann man erkennen, dass die Essensmenge für Marc ein wichtiges Kriterium zur Bestimmung der Güte eines Essens ist. Qualitätsgesichtspunkte oder Gesundheitsüberlegungen sind für ihn offensichtlich nicht bedeutsam.

Die fernsehorientierte Freizeitbeschäftigung und die spezifische Essensorientierung werden bei Marc durch ein gemeinsames Prinzip zusammengehalten, das man vielleicht mit „sich füllen“ beschreiben kann: Er füllt sich permanent mit Essen, Snacks und Getränken, und er füllt sich – dabei selber in einer passiven Rezeptionshaltung verharrend – mit Fernsehunterhaltung.

5.4

Außerhäusliche Spannungsorientierung und gesundheitsabträgliche Ernährungsweise

Jugendliche, die einem außerhäuslichen Spannungsschema folgen, haben ihre Freizeitaktivitäten dominant auf außerhalb des Zuhauses gerichtet und sind im Vergleich zu den anderen Lebensstilorientierungen am stärksten in Freundschaftsnetzwerke verwickelt; die von ihnen präferierten Aktivitäten umfassen: in die Disco gehen, mit Freunden herumhängen, bummeln, in die Kneipe gehen, ins Kino gehen, Rock-, Pop- oder Technomusik hören. Die Freizeitbeschäftigungen sind gerichtet auf Ablenkung, Spannung und Erlebnis. Statistisch geht diese Lebensstilorientierung einher mit einem bestimmten Ernährungsmuster: Süßigkeiten und Süßgetränke werden bevorzugt, Snacks wie Pommes frites, Hamburger oder Döner erfreuen sich einer überdurchschnittlichen Beliebtheit, und auch Alkohol und Zigaretten werden überdurchschnittlich konsumiert. Wir haben das Interview mit dem 15-jährigen Jan ausgewählt, um diesen Typus beispielhaft zu illustrieren.

Jan besucht eine Mittelschule in einem Leipziger Vorort, er ist 1,71 m groß, hat dunkelblondes, sehr kurz geschnittenes Haar, einen zierlichen Körperbau (52 kg) und trägt eine Brille. Jan hat keine Geschwister, seine Mutter arbeitet als OP-Schwester, sein Vater ist als Angestellter bei einer Versicherung beschäftigt. Zum Interview trug Jan ein T-Shirt, darüber einen dunkelblauen Pullover, eine sehr weite Jeans und Bootsschuhe.

Jans Eltern sind in ihrem Freizeitverhalten stark außenorientiert: Sie gehen häufig ins Restaurant, ins Kino oder in die Kneipe. Ganz ähnlich der Sohn: Jan geht gerne ins Kino, *„hauptsächlich in Filme, wo Action drin ist. Also zum Beispiel diese ‚Stirb langsam‘-Trilogie, das finde ich immer wunderbar“* (Interview 342:6). Neben Kinobesuchen hängt Jan gerne zusammen mit Freunden in der Fußgängerzone herum, surft häufig im Internet, vor allem aber ist er ein Fan von Hip-Hop-Musik und ist Mitglied einer Gruppe von Gleichgesinnten, mit denen er seine Freizeit verbringt. *„Ich hab ‘ne eigene Crew. Wie man vielleicht sieht an der Hose, Hip-Hop und so ‘ne. ... Wir sind ja alle so Hip-Hop-mäßig. Und das ist ja so ein Problem in der Öffentlichkeit, dass man Hip-Hop nur als Musik ansieht, von Kommerz her. Aber wir teilen uns halt auf, wir sind so eine Gruppe, also ‘ne Crew, und haben uns halt so verschiedene Namen, die uns halt so in Kopf gekommen sind. Und jeder macht halt was für sich, der eine macht Graffiti, der andere rappt, der breakdancet. Und ich mach halt meinen Teil als DJ“* (Interview 342:4). Während Jan auf den Plattenspielern seine Hip-Hop-Musik zusammenstellt, rappt sein Freund zu der Musik. Auch das Surfen im Internet ist durch seine Vorliebe für Hip-Hop strukturiert: Er partizipiert an entsprechenden Chatgroups, informiert sich über neueste Entwicklungen und lädt sich die entsprechende Musik herunter. Nicht untypisch für Jugendliche aus dem spannungsorientierten Milieu verfügt auch Jan über ein Handy.

Schauen wir uns das Ernährungsverhalten von Jan an: Während der Woche findet er wenig Zeit zum Frühstück; er steht um 6.30 Uhr auf, muss um 6.50 Uhr aus dem Haus, und da bleibt in der Regel keine Zeit, überhaupt zu frühstücken. Statt dessen nimmt Jan Brote mit,

5

die seine Mutter ihm gemacht hat: „*Meistens ist es ein normales Brot, eine Schnitte mit Wurst drauf, Bierschinken oder so was. Und dazu vielleicht noch ein Schokoriegel oder so. ‚Yes‘ oder wie das heißt. Und manchmal ist es auch ein Brötchen*“ (Interview 342:2). Die Vorliebe für Süßigkeiten setzt sich in der Schule fort: Zwar verfügt Jan nicht über sehr viel Geld, wenn es aber finanziell möglich ist, kauft er sich in der Pause „*ein Donut, die gibt es jetzt neu bei uns, oder ein Schokoriegel, aber was Süßes halt. Jetzt nicht was Anspruchsvolles*“ (Interview 342:3). Dazu kauft er sich meist noch eine Sprite. Sprite ist ohnehin sein Lieblingsgetränk, das er auch zwischendurch und zum Abendbrot trinkt. Nach der Schule geht er meist direkt nach Hause. Ein eigentliches Mittagessen gibt es dort nicht. „*Pudding, Joghurt und all so was. Wir haben das zwar, da gibt es ja diese Fünfminutenterrinen, und so was mach ich mir mal schnell, weil ich bin nicht sehr gut begabt im Kochen, und dann mach ich mir halt diese Fünfminutenterrine. Das kann ja jeder machen. Oder ich nehm mir was Süßes aus dem Kühlschrank, was vielleicht nicht den Hunger stillt, aber eben den Appetit befriedigt*“ (Interview 342:4). Ist der Kühlschrank leer, dann geht Jan ins Café und bestellt sich eine Kleinigkeit oder holt sich einen Döner. Kochen kann Jan überhaupt nicht, interpretiert dies aber als einen nicht änderbaren Zustand. Denn auf die Frage, ob er denn manchmal zusammen mit Freunden etwas kocht, antwortet er: „*Wenn wir es könnten, dann würden wir es bestimmt machen, weil, ich finde Kochen recht interessant. ... Äm, aber da wir es nicht können, machen wir es auch nicht und wir haben auch nie die Zeit eigentlich dafür*“ (Interview 342:5). Auch das Abendessen wird häufig nicht zusammen mit den Eltern eingenommen: „*Äm, wir essen erst mal nicht zusammen Abendbrot. Ganz selten. Am Mittwoch, heute muss ich es wieder ertragen, also ich hab nichts gegen meine Eltern. Meine Eltern sind vollkommen in Ordnung, also nicht, dass es so ist, dass bei uns irgendwelche Konflikte herrschen. Aber es ist einfach, na ja, dann stell ich mir halt wieder vor, was ich machen könnte, wenn ich nicht am Abendbrottisch sitzen würde, sondern in meinem Zimmer. Und, äm, deswegen kommt meine Mutter halt rein und fragt, ob ich schon Hunger habe. Und ja, ich bin so ein kleines Mutterkind. Und dann gibt's halt meistens Schnitte, also zwei Schnitten und einen Apfel, weil meine Mutter – also ich bin eigentlich nicht so gesundheitsbewusst, dass ich jetzt, äm, unbedingt drauf jetzt bestehe, jetzt Gemüse oder was anderes zu essen, was gesund ist. Da hab ich mich erst letztens mit meinem Freund drüber unterhalten. Also, wenn ich wählen könnte zwischen einem Broccoli-auflauf und 'nem schönen Steak, dann würde ich mich bestimmt für das Steak entscheiden. Na ja, meine Mutter kommt dann halt rein, stellt mir's hin und ich guck dann Fernsehen oder bin im Internet. ... Äm, da gibt's so eine schöne Wurst, die schmeckt mir persönlich, das ist so wie Bierschinken, bloß mit solchen kleinen Käsestückchen halt, das schmeckt mir halt, solche kleinen Käsestückchen sind da noch drinne, so Schmelzkäse. Das schmeckt mir eigentlich ziemlich gut*“ (Interview 342:7). Auch bei der Frage, welches Essen er für seine Freunde ausrichten würde, wenn er ausreichend Geld zur Verfügung hätte, kommt Jan nicht auf die Idee, zu Hause selber ein Essen auszurichten. Er würde alle seine Freunde ins Steakhaus einladen.

Die Essensorientierung von Jan folgt einer Schnell-Imbiss-Logik: Essen darf nicht viel Zeit kosten, ist eine solitäre und keine gesellige Veranstaltung, die keinen Eigenwert besitzt, sondern sich in den sonstigen Tagesablauf einfügen muss. Die Produkte sollten vor allem appetitlich sein und eine Erlebnisqualität besitzen, Gesundheitskriterien spielen dabei keine Rolle. Snacks, Süßigkeiten, Sprite und Fertigmkost gilt die Vorliebe. Dieses Ernährungsmuster passt recht gut zu der spannungsorientierten außerhäuslichen Freizeitorientierung von Jan, die auf Erlebnis und Action hin orientiert ist.

5.5

Innerhäusliche Spannungsorientierung und gesundheitsabträgliche Ernährungsweise

Unter die Lebensstilorientierung einer innerhäuslichen Spannungsorientierung fallen diejenigen Jugendlichen, die ihre Freizeit vor allem und in erster Linie zu Hause verbringen und dort Aktivitäten nachgehen, die auf Ablenkung und Action hin ausgerichtet sind. Darunter fallen: Musik hören, Videos gucken, Computerspiele machen, Zeitschriften und Comics lesen, im Internet surfen und ein überdurchschnittlicher Fernsehkonsum. Aus unseren quantitativen Analysen geht hervor, dass diese Freizeitausrichtung verbunden ist mit einem erhöhten Konsum von Fleisch, Süßigkeiten, Süßgetränken und Snacks und damit insgesamt auf eine weniger gesunde Ernährung hinweist. Wir wollen auch diesen Typus beispielhaft an einer Einzelfallanalyse illustrieren.

Thomas besucht ein Gymnasium, ist 16 Jahre alt, 1,72 m groß und mit 83 kg faktisch, aber auch von seiner äußeren Erscheinung her, übergewichtig. Er trägt sein dunkelblondes Haar sehr kurz und ist Brillenträger. Zum Interview kam er in T-Shirt, kurzer Hose und Turnschuhen. Zusammen mit seinen Eltern – die Mutter ist als Verwaltungsangestellte tätig, der Vater als Geologe – und seiner 19-jährigen Schwester bewohnt er eine 4-Zimmer-Wohnung. Im Interview erwies sich Thomas als sehr aufgeschlossen, er antwortete auf die Fragen überlegt und ausführlich.

Thomas verbringt seine Freizeit vor allen Dingen zu Hause, manchmal geht er mit seinen Freunden Minigolf spielen, selten geht er mit ihnen in die Kneipe oder ins Kino. Zu Hause spielt er meist mit seinem Computer, guckt Fernsehen oder liest Science-Fiction-Bücher, die ihm seine Mutter aus der Bibliothek mitbringt. Ein typischer Nachmittag sieht für Thomas folgendermaßen aus: *„Also, wie gesagt, erst mal nach Hause kommen, mittagessen. Dabei guck ich erst mal fern und, äm, wenn ich dann fertig bin, da geh ich meistens in mein Zimmer. Ja, was mach ich da? Manchmal höre ich ein bisschen Musik (Rock, Hip-Hop, Techno) und lese halt auch mal was, ja hauptsächlich ist eigentlich Computer spielen. Und manchmal, da bastele ich auch ein bisschen was. Manchmal, sag ich mal, weil früher war das noch mehr, Flugzeugmodelle baue ich manchmal, und dann geh ich auch in den Keller runter, um das zu machen. Aber sonst mach ich eigentlich nichts weiter“* (Interview 335:5).

Eine hochkulturelle Orientierung ist Thomas ebenso fremd wie ein sportorientierter Lebensstil. Er will in seiner Freizeit Ruhe haben und zugleich Ablenkung, und keine Anstrengungen bewältigen müssen. Diese zurückgezogene Grundhaltung äußert sich auch in seiner geringen Partizipation am Familienleben. Während Mutter und Tochter morgens vor der Schule zum Frühstück zusammen in der Küche sitzen, setzt sich Thomas in die Stube, schaltet den Fernseher an und frühstückt. Auch Familienfeiern mag er nicht: *„Eigentlich stört's mich da, dass die Wohnung so voll ist und dass die erst so spät wieder gehen“* (Interview 335:8). Die zurückgezogene Haltung von Thomas wird durch die Eltern gefördert. Gemeinsame Mahlzeiten sind eher selten: Mittags isst Thomas alleine, weil die Eltern beide berufstätig sind und die Schwester meist zu ihrem Freund geht, abends isst

5

Thomas meist allein mit seinem Vater. *„Meine Mutter und meine Schwester, die essen eigentlich grundsätzlich nicht mit, weil, die haben sich mal so eine Regel auferlegt, die essen nichts nach 18.00 Uhr“* (Interview 335:6). Und das Essen zusammen mit dem Vater zeugt auch nicht gerade von großer Geselligkeit: *„Jeder stellt das auf den Tisch, was er isst und äm, räumt das dann auch wieder ab. Und die Schnitten schmiert sich jeder selber dann“* (Interview 335:6). Auch am Wochenende findet zumindest kein gemeinsames Frühstück statt, weil die Kinder länger schlafen als die Eltern.

Mit dieser häuslichen und ablenkungsorientierten Freizeitorientierung geht bei Thomas ein für diesen Lebensstil typisches Essverhalten einher. Sein Frühstück besteht aus zwei Scheiben Brot mit Nutella *„und dann ess ich meistens dazu noch eine Scheibe mit Fisch, also entweder Brathering oder eingelegten Hering mit Tomatensauce oder in Salz eingelegte Heringe“* (Interview 335:2). Die Geschmacksorientierung ist dabei nicht auf Frische oder Gesundheit orientiert, sondern auf Menge und Sättigung. Auf die Frage, was ihm beim Frühstück besonders wichtig ist, antwortet Thomas: *„Dass man früh was zwischen die Zähne bekommt ... Hier geht's erst mal nur um Nahrungsaufnahme“* (Interview 335:2). Für die Schulpause schmiert ihm seine Mutter Schnitten mit Nutella und gibt ihm eine Flasche Orangensaft mit. Manchmal läuft er in der Pause zum Konsum und kauft sich eine Cola und beim Bäcker ein Brötchen oder ein Stückchen Kuchen. Zum Mittagessen zu Hause wärmt er sich meist Essen auf: *„Nudeln, Fleisch, Rotkraut. Und dann mach ich mir noch teilweise was dazu, manchmal was aus dem Gefrierschrank, 'ne Pizza oder so, und manchmal ess ich nur einfach Schnitte“* (Interview 335:4). Außer Rotkraut mag Thomas kein Gemüse, umso mehr mag er Fleisch. Etwa einmal die Woche isst Thomas mit Freunden außer Haus. Sie gehen dann zu einem Döner-Stand, *„weil, da haben wir jemanden, den kennen wir ganz gut, zu so einem Döner-Laden gehen wir immer hin, fast mindestens einmal die Woche“* (Interview 335:4). Häufig, vor allem am Wochenende, beschließt Thomas den Tag noch mit einem kleinen Snack aus dem Kühlschrank. Auf die Frage, was er machen würde, wenn er ausreichend Geld zur Verfügung hätte und eine Feier ausrichten würde, fällt Thomas im Hinblick auf das Essen nicht viel ein: Er würde beim Pizzaservice für jeden eine Pizza nach Wahl bestellen.

Satt werden und viel zu essen zu haben, dies scheint die dominante Essensorientierung von Thomas zu sein. Gesundheitsüberlegungen und sportliche Kriterien spielen bei ihm keine Rolle. Die Bevorzugung von fetten und süßen Speisen sowie eine Vorliebe für eine recht eingeschränkte Palette an Nahrungsmitteln bilden die Konkretisierung dieser Ernährungsorientierung. Dieses Ernährungsmuster ist bei Thomas gekoppelt mit einer häuslichen und auf Ablenkung und Spannung gerichteten Freizeitorientierung. Er stellt, wie unsere quantitativen Analysen gezeigt haben, mit dieser Kombination von Lebensstil und Ernährungsmuster keinen Einzelfall dar.

SOZIALSTRUKTURELLE BESTIMMUNGSGRÜNDE DER RELEVANTEN EINFLUSSGRÖSSEN DES JUGENDLICHEN ERNÄHRUNGSVERHALTENS



In den vorhergehenden Kapiteln ist deutlich geworden, dass die Lebensstilschemata der Eltern, vor allem aber die der Jugendlichen einen deutlichen Einfluss auf das Ernährungsverhalten der von uns untersuchten Schüler haben. In diesem Kapitel gehen wir entlang der in *Kapitel 2.2* entwickelten Modellvorstellung (vgl. dort *Abbildung 1*) der Frage nach, ob und in welchem Maße die Lebensstilorientierung der Jugendlichen selbst wiederum von sozialstrukturellen Faktoren und vor allem durch ihr Elternhaus und die Schule bestimmt wird.

Ob ein Schüler einem hochkulturellen oder einem fernsehorientierten Lebensstilschema folgt, mag im geringen Maße selbstbestimmt sein, wird im hohen Maße aber von den elterlichen Einflüssen, deren eigenen Lebensstilorientierungen, ihrer Bildung und sozialen Herkunft, und von den Einflüssen der Schule abhängen. Um diesen Zusammenhang näher zu beleuchten, soll im Folgenden zunächst die Homogenität der Elternhäuser – der elterlichen Lebensstilorientierungen und der Bildung der Eltern – analysiert und untersucht werden, welchen Einfluss die Lebensstilorientierungen der Eltern einerseits und die Schule andererseits auf die Lebensstile der Jugendlichen haben. Im Anschluss daran soll der Frage nachgegangen werden, inwieweit die Lebensstilorientierungen der Eltern durch sozialstrukturelle Merkmale erklärt werden können. Abschließend zu diesem Kapitel gilt es dann noch zu klären, ob und in welchem Maße die festgestellten anderen Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten – Ernährungswissen, Ernährungseinstellungen sowie die Verfügung über Geld – selbst wiederum ebenfalls von sozialstrukturellen Faktoren und vor allem durch das Elternhaus und die Schule bestimmt werden.

6.1 Sozialstrukturelle Bedingungen der jugendlichen Lebensstile

6.1.1 Homogenität der Elternhäuser

Der Einfluss der elterlichen Lebensstilorientierung auf die der Jugendlichen dürfte umso höher sein, je homogener die beiden Elternteile in ihrer sozialen Herkunft und ihrer eigenen Freizeitorientierung sind.

Ergebnisse der Analysen

Bildung der Eltern

Im Hinblick auf die Bildungsabschlüsse der Eltern zeigt sich eine hohe Homogenität der Elternhäuser. Dabei haben wir zur Vereinfachung lediglich drei Bildungsgruppen unterschieden:

- Hauptschulabschluss,
- mittlere Reife und
- (Fach-)Abitur.

Wie *Tabelle 12* ausweist, haben Männer mit mittlerer Reife und Abitur jeweils zu 80% eine Frau mit einem ähnlichen allgemein bildenden Schulabschluss. Lediglich bei den Hauptschulabsolventen zeigt sich eine geringere Homogenität, die allerdings leicht zu erklären ist. Da in der DDR der Hauptschulabschluss verhältnismäßig selten war (und dies auch in unserer Stichprobe), ist die Wahrscheinlichkeit relativ hoch, dass Personen aus der vergleichsweise kleinen Gruppe der Hauptschulabsolventen Personen mit einem höheren Schulabschluss als Partner haben. Wie aus der Tabelle hervorgeht, sind dies aber überwiegend Personen mit dem nächsthöheren Bildungsgrad, der mittleren Reife.

Bildung Vater \ Bildung Mutter	Hauptschule	Mittlere Reife	Abitur
Hauptschule	36,7	3,6	2,5
Mittlere Reife	53,3	80,2	15,7
Abitur	10,0	16,2	81,8
Gesamt	100,0	100,0	100,0
Kontingenzkoeffizient: 0,61			

Tab. 12: Bildungshomogenität von Vätern und Müttern (in Prozent)

Lebensstilorientierung der Eltern

Wir haben zusätzlich geprüft, in welchem Maße die Elternhäuser der von uns befragten Schüler auch im Hinblick auf die Lebensstilorientierung von Vater und Mutter homogen sind. Insgesamt zeigt sich, wie *Tabelle 13* ausweist, eine deutliche kulturelle Übereinstimmung von Vätern und Müttern.



	Korrelation	Mittelwert Mütter	Mittelwert Väter
Trivialschema	0,62	2,7	2,7
Spannungsschema	0,67	7,8	7,8
Hochkulturschema	0,65	7,5	6,6
Sportschema	0,40	3,4	3,4
Heimwerkerschema	0,49	3,5	4,1

Tab. 13: Lebensstilhomogenität von Vätern und Müttern

Im Hinblick auf die drei von Gerhard Schulze übernommenen Schemata – Trivial-, Spannungs- und Hochkulturschema – finden sich jeweils sehr hohe Korrelationen, die

zwischen 0,6 und 0,7 liegen. Für die Sportorientierung und die Heimwerkerorientierung finden sich etwas geringere, aber immer noch zwischen 0,4 und 0,5 liegende, und damit relativ hohe statistische Zusammenhänge. Unterschiede zwischen Männern und Frauen zeigen sich, wie der Mittelwertvergleich ausweist, in zwei Lebensstilorientierungen: Die Mütter weisen eine stärkere Hochkulturorientierung auf als die Väter und die Väter verbringen mehr Zeit mit Heimwerken als die Frauen.

In beiden Dimensionen – Bildung und Lebensstilorientierung – zeigt sich also eine relativ hohe soziale und kulturelle Homogenität zwischen Vätern und Müttern, was den Einfluss des Elternhauses auf die Lebensstilorientierung der Jugendlichen sicherlich verstärken wird.

6.1.2 Der Einfluss der elterlichen Lebensstile und der Schule auf die Lebensstile der Schüler

Bei der Erklärung der jugendlichen Lebensstile berücksichtigen wir vor allem zwei Faktoren: die Einflüsse des Elternhauses und die der Schule, da wir von der Vermutung ausgehen, dass die Lebensstile der Jugendlichen durch die Erfahrungen in der primären Sozialisationsinstanz Familie einerseits und in der sekundären Sozialisationsinstanz Schule andererseits geprägt werden (vgl. auch *Kapitel 2.2*). Konkret: Ob ein Schüler klassische Musik hört, ins Theater geht und Literatur liest, wird wahrscheinlich wesentlich beeinflusst durch die Praktiken einer hochkulturellen Orientierung der Eltern und durch die musische oder nicht musische Erziehung in der Schule.

Als wichtige Kontextbedingungen für die Ausbildung jugendlicher Lebensstile sind daneben allerdings auch das Geschlecht und das Alter der befragten Schüler zu berücksichtigen. Gerade in der relativ kurzen Altersspanne, die wir in unserer Studie betrachten, finden zahlreiche soziale und psychologische Entwicklungsprozesse wie auch gesetzlich bedingte Änderungen statt, die es unumgänglich machen, die Abhängigkeit der Lebensstile vom Alter der befragten Jugendlichen zu kontrollieren. Dies gilt in gleichem Maße für das Geschlecht der Jugendlichen, da sich die in der Untersuchung berücksichtigten Schüler in einer für die Ausbildung der Geschlechtsidentität ausgesprochen bedeutsamen Altersphase befinden (vgl. Schäfers 1994; Hurrelmann 1995).

Während wir die Lebensstilorientierungen der Eltern mittels entsprechender Fragen in den Fragebogen direkt erhoben haben, verfügen wir außer über die in der Schule über den Lehrplan und vor allem durch die Praktiken der Mitschüler vermittelten Lebensstilorientierungen über keine direkten Informationen. Wir wissen von den befragten Schülern allein, welchen Schultypus – Gymnasium oder Mittelschule – sie besuchen. Wir vermuten aber, dass der Kontext des Gymnasiums z.B. für eine Sozialisation in Richtung hochkultureller Orientierung wirkungsmächtiger ist als der Kontext einer Mittelschule.

Ergebnisse der Analysen

Tab. 14 gibt die Ergebnisse von fünf multivariaten Regressionsanalysen wieder, die den Einfluss der elterlichen Lebensstile und des Schultypus unter Kontrolle von Alter und Geschlecht der Jugendlichen auf die fünf verschiedenen Lebensstilorientierungen messen.

Lebensstile der Jugendlichen					
	Innerhäusliches Spannungsschema	Außerhäusliches Spannungsschema	Hochkulturschema	Sport-schemata	Fernseh-schemata
Lebensstile der Eltern					
Hochkulturschema	–	–	0,44	–	-0,19
Trivialschema	–	–	–	–	–
Spannungsschema	0,25	0,29	–	–	–
Sportschema	–	–	–	0,42	–
Schultypus	-0,10	-0,35	0,38	–	-0,33
Alter	–	0,14	–	–	0,14
Geschlecht	0,29	–	-0,14	–	0,15
R ²	0,132	0,188	0,533	0,181	0,253

In die verschiedenen Regressionsanalysen wurden nur diejenigen Lebensstile der Eltern aufgenommen, die theoretisch plausibel sind; „–“ bedeutet, dass die Variable in die Analyse aufgenommen wurde, aber keinen signifikanten Effekt hat.

Tab. 14: Der Einfluss von elterlichen Lebensstilen, Schultypus, Alter und Geschlecht auf die Lebensstile der Jugendlichen. (Angabe sind das korrigierte R² und die statistisch signifikanten, standardisierten Regressionsparameter.)

Hochkulturelle Orientierung der Jugendlichen

Die Ergebnisse der Analysen bestätigen unsere theoretischen Erwartungen. Eine *hochkulturelle Orientierung* von Jugendlichen wird am stärksten durch die Lebensstile der Eltern und den Schultypus erklärt. 51% der Varianz lassen sich auf diese beiden Faktoren zurückführen. Ob Jugendliche sich für Theater, Klassik und Bücher interessieren, hängt damit in sehr hohem Maße davon ab, ob die Eltern einen gleichen Lebensstil praktizieren und ob die Jugendlichen ein Gymnasium oder eine Mittelschule besuchen. Darüber hinaus zeigt sich eine etwas stärker hochkulturelle Orientierung bei den befragten Mädchen.

Bei den Fallanalysen hatten wir zur Veranschaulichung einer hochkulturellen Orientierung das Interview mit der 16-jährigen Anne ausgewählt (vgl. *Kapitel 5.1*). Der hier aufgezeigte statistische Zusammenhang zwischen einer hochkulturellen Orientierung des Elternhauses und dem Besuch eines Gymnasiums einerseits und der hochkulturellen Orientierung von Jugendlichen andererseits, wird durch dieses Fallbeispiel bestätigt: Anne besucht das Thomasgymnasium und dort den musischen Zweig. Ihre Eltern sind selbst in

beträchtlichem Maße hochkulturorientiert. Zu den Freizeitaktivitäten, die die Mutter häufig unternimmt, gehören klassische Musik hören, ins Theater und ins Museum gehen und Bücher lesen. Ganz ähnlich sind die Freizeitaktivitäten des Vaters.

Sportorientierter Lebensstil der Jugendlichen

Auch die zweite, ebenfalls mit einer gesunden Ernährungsweise verbundene Lebensstilorientierung von Schülern wird in starkem Maße durch das Elternhaus geprägt. Wenn die Eltern selbst häufig Sport treiben, sich für Sport interessieren und Mitglied in Sportvereinen sind, dann führt dies zu einer *Sportorientierung* der Kinder, während der Schultypus keinen Einfluss auf die Sportorientierung der Jugendlichen hat. Darüber hinaus ist die Sportorientierung das einzige jugendliche Lebensstilschema, das nicht von Alter oder Geschlecht der befragten Jugendlichen beeinflusst wird.

Auch dieser statistische Zusammenhang zwischen der Sportorientierung der Eltern und der Sportorientierung der Kinder ist in der qualitativen Auswertung am Beispiel von Katja nachvollziehbar (vgl. *Kapitel 5.2*): Ihre Sport- und Fitnessorientierung findet ein Vorbild in den Aktivitäten der Eltern. Sport treiben und Sportveranstaltungen besuchen gehören bei beiden Elternteilen zu den häufigsten Freizeitaktivitäten.

Spannungsorientierte Lebensstile der Jugendlichen

Eine *Spannungsorientierung* der Schüler, sei es in der häuslichen (Computerspiele, Videos, Herumhängen) oder in der außerhäuslichen Variante (Disco, Kino, mit Freunden in der Fußgängerzone herumhängen), ist ebenfalls geprägt durch eine ähnliche Freizeitorientierung der Eltern.

Wenn auch hier der Zusammenhang nicht so stark ist, so wird er dennoch durch die Einzelfallanalyse bestätigt: Jan, den wir als Beispiel für einen außerhäuslichen spannungsorientierten Lebensstil ausgewählt hatten (vgl. *Kapitel 5.4*), findet in seiner Freizeitorientierung ebenfalls in seinen Eltern ein Vorbild. Zu den Freizeitaktivitäten des Vaters gehört es, häufig ins Kino und in Restaurants zu gehen und Rockmusik zu hören, die Mutter teilt diese Orientierungen und besucht laut Fragebogen zusätzlich häufig Kneipen.

Ein spannungsorientierter Lebensstil wird darüber hinaus aber auch durch den besuchten Schultypus geprägt. Im Unterschied zu den Bedingungen eines Gymnasiums wirken sich die Mittelschulbedingungen förderlich für eine Spannungsorientierung aus. Des Weiteren sind die beiden spannungsorientierten Lebensstile auch von Alter und Geschlecht der Jugendlichen abhängig. Der innerhäusliche Spannungsstil wird in starkem Maße von Jungen bevorzugt. Eine Erklärung für diesen Zusammenhang dürfte sein, dass es sich um eine relativ stark technikzentrierte Freizeitgestaltung handelt. Dagegen spielt beim außerhäuslichen Spannungsstil vor allem das Lebensalter der Jugendlichen eine Rolle. Da einige der hier subsumierten Aktivitäten (Disco, Kneipe) unter die Jugendschutzgesetzgebung mit ihren verschiedenen Altersgrenzen fallen, ist eine Abhängigkeit vom Alter nahe liegend.

Fernsehorientierter Lebensstil der Jugendlichen

Ähnliche Zusammenhänge finden sich auch und verstärkt für eine *fernsehorientierte Freizeitgestaltung* der Jugendlichen. Gymnasiasten haben eine deutlich schwächere Präferenz für das Fernsehschema als Mittelschüler. Eine Hochkulturorientierung der Eltern wirkt sich negativ auf den Fernsehkonsum ihrer Kinder aus. Des Weiteren sehen Jungen und ältere Schüler in höherem Maße fern.

Zusammenfassung der Ergebnisse

Insgesamt ergeben unsere Analysen, dass der Einfluss des Elternhauses und der Schule auf die Lebensstilorientierungen der Schüler – auch unter Kontrolle von Alter und Geschlecht der Jugendlichen – ausgesprochen kräftig ist. Die von den Jugendlichen präferierten Lebensstile sind nur begrenzt von diesen frei wählbar. Vielmehr sind sie in hohem Maße über die beiden Sozialisationsinstanzen Familie und Schule vermittelt, so dass man von einer starken intergenerationalen Reproduktion der Lebensstile sprechen kann.

Dieses Resultat der statistischen Untersuchung lässt sich durch die Ergebnisse der Leitfadengespräche insofern unterstützen, als die hohe Übereinstimmung in der inhaltlichen Ausprägung der Lebensstile beider Generationen – der Eltern und der Schüler – anhand dieser Gespräche sehr gut rekonstruiert werden kann: Wir hatten die Schüler gebeten, sich vorzustellen, dass sie ohne Rücksicht auf die Kosten eine Feier durchführen könnten. Das erstaunliche Resultat dieser Frage war, dass die meisten Schüler die Feier kaum anders durchführen würden, als die gewöhnlichen Feiern mit Freunden oder Verwandten, lediglich ein bisschen größer und teurer. Auch kritische Äußerungen gegenüber den üblichen Familienfeiern waren relativ selten und bezogen sich gewöhnlich nicht auf die angebotenen Speisen. Einige Schüler betonten auf Nachfrage sogar, dass sie ihre Mütter fragen würden, was sie machen sollen: *„Ich denke, als erstes würde ich meine Mutti fragen, was gut wäre, weil, die hat sehr gute Ideen...“* (Interview 183:12). *„So wie es die Mutti macht, ist das schon richtig“* (Interview 329:5).

Die Prägekraft der sozialen Herkunft ist offenbar so groß, dass auch unter der Voraussetzung unbeschränkter Ressourcen die gleichen Wünsche und Bedürfnisse wie gewöhnlich zu Tage treten und die Phantasie nur wenig über die Grenzen der reproduzierten Lebensstile hinwegschweift.



6.2 Sozialstrukturelle Bedingungen der elterlichen Lebensstile

Rekapitulieren wir kurz, an welcher Stelle unserer Argumentation wir stehen: Die quantitativen und qualitativen Analysen unserer Untersuchung (vgl. *Kapitel 4* und *5*) haben deutlich gemacht, dass das Ernährungsverhalten der Jugendlichen durch ihre jeweiligen Lebensstile geprägt wird, die wiederum von der Schule und vor allem von den Lebensstilorientierungen der Eltern geprägt werden. Wir wollen nun die Kausalkette weiter „nach hinten“ verfolgen und fragen, von welchen Faktoren die Lebensstilorientierungen der Eltern und die Wahl eines Schultypus für die Kinder abhängen (vgl. das die Analyse anleitende Modell in *Kapitel 2.2*).

Die neuere Sozialstrukturanalyse hat gezeigt, dass die Lebensstilorientierungen der Eltern vor allem von der Bildung der Eltern und deren Einkommen abhängen (vgl. auch *Kapitel 2.1*). Pierre Bourdieu (1982) bezeichnet diese beiden Faktoren auch als das (institutionalisierte) kulturelle und ökonomische Kapital. (Zur Operationalisierung dieser beiden Variablen – ökonomisches und kulturelles Kapital – vgl. *Kapitel 3.2*.)

Erklärung des besuchten Schultypus

Für die Erklärung des Schultypus (Gymnasium oder Mittelschule), den ein Jugendlicher besucht, gehen wir davon aus, dass die Bildung der Eltern ein entscheidender Prädiktor für die Wahl der Schule sein wird. Zum einen schicken Eltern mit höherer Bildung, im Vergleich zu Eltern mit niedrigerer Bildung, ihre Kinder eher auf das Gymnasium als auf die Mittelschule; zum anderen sind Kinder aus höher gebildeten Elternhäusern im Vergleich zu Kindern aus weniger gebildeten Elternhäusern in der Entwicklung von kognitiven, von der Schule erwarteten Fähigkeiten begünstigt, was die Aufnahme in das Gymnasium erhöht. Selbstselektion der Elternhäuser und Schulselektion verstärken sich hier wechselseitig.

Bei Betrachtung der Erklärung des Schultypus, den ein Jugendlicher besucht, zeigt sich, dass dieser nicht von dem ökonomischen Kapital des Haushalts, wohl aber – und das in einem hohen Maße – von der Bildung der Eltern abhängt (vgl. *Tabelle 15*). Zudem können wir auch feststellen (nicht in der Tabelle ausgewiesen), dass Kinder aus hochkulturellen Elternhäusern bei gleicher Bildung der Eltern eine nochmals erhöhte Chance auf den Besuch des Gymnasiums haben. Hier zeigt sich abermals die hohe Affinität zwischen einer hochkulturellen Orientierung und der Institution des Gymnasiums. Dies entspricht ganz den theoretischen Erwartungen und ist auch kompatibel mit anderen Forschungsergebnissen (vgl. z.B. De Graaf 1988; DiMaggio 1982).

Lebensstile der Eltern						
	Hochkulturschema	Trivialschema	Spannungsschema	Sport-schemata	Heimwerkerschema	Schultypus ³²
Kulturelles Kapital (Bildung)	0,47	-0,15	0,20	0,21	-0,1	0,58
Ökonomisches Kapital (soziale Lage)	-	-	0,24	0,23	0,29	-
R ²	0,25	0,04	0,12	0,13	0,07	0,30

Tab. 15: Sozialstrukturelle Bedingungen der Lebensstile der Eltern

Erklärung der elterlichen Lebensstile

Wie sehen die Ergebnisse im Hinblick auf die Erklärung der Lebensstile der Eltern aus? Wie die R²-Werte ausweisen, können die sozialstrukturellen Variablen am besten eine Hochkulturorientierung des Elternhauses erklären. Das Ergebnis ist ganz im Sinne der theoretischen Erwartung: Eine Hochkulturorientierung ist nicht abhängig von dem materiellen Wohlstand der Familie, sondern von dem Bildungsniveau der Eltern. Anders verhält es sich mit einem sportorientierten Lebensstil der Eltern: Sowohl Personen mit höherer Bildung als auch mit höherem Wohlstand sind sportorientierter als Eltern, die über diese Ressourcen nicht verfügen.

Zum Teil anders als die theoretische Erwartung ist die Erklärung eines spannungsorientierten Lebensstils. Da dieser mit Unkosten verbunden ist, sind wir davon ausgegangen, dass die Verfügung über Einkommen einen Einfluss auf eine spannungsorientierte Freizeitgestaltung hat. Dies wird auch durch die empirische Analyse bestätigt. Wir hatten allerdings erwartet, dass eine Spannungsorientierung vor allem von Eltern mit niedrigerer Bildung bevorzugt wird; dies ist empirisch nicht der Fall.

Die Erklärung einer Trivialekulturorientierung des Elternhauses durch die beiden unabhängigen Variablen ist sehr schwach, aber insofern im Sinne der Erwartung, als die Personen mit geringerer Bildung hier überrepräsentiert sind. Dies gilt auch für die Heimwerkerorientierung, die aber offensichtlich auch eine gewisse Verfügung über materielles Kapital (häufig Haus und/oder Garten) voraussetzt.

³² Beim Schultypus handelt es sich um eine dichotome Variable, die als abhängige Variable an sich in einem logistischen Regressionsmodell analysiert werden müsste. Da sich die Ergebnisse in einem linearen Regressionsmodell kaum unterscheiden, stellen wir dieses aus Gründen der Einfachheit an dieser Stelle dar (vgl. aber Rössel/Beckert-Zieglschmid 2002).

Sozialstrukturelle Bestimmungsgründe jugendlicher Lebensstile – eine Zwischenbilanz

Abschließend kann zu den sozialstrukturellen Bestimmungsgründen der jugendlichen Lebensstile zusammengefasst werden:

1. Die Elternhäuser der von uns befragten Schüler sind hinsichtlich Bildung und Lebensstilorientierung von Vater und Mutter in hohem Maße homogen. Daher können sie auch als eine soziale Einheit behandelt werden.
2. Die empirischen Analysen haben gezeigt, dass die Lebensstile der Jugendlichen (die wiederum einen starken Einfluss auf das Ernährungsverhalten haben) stark von den Lebensstilen des Elternhauses und von den Einflüssen des besuchten Schultypus geprägt werden: Die Eltern geben ihre Lebensstile in hohem Maße an ihre Kinder weiter. Der jeweilige Schultypus verstärkt diesen Prozess.
3. Die Wahl einer Schule wiederum ist abhängig von den Bildungsabschlüssen und den Lebensstilen der Eltern. Die Lebensstilorientierung der Eltern wiederum ist abhängig von sozialstrukturellen Hintergrundgrößen: von der Verfügung über kulturelles und ökonomisches Kapital. Dieser Zusammenhang ist aber, außer für die Hochkulturorientierung, schwächer als erwartet. Dieses Ergebnis ist kompatibel mit den neueren Klassen- und Schichtungstheorien, die davon ausgehen, dass sich die Lebensstile partiell von den objektiven Lagen entkoppelt haben. Freilich muss einschränkend bemerkt werden, dass die vorhandenen Informationen über das materielle und kulturelle Kapital der Haushalte aus den Angaben der Schüler nur einen indirekten und kaum zu kontrollierenden Einblick in die faktische Ausstattung der Haushalte geben kann.

6.3 Sozialstrukturelle Bestimmungsgründe für Ernährungswissen, Ernährungseinstellungen und Verfügung über ökonomische Ressourcen

Wenn – wie die Analysen gezeigt haben – Ernährungswissen, Ernährungseinstellungen sowie die Verfügung über Geld einen Einfluss auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen haben (vgl. *Kapitel 4.4*), stellt sich die Frage, ob und in welchem Maße diese Faktoren selbst wiederum von sozialstrukturellen Faktoren und vor allem durch das Elternhaus und die Schule bestimmt werden. Die Kausalkette soll also auch hier weiter „nach hinten“ verfolgt werden, um zu erschließen, von welchen Faktoren diese Determinanten des jugendlichen Ernährungsverhaltens selbst wiederum abhängig sind. Als erklärende Variablen wählen wir wieder das kulturelle Kapital der Eltern (Bildung),

das ökonomische Kapital der Familie und den Schultypus sowie Alter und Geschlecht als Kontrollvariablen. Dabei gehen wir von folgenden Vermutungen aus:

- Im Hinblick auf das Ernährungswissen vermuten wir, dass Kinder aus gebildeten Elternhäusern und Kinder, die ein Gymnasium besuchen, über mehr Ernährungswissen verfügen als Kinder aus weniger gebildeten Elternhäusern und Kinder, die die Mittelschule besuchen.
- Im Hinblick auf die Ernährungseinstellungen gehen wir davon aus, dass eine geringe materielle Ausstattung der Familie eher zu einer Notwendigkeitsorientierung führt, während eine eher gute materielle Ausstattung eher zu einer Anspruchsorientierung führt.
- Schließlich vermuten wir, dass das Taschengeld der Schüler vom Wohlstand der Familie abhängig ist. Im Hinblick auf das Einkommen über Nebentätigkeiten vermuten wir wiederum einen umgekehrten statistischen Zusammenhang, da Kinder aus Elternhäusern mit geringem Wohlstand eher „gezwungen“ sind, einen Job anzunehmen.

	Wissen	Ernährungseinstellung		Ökonomische Ressourcen	
		Anspruchsorientierung	Notwendigkeitsorientierung	Taschengeld	Jobeinkommen
Ökonomisches Kapital (soziale Lage)	–	–	–	0,19	–
Kulturelles Kapital (Bildung)	–	–	–	0,14	–
Schultypus	0,34	–	–	0,13	–
Alter	0,17	–	–	0,29	0,32
Geschlecht	-0,21	–	0,21	–	0,13
R ²	0,15	0,00	0,04	0,14	0,12

Tab. 16: Sozialstrukturelle Bedingungen von Ernährungswissen, Ernährungseinstellungen und der Verfügung über Ressourcen

Die Ergebnisse in *Tabelle 16* bestätigen mit wenigen Ausnahme nicht die oben geäußerten Hypothesen: Die beiden Ernährungseinstellungen sind unabhängig von Familie und Schule; dieses Ergebnis widerspricht der bourdieuschen Vorstellung, das kulturelle Kapitel beeinflusse die Geschmacksorientierung. Von den beiden Variablen zur Messung der Ressourcenausstattung der Jugendlichen ist nur das Taschengeld vom Elternhaus abhängig. Zudem ist das Taschengeld – naheliegenderweise – vor allem vom Alter der befragten Schüler beeinflusst. Das Gleiche gilt auch für das Einkommen aus Nebenjobs. Hier lässt sich zudem ein geschlechtsspezifischer Einfluss dergestalt feststellen, dass Jungen häufiger einen Nebenjob haben, bzw. mehr in ihrem Nebenjob verdienen. Nur das



Ernährungswissen wird vom Schultypus insofern beeinflusst, als Gymnasiasten mehr über Ernährung erfahren als Mittelschüler. Zudem wissen ältere Schüler und vor allem Mädchen deutlich mehr über Ernährung. Mädchen haben auch deutlich seltener eine Notwendigkeitsorientierung als Jungen.

Insgesamt zeigt sich lediglich für die Ressourcenausstattung der Schüler und ihr Ernährungswissen eine gewisse Abhängigkeit von ihrer sozialen Herkunft und vor allem von Alter und Geschlecht. Bei den beiden Ernährungseinstellungen deutet sich in unseren Ergebnissen eine relativ starke Autonomie gegenüber sozialstrukturellen Determinanten an.



**BESTIMMENDE FAKTOREN DES
ERNÄHRUNGSVERHALTENS VON
JUGENDLICHEN UND DIE HANDLUNGS-
MÖGLICHKEITEN DER GESUNDHEITLICHEN
AUFKLÄRUNG - EINE BILANZ**

Das abschließende Kapitel ist einer Zusammenfassung der Befunde gewidmet. In einem ersten Schritt wird untersucht, in welchem Maße die Lebensstile der Jugendlichen ihr Ernährungsverhalten erklären können, wenn man zugleich die „anderen“ Determinanten berücksichtigt. In einem zweiten Schritt werden die gesamten Befunde unserer Analyse zusammengefasst und innerhalb eines Erklärungsmodells bilanziert. Schließlich wollen wir abschließend aus unseren empirischen Befunden einige Schlussfolgerungen für die gesundheitliche Aufklärung ziehen.

7.1 Die Wirkungsmacht jugendlicher Lebensstile in Relation zu den „anderen“ Determinanten jugendlichen Ernährungsverhaltens – eine abschließende Betrachtung

Die in den vorangegangenen Kapiteln dargestellten Analysen haben gezeigt, dass die Lebensstile der Jugendlichen einen kräftigen Einfluss auf deren Ernährungsverhalten haben (vgl. vor allem *Kapitel 4.2* und *5*); daneben entscheiden aber auch das Ernährungswissen der Jugendlichen, ihre Einstellung zur Ernährung, die Ressourcen, die sie zum Konsum von Lebensmitteln zur Verfügung haben, sowie das Geschlecht mit darüber, ob sie sich gesund oder weniger gesund ernähren (vgl. *Kapitel 4.4*).

In einer abschließenden, synthetisierenden Untersuchung soll nun mit Hilfe multivariater Regressionsanalysen analysiert werden, wie stark die Wirkungsmacht der Lebensstile der Jugendlichen in Relation zu den anderen Determinanten – Wissen, Einstellungen, Geschlecht und Ressourcen – auf das Ernährungsverhalten ist.

In der *Tabelle 17* finden sich die Ergebnisse dieser Analysen, wobei nur noch die Ernährungsprodukte aufgelistet sind, deren Konsum durch die unabhängigen Variablen mindestens bis zu einem R^2 von 0,10 erklärt werden kann. Dies gilt nicht für den Konsum von Kartoffeln, Eiern und Butter, die dementsprechend nicht aufgenommen wurden.

	Snacks	Süßes	Süß- getränke	Fleisch	Drogen	Milch	Obst/ Gemüse	Vollkorn- brot
Lebensstile der Jugendlichen								
Häusliches Spannungsschema	0,19	-	0,15	-	-0,16	-	-	
Außerhäusliches Spannungsschema	0,19	0,20	0,26	0,15	0,48	0,17		-0,22
Fernsehschema	-	-	-	-	-	-0,17	-	-0,14
Sportschema	-	-	-	-	-	0,16	0,15	-
Hochkulturschema	-	-	-0,25	-	-	0,14	0,12	0,19
Andere Faktoren								
Wissen	-0,12	-0,15	-0,20	-	-	-	0,20	-
Anspruchsorientierung	-0,15	-	-	0,15	-0,28	-	0,21	-
Notwendigkeitsorientierung	0,17	-	-	-	0,10	-	-0,18	-
Geschlecht	0,24	-	-	0,21	0,13	-	-	-
Taschengeld	0,12	-	-	-	-	-0,16	-	-
Einkommen	-	-	-	0,15	0,20	-	-	-
R²	0,35	0,18	0,38	0,11	0,42	0,12	0,28	0,11
* Angegeben sind jeweils die statistisch signifikanten (auf dem 0,05-Niveau) standardisierten Regressionskoeffizienten sowie das korrigierte R ² .								

Tab. 17: Multivariate Analyse aller Determinanten des Ernährungsverhaltens

Relevante Erklärungsgrößen für das Ernährungsverhalten Jugendlicher

Die Höhe der erklärten Varianz (ausgedrückt in den verschiedenen R²-Werten) zeigt, dass insgesamt die von uns betrachteten unabhängigen Variablen sehr gute Prädiktoren für das Ernährungsverhalten von Jugendlichen darstellen. Wir haben mit unseren erklärenden Variablen also ganz offensichtlich die wichtigsten Größen erfasst, die das Ernährungsverhalten von Jugendlichen erklären können. Dies bedeutet auch für die gesundheitliche Aufklärung, dass sie an den Punkten ansetzen kann und soll, die in der ersten Spalte der *Tabelle 17* als relevante erklärende Größen aufgelistet sind. Nachfolgend sollen die Faktoren nochmals im Einzelnen betrachtet werden.

Wissen

Wissen über Ernährung wirkt sich im Hinblick auf den Konsum von Lebensmitteln in vier Fällen positiv auf eine gesunde Ernährung aus: Informierte Jugendliche essen weniger Süßigkeiten und Snacks, trinken weniger Süßgetränke und essen mehr Obst und Gemüse.



Ernährungseinstellungen

Die zwei Ernährungseinstellungen – Anspruchsorientierung und Notwendigkeitsorientierung – gehören auch in der multivariaten Analyse zu den wichtigsten Determinanten der Häufigkeit des Verzehrs bestimmter Speisen. Dabei bleibt für beide Haltungen unser bisheriges Ergebnis bestehen: Jugendliche, die sich an einer *Anspruchshaltung* orientieren, ernähren sich gesünder, während die *Notwendigkeitshaltung* mit einer weniger günstigen Ernährungsweise einhergeht: mehr Snacks, ein höherer Konsum von Drogen sowie weniger Obst und Gemüse.

Geschlecht

Ungesunde Ernährung ist auch eine Geschlechterfrage: Die männlichen Befragten essen häufiger Snacks und Fleisch und konsumieren häufiger Drogen, d.h. Alkohol und Zigaretten, als die Mädchen.

Ökonomische Ressourcen

Über je mehr finanzielle Mittel Jugendliche verfügen, desto mehr Snacks, Fleisch und vor allem Drogen konsumieren sie. Die Verfügung über Ressourcen wird also vor allen Dingen zum Konsum von weniger gesunden Nahrungsmitteln verwandt.

Jugendliche Lebensstile

Die Lebensstile der Jugendlichen zeigen sich – neben dem Wissen und den jugendlichen Ernährungseinstellungen – als wichtigste Determinanten des Ernährungsverhaltens. Dabei sind die beiden spannungsorientierten Lebensstile und der fernsehorientierte Lebensstil eng mit einem ungesunden Konsumverhalten assoziiert: Die Orientierung an *spannungsbezogenen Freizeitaktivitäten* zu Hause geht einher mit einem vermehrten Verzehr von Snacks und Süßgetränken, allerdings auch mit einer gewissen Reduktion des Konsums von Alkohol und Zigaretten. Besonders starke Effekte zeigen sich bei dem *außerhäuslichen Spannungsschema*: Dies ist mit einer deutlichen Erhöhung des Konsums von Snacks, Süßigkeiten, Süßgetränken und Drogen verbunden, allerdings auch mit einer leichten Verstärkung des Konsums von Milchprodukten (vermutlich handelt es sich hier vor allem um modische Joghurtprodukte) und Vollkornbrot. Eine *Fernsehorientierung* hat hingegen nur geringe Effekte. Vielseher nehmen weniger Milchprodukte und Vollkornbrot zu sich.

Eine Sportorientierung und eine Hochkulturorientierung der Schüler sind mit einer gesunden Ernährungsweise assoziiert: Eine *Sportorientierung* geht mit einem erhöhten Konsum von Obst und Gemüse sowie von Milchprodukten einher. Eine *Hochkulturorientierung* ist mit einem vermehrten Konsum von Milchprodukten, Obst, Gemüse und Vollkornbrot auf der einen Seite und einer Reduktion des Verzehrs von Süßgetränken verbunden.

Insgesamt zeigt sich das Ernährungsverhalten der Jugendlichen im hohen Maße beeinflusst von dem jeweiligen Lebensstil.

Voraussagekraft der erklärenden Variablen und Bewertung der Korrelationen

Auch wenn die erklärte Varianz insgesamt sehr hoch ist, so zeigen die Unterschiede in den von 0,42 bis 0,11 schwankenden R^2 -Werten gleichzeitig, dass durch unsere erklärenden Variablen der Konsum verschiedener Lebensmittel unterschiedlich gut vorausgesagt werden kann. Während der Konsum von Snacks, Süßgetränken, Obst/Gemüse und von Drogen mit Werten zwischen 0,42 und 0,28 in sehr hohem Maße durch die Lebensstile der Jugendlichen und die „anderen“ Faktoren bestimmt ist, ist der Konsum von Süßigkeiten, Fleisch, Milch und Vollkornbrot „nur“ befriedigend durch die unabhängigen Variablen erklärbar.

Eine ähnliche Differenzierung ist angebracht, wenn man sich die in den einzelnen Zellen eingetragenen Korrelationen anschaut: Je nach Lebensmittel, dessen Konsum erklärt werden soll, ist eine unterschiedliche Konstellation von erklärenden Faktoren relevant. Der Konsum von Vollkornbrot wird z.B. allein durch die Lebensstile der Jugendlichen erklärt, während der Konsum von Snacks durch einen spannungsorientierten Lebensstil und einer Vielzahl von „anderen“ Faktoren erklärbar ist.

Dieses differenzierte Bild bedeutet auch, dass eine gesundheitliche Aufklärung, die auf eine Änderung des Ernährungsverhaltens von Jugendlichen abzielt, je nach Lebensmittel unterschiedliche Faktoren berücksichtigen muss: So ist z.B. der überdurchschnittliche Konsum von Snacks, Fleisch und Drogen hauptsächlich ein Problem von männlichen Jugendlichen, und nicht von weiblichen Jugendlichen. Besseres Wissen über Ernährung wird sich auf den Konsum von Snacks, Süßigkeiten, Süßgetränken und Obst und Gemüse auswirken, nicht aber z.B. auf den Konsum von Fleisch.

Insgesamt zeigt sich aber, dass unter Verwendung der von uns berücksichtigten Bedingungsfaktoren das Ernährungsverhalten von Jugendlichen relativ gut erklärt werden kann.

7.2 Ein revidiertes Erklärungsmodell jugendlichen Ernährungsverhaltens

Fassen wir zum Schluss die Ergebnisse unserer Studie insgesamt zusammen. Unsere Untersuchung ist von zwei Ausgangshypothesen angeleitet worden:

1. Wir sind zum einen von der Vermutung ausgegangen, dass die Ernährungsmuster von Menschen sozialisierte Muster sind, die in der Kindheit und Jugend in der Familie, der Schule und in Freundesgruppen erlernt werden, sich dann zu Routinen verfestigen und in der Folge das zukünftige Ernährungsverhalten auch im Erwachsenenalter prägen werden. Deswegen ist die Erforschung der Bedingungen von kindlichem und jugendlichem Ernährungsverhalten zentral für die Entwicklung von Konzepten zur Verbesserung der Ernährungs- und Gesundheitssituation.
2. Wir sind zum anderen von der Vermutung ausgegangen, dass das Ernährungsverhalten von Menschen keine isolierbare einzelne Verhaltensweise darstellt, sondern eingebettet ist in ein gesamtes Verhaltenssyndrom, das verschiedene Freizeitaktivitäten umfasst und von Vorstellungen einer richtigen Lebensführung geprägt ist.

Zur Beschreibung der Vorstellungen einer richtigen Lebensführung hat sich in der neueren Sozialstrukturanalyse der Begriff des Lebensstils durchgesetzt. Lebensstile sind Muster von Vorlieben und Abneigungen gegenüber recht verschiedenen Objekten und Verhaltensweisen. Gerhard Schulze (1992) bezeichnet diese Vorstellungen als alltagsästhetische Schemata. Diese strukturieren die Sicht der Menschen auf die Welt, indem sie festlegen, was wichtig und was unwichtig ist und was sie als schön oder hässlich interpretieren. Wir sind also von der Vermutung ausgegangen, dass was, wie viel, wo und mit wem Menschen essen und trinken – kurz ihr Ernährungsverhalten – entscheidend von ihren jeweiligen Lebensstilen beeinflusst wird, ja dass das Ernährungsverhalten sogar ein integraler Bestandteil unterschiedlicher Lebensstile ist. Um die Prägekraft der Lebensstile auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen aber genau gewichten zu können, muss man mögliche andere Einflussfaktoren berücksichtigen. Wir haben deshalb nicht nur den Einfluss der Lebensstile der Jugendlichen auf ihr Ernährungsverhalten untersucht, sondern zugleich betrachtet, welchen Einfluss andere Faktoren, wie z.B. das Geschlecht oder das Wissen über Ernährung, auf das Ernährungsverhalten haben.

Gleichzeitig sind wir von der Vermutung ausgegangen, dass die „anderen“ das Ernährungsverhalten bestimmende Faktoren und vor allem aber die Lebensstile der Jugendlichen keine sozial freischwebenden und voraussetzungslosen Größen darstellen, sondern über die Sozialisationsinstanzen Elternhaus und Schule beeinflusst werden. Die Lebensstile der Jugendlichen werden über die Lebensstile der Eltern und die Erfahrungen in der Schule geprägt, die Lebensstile der Eltern werden wiederum von der sozialstrukturellen Lagerung des Elternhauses (kulturelles Kapital und ökonomisches Kapital) beeinflusst sein.

Erklärungsmodell jugendlichen Ernährungsverhaltens

Bilanziert man nun die verschiedenen empirischen Ergebnisse unserer Analyse und versucht sie in ein Kausalmodell zu übersetzen, dann ergibt sich das in *Abbildung 12* abgebildete Modell. Es handelt sich um das in *Kapitel 2.2* dargestellte Kernmodell, das als Ausgangsmodell unsere Untersuchung angeleitet hat und nun auf der Basis der empirischen Analysen modifiziert und spezifiziert wurde. Im Folgenden soll nun die in dem Modell abgebildete Kausalstruktur erläutert werden, indem wir Schritt für Schritt das Modell von vorne nach hinten verfolgen.

Ernährungsverhalten

Das Erkenntnisinteresse dieser Studie hat es nahe gelegt, die Fülle an empirischen Ernährungsverhaltensweisen zu dichotomisieren in gesundheitsförderliche und gesundheitsabträgliche Verhaltensweisen. Bei der Klassifikation haben wir uns an die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung gehalten: Danach kann der Konsum von Snacks, Süßigkeiten, Drogen und Süßgetränken sowie ein zu hoher Konsum von Fleisch, Butter und Eiern als gesundheitsabträglich, der Verzehr von Milchprodukten, Obst/Gemüse, Vollkornbrot und Kartoffeln hingegen als gesundheitsförderlich interpretiert werden.

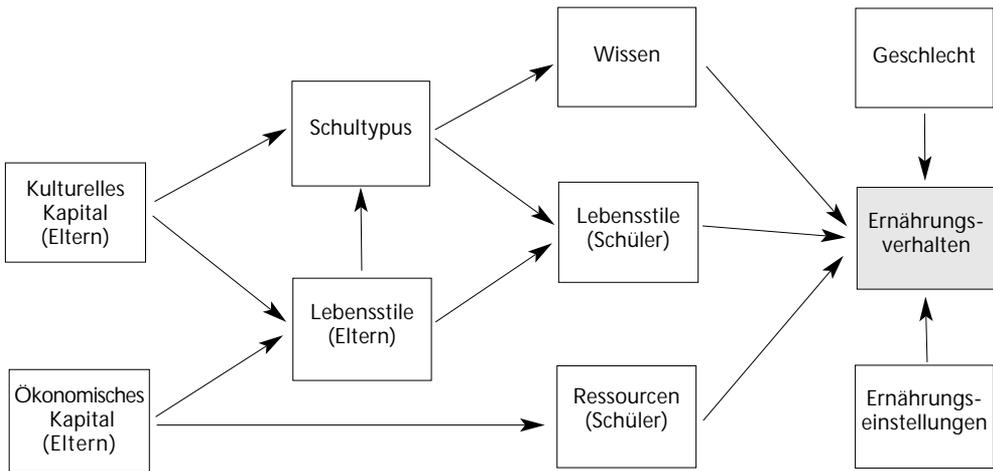


Abb. 12: Revidiertes Erklärungsmodell jugendlichen Ernährungsverhaltens

Die *unmittelbaren* Einflussfaktoren

Die empirischen Analysen haben gezeigt, dass je nach Lebensmittel, dessen Konsum erklärt werden soll, eine unterschiedliche Kombination und Stärke der unmittelbaren Einflussfaktoren relevant ist.

Betrachtet man die wichtigsten Einflussfaktoren, so stehen allen voran die *jugendlichen Lebensstile*. Aufgrund unserer empirischen Analyse haben wir fünf jugendliche Lebensstile

unterschieden und deren Einfluss auf das Ernährungsverhalten analysiert. Im Ergebnis zeigen die beiden *spannungsorientierten* Lebensstilschemata und der *fernsehorientierte* Lebensstil eher negativ zu bewertende Effekte auf das Ernährungsverhalten, während die *Hochkulturorientierung* und die *Sportorientierung* eher zu einer gesundheitsförderlichen Ernährungsweise führen. Dieses aus der standardisierten Befragung gewonnene Ergebnis wird auch in den Leitfadeninterviews bestätigt und wurde an Fallbeispielen illustriert (vgl. *Kapitel 5*).

Neben den Lebensstilen sind die *Ernährungseinstellungen* der Jugendlichen zur Erklärung ihres Lebensmittelkonsums von Bedeutung: Eine Anspruchsorientierung erweist sich dabei als eher gesundheitsförderlich, eine Notwendigkeitsorientierung als eher gesundheitsabträglich. Zudem hat sich gezeigt, dass sowohl das Wissen über Ernährung einen positiven Einfluss auf das Ernährungsverhalten hat, als auch das *Geschlecht* der Jugendlichen insofern, als sich Mädchen deutlich gesünder ernähren als Jungen. Schließlich spielen die finanziellen Ressourcen der Jugendlichen eine erklärende Rolle, wobei sich zeigt, dass diese vor allem für den Konsum von weniger gesunden Lebensmittel genutzt werden.

Die *mittelbaren* Einflussfaktoren *erster* Ordnung

Die Faktoren, die das Ernährungsverhalten von Jugendlichen erklären können, sind zum Teil selbst wiederum durch andere soziale Bedingungsfaktoren erklärbar. Überraschend ist dabei der Befund, dass die beiden Ernährungseinstellungen (Notwendigkeits- und Anspruchsorientierung) unabhängig von Familie und Schule sind; dieses Ergebnis widerspricht der bourdieuschen Vorstellung, die davon ausgeht, dass das kulturelle Kapital die Geschmacksorientierung beeinflusst.

Im Hinblick auf die anderen Ergebnisse liegen die Befunde in Richtung der theoretischen Erwartung. Die Ressourcenausstattung der Jugendlichen mit Taschengeld ist abhängig von der ökonomischen Stärke des Elternhauses, das Wissen über Ernährung ist insofern abhängig vom Schultypus, als Gymnasiasten deutlich besser über Ernährung informiert sind als Mittelschüler.

Die empirischen Analysen zeigen weiterhin, dass die Lebensstile der Jugendlichen (die ihrerseits ja einen starken Einfluss auf das Ernährungsverhalten haben) in hohem Maße wiederum von den Lebensstilen des Elternhauses und den Einflüssen des Schultypus geprägt werden: Die Eltern geben ihre Lebensstile an ihre Kinder weiter, der jeweilige Schultypus verstärkt diesen Prozess. Wir haben aber zugleich gesehen, dass diese intergenerationale „Vererbung“ von Lebensstilen nicht für alle Lebensstile in gleichem Maße gilt. Vor allem eine Hochkulturorientierung der Jugendlichen ist von einer ähnlichen Lebensstilorientierung im Elternhaus abhängig.

Die *mittelbaren* Einflussfaktoren *zweiter* Ordnung

Wir haben die Kausalkette noch einen Schritt weiter nach hinten verfolgt, indem wir untersucht haben, welche Faktoren die Auswahl des Schultypus und welche den Lebensstil

der Eltern prägen. Es hat sich herausgestellt, dass die Wahl einer Schule in hohem Maße abhängig von den Bildungsabschlüssen und Lebensstilen der Eltern ist. Die Lebensstilorientierung der Eltern wiederum ist abhängig von der Bildung der Eltern (kulturelles Kapital) und der Verfügung über ökonomisches Kapital. Dieser Zusammenhang ist aber, außer für die Hochkulturorientierung, schwächer als erwartet. Dieses Ergebnis ist kompatibel mit den neueren Klassen- und Schichtungstheorien, die davon ausgehen, dass sich die Lebensstile zumindest partiell von den objektiven Lagen entkoppelt haben.

Gesellschaftliche Makrobedingungen für die Entstehung und Entwicklung von Lebensstilen

Kommen wir ganz zum Schluss unserer Überlegungen aber nochmals auf die Lebensstile der Jugendlichen zurück, die, so die durch unsere Studie bestätigte Hypothese, einen großen Einfluss auf den Konsum von Lebensmitteln haben. Die Entstehung und Entwicklung von Lebensstilen ist selbst wiederum von der Existenz gesellschaftlicher Makrobedingungen abhängig. Wir hatten fünf verschiedene Lebensstile von Jugendlichen unterscheiden können. Drei dieser Lebensstile, die alle mit einer ungesunden Ernährungsweise verbunden sind, sind erst durch eine marktvermittelte „Kolonialisierung“ der jugendlichen Lebenswelt entstanden bzw. gefördert worden.

Die enorme Steigerung von Konsummöglichkeiten – ermöglicht durch die Zunahme der Kaufkraft in den Familien einerseits und die Entwicklung einer Konsumgüterindustrie für Jugendliche andererseits, die über Lifestyle-Werbung die Kinder und Jugendlichen für ihre Produkte zu begeistern vermag – hat die Entstehung und Profilierung einer warenvermittelten Spannungsorientierung erst ermöglicht, sei es in der außerhäuslichen Variante (Discos, Fußgängerzonen, Einkaufszentren), sei es in der innerhäuslichen Variante durch das Eindringen von Computern, Playstations, Videospiele etc. in die häusliche Sphäre der Kinder- und Jugendzimmer.

Ganz ähnliche Rahmenbedingungen gelten für die Ausbildung eines fernsehorientierten Lebensstils, der unter monopolistischen Bedingungen einer Dominanz öffentlich-rechtlicher Anstalten in dieser Ausprägung vermutlich nicht entstanden wäre. Erst die Dualisierung des Fernsehens hat die Entwicklung eines Medienangebots auch für Kinder und Jugendliche in Gang gesetzt; hierdurch erst wurde die Bedingung für die Möglichkeit geschaffen, seine jugendliche Freizeit vor dem Fernseher zu verbringen. Dass bei der Verquickung einer solchen Lebensstilorientierung mit einer spezifischen Ernährungsweise die Werbung eine große Rolle spielt, konnte Diehl in einer Inhaltsanalyse der Fernsehwerbung nachweisen: „Die in den (Kinder-)Programmen der kommerziellen Sender ausgestrahlte Werbung für Nahrungs- und Genussmittel enthält kaum einen Spot, der den praxisorientierten Regeln für eine vernünftige Ernährung nicht zuwiderläuft“ (Diehl 2000:31).

Gegen diese Dynamik der marktinduzierten Eroberung der Zimmer und Herzen der Kinder und Jugendlichen erweisen sich nur zwei Lebensstilorientierungen als relativ resistent, die beide mit einer gesunden Ernährungsweise verbunden sind: eine hochkulturelle Orientierung einerseits und eine sportorientierte Freizeitorientierung andererseits. Interessanterweise ist die Infrastruktur, die das Angebot für diese beiden Lebensstilorientierungen zur Verfügung stellt, in geringerem Maße marktvermittelt. Eine Hochkulturorientierung der Jugendlichen stellt den Lebensstil dar, der am stärksten durch das familiäre Vorbild geprägt wird, eine Sportorientierung entwickelt sich in den zum Teil ehrenamtlich arbeitenden und meist gemeinnützig organisierten Sportvereinen.

7.3 Schlussfolgerungen für die gesundheitliche Aufklärung

Abschließend sollen – mit Blick auf die Möglichkeiten gesundheitlicher Aufklärung – mögliche Ansatzpunkte für eine Veränderung der Ernährungsverhaltensweisen der Jugendlichen skizziert werden. Dabei scheint es uns wichtig zu sein, auch die Resistenzen und Trägheitsmomente einer möglichen Veränderung mit zu berücksichtigen.

Verfügung über finanzielle Ressourcen

Taschengeld und eigenes Einkommen aus einer Jobtätigkeit verwenden Jugendliche vor allem zum Konsum ungesunder Produkte (Snacks, Zigaretten und Alkohol).

Eine gesundheitliche Aufklärung wird sicherlich nicht die Verfügung der Jugendlichen über Ressourcen beeinflussen können, wohl aber kann die Beeinflussung der Verwendung von finanziellen Ressourcen ein Ansatzpunkt für eine gesundheitliche Aufklärung sein.

Geschlechtsspezifische Ernährungsweise

Mädchen ernähren sich unseren empirischen Analysen zufolge insofern gesünder als Jungen, als sie weniger Drogen, Fleisch und Snacks konsumieren. Dieser geschlechtsspezifische Unterschied lässt sich mit dem für unsere Gesellschaft typischen Schlankheitsideal für Frauen erklären. Hinzu kommt, dass bestimmte Nahrungsprodukte (Gemüse, Obst) in unserer Gesellschaft eher mit einer weiblichen, andere (Fleisch) eher mit einer männlichen Identität assoziiert sind.

Die Möglichkeiten, die Vorstellungen der Geschlechterrollen und dadurch vermittelt die Ernährungsweise durch gesundheitliche Aufklärung zu ändern, betrachten wir als sehr begrenzt. Geschlechterrollen werden frühzeitig in Familie, Schule, Peergroups und über die Konsumgüterindustrie vermittelt und sind insofern sehr fest in die Identitätsvorstellungen der Jugendlichen „eingegraben“, so dass sie sich als weitgehend resistent gegenüber den doch eher schwachen Möglichkeiten einer Einflussnahme durch Maßnahmen der gesundheitlichen Aufklärung erweisen werden.

Ernährungswissen

Das Wissen der Jugendlichen über Ernährung – so das Ergebnis unserer Analysen – beeinflusst positiv deren Ernährungsverhalten. Informierte Jugendliche nehmen weniger Süßigkeiten, Snacks und Süßgetränke zu sich und essen mehr Obst und Gemüse. Darüber hinaus haben unsere Analysen ergeben, dass das Wissen vor allem über die Schule vermittelt wird und Gymnasiasten über ein deutlich besseres Ernährungswissen verfügen als Mittelschüler.

Für die gesundheitliche Aufklärung bedeutet dieser Befund, dass sie über den traditionellen Weg der Wissensvermittlung das Ernährungsverhalten beeinflussen kann und sich dabei aber vorrangig auf die Mittelschulen (in anderen Bundesländern: Haupt- und Realschulen) konzentrieren sollte.³³ In diesem Zusammenhang wäre zu prüfen, ob die bis dato dominante Art der Vermittlung über Infobroschüren dem Rezeptionsverhalten dieser Schüler entspricht. Möglicherweise werden Informationen stärker aufgenommen, wenn sie auf einem praktischen Weg vermittelt werden, z.B. auf experimentelle Weise oder in Kochkursen.

Lebensstile

Der stärkste Einfluss auf das Ernährungsverhalten geht von den verschiedenen Lebensstilen aus. Eine Hochkulturorientierung und eine Sportorientierung führen dabei zu einer eher gesunden Ernährungsweise, die beiden spannungsorientierten Lebensstile und die Fernsehorientierung zu einer eher ungesunden Ernährungsweise.

Als Möglichkeiten einer Verhaltensänderung – sei es präventiver, sei es kurativer Art – durch gesundheitspolitische Interventionen lassen sich mehrere Varianten erwägen und im Hinblick auf ihre Erfolgswahrscheinlichkeit diskutieren:

³³ Dabei muss freilich berücksichtigt werden, dass vor allem bei den fernsehorientierten und den am außerhäuslichen Spannungsschema orientierten Jugendlichen das Wissen kaum einen Einfluss auf das Ernährungsverhalten besitzt.

Ungesunde Lebensstilorientierungen durch gesunde Lebensstile ersetzen

Eine gesundheitliche Aufklärung könnte darauf abzielen, die eher ungesunden Lebensstilorientierungen durch die beiden eher gesunden Lebensstile zu ersetzen, wobei die Erfolgsaussichten eines solchen Unterfangens aber nicht sonderlich hoch sind: Zum einen ist zu bedenken, dass jugendliche Lebensstilorientierungen nicht einfach wechselbare Konsumgewohnheiten darstellen, sondern in aller Regel mit der Identität der Jugendlichen verwoben sind. Die Selbstdeutung der Jugendlichen, was sie sind und sein möchten, nimmt meist Bezug auf ihren Lebensstil. Der Wechsel eines Lebensstils käme in vielen Fällen einem Wechsel der Identität gleich; es ist nicht sehr wahrscheinlich, einen solchen Wechsel über eine aufklärende Politik zu erreichen. Zum zweiten haben unsere Analysen gezeigt, dass die Lebensstile der Jugendlichen in hohem Maße über die Lebensstile der Familien vermittelt und einsozialisiert worden sind und insofern nicht einfach extern über Aufklärungsmaßnahmen erzeugt werden können.

Dieser Zusammenhang gilt aber – und dies scheint uns wichtig zu sein – für die beiden gesundheitsförderlichen Lebensstile in unterschiedlichem Maße. Eine Hochkulturorientierung der Jugendlichen ist wesentlich stärker von einer ähnlichen Lebensstilorientierung der Eltern und diese wiederum von der Bildung der Eltern abhängig als ein sportorientierter Lebensstil. Für Versuche der gesundheitlichen Aufklärung, gesundheitsabträgliche Lebensstile durch gesundheitsförderliche Lebensstile zu ersetzen, bedeutet dieser Befund, sich allein auf die Vermittlung eines sportorientierten Lebensstils zu konzentrieren. Die Erfolgswahrscheinlichkeit hängt nun davon ab, in welchem Ausmaß sich die drei gesundheitsabträglichen Lebensstile von einem sportorientierten Lebensstil unterscheiden. Nur bei einer relativ geringen Distanz und Diskrepanz zwischen Lebensstilen gehen wir davon aus, dass Lebensstile wechselbar sind. Diese Bedingung scheint uns am besten bei dem außerhäuslichen spannungsorientierten Lebensstil, weniger bei dem fernsehorientierten und dem innerhäuslichen spannungsorientierten Lebensstil gegeben zu sein. Denn eine außerhäusliche Spannungsorientierung teilt mit einer Sportorientierung zwei Merkmale: Zum einen sind beide Lebensstile außenorientiert und kommen dem Bedürfnis der Jugendlichen nach Unabhängigkeit vom Elternhaus entgegen; zum anderen ist auch dem Sport das Moment der Spannung und der „Action“ eigen. Wenn also die Transferierung jugendlicher Lebensstile in Richtung gesundheitsförderlicher Lebensstile das Ziel von Aufklärung ist, dann sollte man sich auf die Vermittlung eines sportorientierten Lebensstils konzentrieren und versuchen, diesen mit spannungsorientierten Merkmalen zu verbinden.

Veränderung der mit einem bestimmten Lebensstil assoziierten Lebensmittel

Gesundheitliche Aufklärung kann versuchen, den Konsum von bestimmten Lebensmitteln, die normalerweise mit einem bestimmten Lebensstil verbunden sind, zu verändern: Die Lebensstilorientierung der jeweiligen Jugendlichen wird also eher bestärkt, nur wird versucht, diese mit anderen, gesünderen Lebensmitteln zu assoziieren. So ist es z.B. nicht naturgegeben, dass spannungsorientierte Jugendliche, die Spielhallen und

Discos besuchen und in Fußgängerzonen herumhängen, Süßgetränke, Snacks, Hamburger und Pommes frites konsumieren. Für diese Jugendlichen ist es wichtig, dass sie schnell etwas zwischendurch essen können, dass zudem das Essen für sie ansprechend verpackt ist und in einem bestimmten „Setting“ konsumiert werden kann. Da der Lebensmittelkonsum dieser Jugendlichen in hohem Maße durch die jeweilige marktvermittelte Gelegenheitsstruktur bestimmt wird, ist es durchaus möglich, deren Ernährungsverhalten durch eine entsprechende Intervention in die Gelegenheitsstruktur zu beeinflussen. So ist es durchaus vorstellbar, dass es bei diesen Jugendlichen eine Nachfrage für Milch oder Orangensaft in poppigen Dosen und für vegetarische Hamburger gäbe, wenn diese Produkte statt des standardisierten Kantinenessens in der Schule zum Beispiel in einem ansprechend gestalteten Raum mit Videos angeboten würden.³⁴ Ähnliches gilt auch für den fernsehorientierten und häuslichen Spannungstypus. Deren Konsum von Snacks, Süßigkeiten, Süßgetränken und Fleisch scheint vor allem durch ein Bedürfnis nach Ablenkung und „Füllen“ bestimmt zu sein. Dieses Bedürfnis kann man aber zum Teil auch mit anderen Produkten befriedigen. Die so genannten „Light“-Produkte gehen diesen Weg.

Mögliche Vermittlungsinstanzen gesundheitlicher Aufklärung

Zuletzt möchten wir noch auf die möglichen Vermittlungsinstanzen einer gesundheitlichen Aufklärung eingehen.

Kooperation mit öffentlichen und semi-öffentlichen Institutionen

Bei den drei gesundheitsabträglichen Lebensstilen handelt es sich vor allem um marktvermittelte Orientierungen, die über die Konsumgüterindustrie mit lanciert werden. Auf die Konsumgüterindustrie wird die gesundheitliche Aufklärung wenig Einfluss ausüben können. Gegessen und getrunken wird aber auch in Sportvereinen, Jugendherbergen, Jugendclubs und Schulen – Einrichtungen also, die zum Teil öffentlich finanziert werden und einer staatlich finanzierten Aufklärung entsprechend leichter zugänglich sind. Jugendliche sind nicht nur der Werbung der Konsumgüterindustrie ausgesetzt, sondern können auch über Internet, CD-ROMs (die von der BZgA produziert werden können) und das öffentlich-rechtliche Fernsehen erreicht werden – ebenfalls Medien, die für eine staatlich finanzierte Aufklärung besser erreichbar sind als die privatwirtschaftliche Werbung. Eine gesundheitliche Aufklärung sollte sich auf die öffentlichen bzw. semi-öffentlichen Institutionen der Vermittlung konzentrieren und mit diesen Konzepten einer gesunden, zugleich lebensstiladäquaten Ernährung ausarbeiten.

³⁴ An dieser Stelle kann darauf verwiesen werden, dass die an außerhäuslicher Spannung orientierten Jugendlichen in besonderem Maße der Schulspeisung fernbleiben.

Dies könnte u.a. folgende Schritte und Maßnahmen umschließen:

- Unsere Studie zeigt, dass sich viele Jugendliche nach der Schule etwas kochen³⁵ bzw. zum Essen kaufen. Die BZgA könnte z.B. eine CD-ROM mit Schnellrezepten entwickeln, die gleichzeitig auch im Internet abgerufen werden können, und auf der gesunde Ernährungsweisen für Jugendliche in Verbindung mit verschiedenen Lebensstilorientierungen dargestellt werden.
- Ähnlich könnte man sich eine Integration von lebensstiladäquatem Kochen in einer Jugendsendung des öffentlich-rechtlichen Fernsehens vorstellen.
- Die BZgA könnte in Form eines Pilotprojekts mit einigen Schulen, in denen Schulessen angeboten wird, eine lebensstiladäquate Ernährung und eine entsprechende Raumgestaltung einführen. Ähnliches könnte man sich für Jugendclubs und Jugendzentren vorstellen.
- Inwieweit die Lebensstilüberlegungen in dem Jugendherbergsprogramm „Gut drauf!“ bereits berücksichtigt worden sind, wäre im Einzelnen zu prüfen.

Kurative Interventionen

Eine gesundheitliche Aufklärung bezieht sich aber nicht nur auf präventive Maßnahmen, die sich meist an größere Gruppen richten, sondern auch auf kurative Interventionen, die überwiegend in Form von *individuellen Beratungen* erfolgen. Für die individuelle Beratung durch Ernährungsberater, Ärzte, Psychologen etc., die sich kurativ mit z.B. ernährungsbedingt erkrankten Jugendlichen beschäftigen, müsste ein *diagnostisches Instrumentarium* entwickelt werden, das neben den Essgewohnheiten den Lebensstil und die Einbettung des Ernährungsverhaltens in diesen Lebensstil rekonstruiert. Es könnte dann diagnostiziert werden, inwieweit der individuelle Ernährungsstil dem individuellen Lebensstil entspricht und ob dieser eher gesund oder ungesund ist. Auf der Basis der Diagnose könnte dann ein *individuelles Beratungskonzept* entwickelt werden, das – verhaltenstherapeutisch orientiert – Umstrukturierungen in den sozialen Bewertungen der konsumierten Lebensmittel und der Verhaltensweisen anstrebt. Die ungesunden, bis dahin aber mit positiven sozialen Bewertungen versehenen Lebensmittel müssten mit negativen Bewertungen und nicht konsumierte gesunde Produkte mit positiven Bewertungen versehen werden. Dabei müssten jeweils dem Lebensstiltypus entsprechende Produkte vorgeschlagen werden. Nur so sind Verhaltensänderungen möglich, die längerfristig zu einer Ernährungsumstellung führen können, weil sie in den Lebensstil integriert sind.

³⁵ Weniger als 10% der Jugendlichen gaben auf eine entsprechende Frage an, dass sie nie kochen würden. Fast 20% gaben an, dass sie regelmäßig kochen.

ANHANG

8

8.1 Der Fragebogen der standardisierten Befragung

Das Ernährungsverhalten von Schülern Eine Befragung an Leipziger Schulen 2000/2001

Liebe Schülerinnen und Schüler,

die Universität Leipzig führt eine Befragung von Schülern in Leipzig durch. Wir interessieren uns für Einflüsse auf das Ernährungsverhalten und fragen daher auch nach deinem Elternhaus, deiner Freizeit und deinen Freunden. Es wäre sehr nett, wenn du uns bei der Befragung unterstützen und folgenden Fragebogen ausfüllen würdest. Da das Thema sehr wichtig ist, ist es notwendig, dass du diesen Fragebogen sorgfältig und vollständig ausfüllst.

Bitte fülle den Fragebogen selbst aus und sprich dich nicht mit deinem Nachbarn ab.

In diesem Fragebogen geht es nicht um richtige oder falsche Antworten oder gar um Noten. Es geht darum, dass du uns deine eigenen Meinungen und deine eigenen Gewohnheiten darstellst.

Alle Fragebögen werden völlig anonym behandelt.

Prof. Dr. Jürgen Gerhards
Institut für Kulturwissenschaften
Universität Leipzig
Burgstr. 21
04109 Leipzig

Nun aber zum Fragebogen →→→

Deine Ernährung

1. Wir würden gerne wissen, **wie oft** du die unten genannten **Lebensmittel** isst.



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Wie oft?				
	täglich	mehrmals pro Woche	einmal pro Woche	einmal pro Monat	nie
Wurst oder Schinken	<input type="checkbox"/>				
Fleisch (Schwein, Rind)	<input type="checkbox"/>				
Geflügelfleisch	<input type="checkbox"/>				
Fisch (frisch oder tiefgefroren)	<input type="checkbox"/>				
Eier	<input type="checkbox"/>				
Quark	<input type="checkbox"/>				
Käse	<input type="checkbox"/>				
Joghurt	<input type="checkbox"/>				
Frisches Obst	<input type="checkbox"/>				
Kuchen	<input type="checkbox"/>				
Salat	<input type="checkbox"/>				
Gemüse	<input type="checkbox"/>				
Butter auf dem Brot	<input type="checkbox"/>				
Margarine auf dem Brot	<input type="checkbox"/>				
Salzkartoffeln	<input type="checkbox"/>				
Reis oder Nudeln	<input type="checkbox"/>				
Brötchen oder Weißbrot	<input type="checkbox"/>				
Vollkornbrot	<input type="checkbox"/>				
Marmelade oder Nussnougatcreme	<input type="checkbox"/>				

2. Snacks zwischendurch: *Wie oft* isst du die folgenden Speisen?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Wie oft?				
	täglich	mehrmals pro Woche	einmal pro Woche	einmal pro Monat	nie
Pommes frites	<input type="checkbox"/>				
Wurst (Brat-, Bock-, Currywurst)	<input type="checkbox"/>				
Döner Kebap	<input type="checkbox"/>				
Schokolade	<input type="checkbox"/>				
Schokoriegel	<input type="checkbox"/>				
Süße Stücke (Apfeltaschen/Pfannkuchen)	<input type="checkbox"/>				
Pizza	<input type="checkbox"/>				
Chips, salzige Knabbereien	<input type="checkbox"/>				
Hamburger/Big Mac	<input type="checkbox"/>				
Eis (im Sommer)	<input type="checkbox"/>				
Belegte Brote oder Brötchen	<input type="checkbox"/>				

3. Nun zum Trinken: *Wie oft* trinkst du die unten genannten Getränke?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Wie oft?				
	täglich	mehrmals pro Woche	einmal pro Woche	einmal pro Monat	nie
Vollmilch	<input type="checkbox"/>				
Fettarme Milch	<input type="checkbox"/>				
Wasser/Mineralwasser	<input type="checkbox"/>				
Bier	<input type="checkbox"/>				
Cola	<input type="checkbox"/>				
Wein/Sekt	<input type="checkbox"/>				
Limonade	<input type="checkbox"/>				
Fruchtsäfte	<input type="checkbox"/>				
Schnaps/andere Spirituosen	<input type="checkbox"/>				
Power- bzw. Energydrinks (z.B. Red Bull)	<input type="checkbox"/>				
Kakao	<input type="checkbox"/>				

4. Deine Ernährung: **Treffen** die folgenden Aussagen auf dich **zu**?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	immer	oft	selten	nie
Ich habe Angst vor dem Zunehmen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich leide unter großem Hunger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich erbreche Essen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich fühle mich zu dick	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich mache Diät	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Deine Meinung: Was findest du **am Essen wichtig** und was weniger wichtig?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	sehr wichtig	eher wichtig	teils/teils	eher unwichtig	völlig unwichtig
Essen muss satt machen	<input type="checkbox"/>				
Dass man beim Essen mit der Familie zusammen ist	<input type="checkbox"/>				
Essen muss gesund sein	<input type="checkbox"/>				
Dass man beim Essen mit Freunden zusammen ist	<input type="checkbox"/>				
Dass man sich beim Essen Zeit lässt	<input type="checkbox"/>				
Essen muss preiswert sein	<input type="checkbox"/>				
Das Essen muss schön angerichtet sein	<input type="checkbox"/>				

6. Haben deine Eltern ein **Fischbesteck**? ja nein weiß nicht

7. Benutzt ihr am Wochenende **Servietten** beim Essen? nein
 ja, Papierservietten
 ja, Stoffservietten

8. **Wer** kocht meistens bei euch zu Hause? _____

9. Kochst du auch **selbst** zu Hause? nein, nie
 ja, manchmal
 ja, regelmäßig

10. Gibt es Lebensmittel, deren Verzehr deine Eltern dir **verboten** haben?
 nein ja, und zwar _____



11. Deine Eltern und Ernährung: *Treffen* die folgenden Aussagen auf deine Eltern zu?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Wie oft?			
	sehr oft/ immer	oft	selten	nie
Meine Eltern geben mir Geld für die Pausenverpflegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich mag das Essen bei meinen Eltern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meine Eltern achten auf gesunde Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meine Eltern laden ihre Bekannten/Freunde zum Essen ein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meine Eltern lassen mich über das Essen mitbestimmen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meine Eltern achten auf meine Tischmanieren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meine Eltern laden andere Leute zum Grillen ein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meine Eltern nehmen mich zum Essen in Restaurants mit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich muss pünktlich zum Essen zu Hause sein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meine Eltern achten darauf, dass ich nicht zu viel esse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meine Eltern laden Verwandte zum Essen ein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12. *Rauchst* du? nein

ab und zu, und zwar durchschnittlich ca. _____ Zigaretten pro Woche

ja, und zwar durchschnittlich ca. _____ Zigaretten am Tag

13. Deine täglichen Mahlzeiten

a) Zuerst die **Wochentage**: Welche der folgenden Mahlzeiten nimmst du an **Wochentagen** regelmäßig (fast jeden Tag) zu dir? Mit wem nimmst du die Mahlzeiten meistens zu dir?

In der Woche (Montag–Freitag)	regel- mäßig?		Mit wem meistens? Bitte nur eine Antwort ankreuzen			
	ja	nein	Elternteil/ Geschwister	nur Geschwister	allein	Freunde
Erstes Frühstück	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zweites Frühstück (Pausensnack)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mittagessen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nachmittagssnack, Kaffee und Kuchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Abendessen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Imbiss am späten Abend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

b) Jetzt das Wochenende: Welche der folgenden Mahlzeiten nimmst du an Wochenenden regelmäßig (fast jeden Tag) zu dir? Mit wem nimmst du die Mahlzeiten meistens zu dir?

Am Wochenende	regel- mäßig?		Mit wem meistens?  Bitte nur eine Antwort ankreuzen			
	ja	nein	Elternteil/ Geschwister	nur Geschwister	allein	Freunde
Erstes Frühstück	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zweites Frühstück (Pausensnack)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mittagessen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nachmittagsnack, Kaffee und Kuchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Abendessen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Imbiss am späten Abend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

14. Dein Lieblingsessen: Welches *Gericht* würdest du dir zu Hause wünschen?

_____ 

15. Mit Freunden unterwegs: Was *kaufst* du dir dann am *liebsten* zum Essen?

_____ 

16. Wie oft isst du in deiner Schule zu Mittag? nie oder selten
 ab und zu
 regelmäßig, fast jeden Schultag

17. Dein Wissen über Ernährung:

a) **Was meinst du:** Wie viele Kalorien braucht eine erwachsene Frau oder ein erwachsener Mann im Durchschnitt pro Tag?

	Frau	Mann
unter 500 Kalorien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
500 bis 1000 Kalorien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1000 bis 1500 Kalorien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1500 bis 2000 Kalorien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2000 bis 2500 Kalorien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2500 bis 3000 Kalorien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
mehr als 3000 Kalorien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
weiß nicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

b) **Was schätzt du:** Wie viele Kalorien (K.) haben die folgenden Lebensmittel?

1 Apfel	<input type="checkbox"/> 30 K.	<input type="checkbox"/> 70 K.	<input type="checkbox"/> 120 K.	<input type="checkbox"/> weiß nicht
1 Hamburger mit Pommes	<input type="checkbox"/> 600 K.	<input type="checkbox"/> 820 K.	<input type="checkbox"/> 1050 K.	<input type="checkbox"/> weiß nicht
1 Glas Mineralwasser	<input type="checkbox"/> 0 K.	<input type="checkbox"/> 20 K.	<input type="checkbox"/> 50 K.	<input type="checkbox"/> weiß nicht
1 Currywurst mit Pommes	<input type="checkbox"/> 300 K.	<input type="checkbox"/> 550 K.	<input type="checkbox"/> 880 K.	<input type="checkbox"/> weiß nicht
1 Tafel Schokolade	<input type="checkbox"/> 200 K.	<input type="checkbox"/> 550 K.	<input type="checkbox"/> 800 K.	<input type="checkbox"/> weiß nicht
1 Glas Vollmilch (0,2 Liter)	<input type="checkbox"/> 40 K.	<input type="checkbox"/> 80 K.	<input type="checkbox"/> 130 K.	<input type="checkbox"/> weiß nicht

c) In manchen Lebensmitteln ist sehr viel und in anderen sehr wenig an wichtigen **Nährstoffen** enthalten. Was meinst du, welcher Nährstoff ist in den folgenden Lebensmitteln besonders stark enthalten?



Setze jeweils nur ein Kreuz!

	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate	Vitamine	weiß nicht
Brot	<input type="checkbox"/>				
Gurken	<input type="checkbox"/>				
Zucker	<input type="checkbox"/>				
Äpfel	<input type="checkbox"/>				
Rindfleisch	<input type="checkbox"/>				
Butter	<input type="checkbox"/>				
Fisch	<input type="checkbox"/>				

Zu deinen Eltern und eurem Haushalt

18. Wer wohnt *außer dir* noch in eurer Wohnung?

- Mutter oder Stiefmutter (Lebenspartnerin des Vaters)
- Vater oder Stiefvater (Lebenspartner der Mutter)
- Geschwister
- Großvater
- Großmutter
- andere Person(en), und zwar _____

19. *Wie viele Geschwister* von dir wohnen mit in eurer Wohnung?

20. *Wie viele* Personen wohnen insgesamt in eurer Wohnung (rechne dich selbst mit ein!)?

21. In *welcher Art* von Wohnung lebt ihr?

- Wohnung in einem Neubaublock
- Einfamilienhaus oder Reihenhaus
- Wohnung im Mehrfamilienhaus

22. Wohnt ihr zur *Miete* oder *besitzt* ihr die Wohnung (bzw. Haus), in der ihr wohnt?

- Wir wohnen zur Miete
- Wir wohnen in einem eigenen Haus oder in einer Eigentumswohnung

23. *Wie viele Räume* hat eure Wohnung (bzw. Haus) (*ohne* Flur, Abstellraum, Bad und Küche)?

24. Hast du ein *eigenes* Zimmer in eurer Wohnung?

- nein ja

25. Wie häufig übt deine *Mutter* (oder die *Lebenspartnerin deines Vaters*) nach deiner Einschätzung die folgenden Aktivitäten aus?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	öfter/ regelmäßig	selten/ manchmal	nie	weiß nicht
Rock- oder Popmusik hören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Klassik- oder Opernmusik hören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schlagermusik hören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Volksmusik hören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sportveranstaltungen besuchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sport betreiben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ausstellungen oder Museen besuchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In ein Restaurant essen gehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In ein Theater (Oper, Gewandhaus) gehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ein Buch lesen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ins Kino gehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In eine Kneipe oder in ein Café gehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Heimwerken oder Basteln	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Garten arbeiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

26. Wie häufig übt dein *Vater* (oder der *Lebenspartner deiner Mutter*) nach deiner Einschätzung die folgenden Aktivitäten aus?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	öfter/ regelmäßig	selten/ manchmal	nie	weiß nicht
Rock- oder Popmusik hören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Klassik- oder Opernmusik hören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schlagermusik hören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Volksmusik hören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sportveranstaltungen besuchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sport betreiben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ausstellungen oder Museen besuchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In ein Restaurant essen gehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In ein Theater (Oper, Gewandhaus) gehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ein Buch lesen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ins Kino gehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In eine Kneipe oder in ein Café gehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Heimwerken oder Basteln	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Garten arbeiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

27. Besitzt ihr ein *Auto*?

nein ja, ein Auto ja, mehr als ein Auto

28. Haben deine Eltern im Jahr 2000 eine *Urlaubsreise* gemacht, die länger als eine Woche dauerte?

nein ja, einmal ja, mehrmals

29. Was machen deine Eltern? Sind sie ...?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Mutter	Vater
In Rente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbeitslos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Berufstätig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ausschließlich Hausfrau oder Hausmann	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In Ausbildung oder Studium	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anderes, und zwar	_____	_____

30. Arbeiten deine Eltern in *Schichtarbeit*?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Mutter	Vater
geht nicht arbeiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ja	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
nein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

31. Wie viele Stunden arbeiten deine Eltern durchschnittlich pro Woche *beruflich*?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Mutter	Vater
geht nicht arbeiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40 Stunden oder mehr	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20 bis 40 Stunden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 bis 20 Stunden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
weniger als 10 Stunden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

32. In welchem Beruf arbeiten deine Eltern **jetzt** bzw. haben deine Eltern **zuletzt** gearbeitet? Bitte versuche den Beruf möglichst genau anzugeben, also z.B. *Krankenschwester, Kranfahrer, Grundschullehrerin, Taxifahrer oder Maurer!*

Mutter _____

Vater _____

33. Welchen höchsten allgemein bildenden **Schulabschluss** haben deine Eltern?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Mutter	Vater
keinen Schulabschluss	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
POS ³⁶ 8. oder 9. Klasse; Volks-/Hauptschulabschluss	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
POS, 10. Klasse; Mittlere Reife (Realschulabschluss)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fachhochschulreife	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Abitur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

34. Welchen höchsten beruflichen **Ausbildungsabschluss** (z.B. Lehre oder Studium) haben deine Eltern?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Mutter	Vater
keinen Abschluss	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
berufliche Anlernzeit mit Zeugnis oder Teilfacharbeiter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Facharbeiter oder abgeschlossene Lehre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fachschule oder Meister/Techniker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fachhochschule	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Universitäts-/Hochschulabschluss	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
anderes, und zwar	_____	_____
weiß nicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

35. Sind deine Eltern **geschieden** oder **leben** voneinander **getrennt**?

nein ja

36 POS = Polytechnische Oberschule; einheitlicher Bildungsweg in der DDR in den ersten acht bzw. später zehn Schuljahren.

36. Wenn ja, haben deine Eltern einen *neuen Partner* geheiratet oder leben mit einem neuen Partner zusammen?

nein ja, mein Vater ja, meine Mutter

37. Waren deine Eltern in den letzten fünf Jahren schon einmal *arbeitslos*?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Mutter	Vater
nein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ja, einmal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ja, mehrmals	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Zu deiner Person

38. Wie *alt* bist du?

_____ (Jahre)

39. Welches *Geschlecht* hast du?

weiblich männlich

40. Wie viel *wiegst* du?

_____ (Kilogramm)

41. Wie *groß* bist du?

_____ (Zentimeter)

42. Wie viel *Taschengeld* bekommst du insgesamt im Monat?

_____ (DM)

8

43. Hast du neben der Schule einen *Job*?

nein ja

Wenn ja, wie viel verdienst du durchschnittlich pro Monat?

_____ (DM)

44. Deine Freizeit: Wie oft unternimmst du die unten genannten Aktivitäten?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	Wie oft?						
	täglich	mehrmals pro Woche	einmal pro Woche	mehrmals pro Monat	einmal pro Monat	ein-/mehrmals im Jahr	nie
Selbst Sport treiben	<input type="checkbox"/>						
Telefonieren und SMS verschicken	<input type="checkbox"/>						
In die Disco gehen	<input type="checkbox"/>						
In Fußgängerzone oder Einkaufszentrum rumhängen	<input type="checkbox"/>						
Sonst wo rumhängen	<input type="checkbox"/>						
Musik hören	<input type="checkbox"/>						
Videos angucken	<input type="checkbox"/>						
Computerspiele, Gameboy	<input type="checkbox"/>						
Bummeln gehen	<input type="checkbox"/>						
Ins Theater (Oper, Gewandhaus) gehen	<input type="checkbox"/>						
Zeitschriften lesen	<input type="checkbox"/>						
Im Internet surfen	<input type="checkbox"/>						
Comics lesen	<input type="checkbox"/>						
In die Kneipe gehen	<input type="checkbox"/>						
In Jugendclub/Treff gehen	<input type="checkbox"/>						
Mit Freunden in einem Imbiss (z.B. McDonalds) treffen	<input type="checkbox"/>						
Bücher lesen	<input type="checkbox"/>						
Ins Kino gehen	<input type="checkbox"/>						
Sportveranstaltungen besuchen	<input type="checkbox"/>						
In einer Band spielen	<input type="checkbox"/>						
Musizieren (Üben, Chorsingen)	<input type="checkbox"/>						

45. Deine Freunde:

a) Wie oft in der Woche verbringst du deinen **Nachmittag** in der Regel mit Freunden?

_____ Nachmittage

b) Wie oft in der Woche verbringst du deinen **Abend** in der Regel mit Freunden?

_____ Abende

c) Wie viele **Schüler** aus deiner Klasse gehören zu deinen engen Freunden?

_____ Schüler

d) Gehörst du zu einer *festen Gruppe von Freunden*?

ja

nein

e) **Deine Freundesgruppe:** Verschiedene *Gruppen* rechnen sich bestimmten *Richtungen* zu: manche sind Skins, manche Punks, manche Grufties und manche Raver. Gehört deine Clique zu einer solchen Richtung?

nein

ja, wir sind _____

ich gehöre keiner Gruppe an

46. Wie lange *stehst* du durchschnittlich pro Tag *fern*?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	an Wochentagen	an Wochenenden
gar nicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
weniger als eine Stunde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
eine bis zwei Stunden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
zwei bis drei Stunden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
drei bis vier Stunden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
vier bis fünf Stunden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
mehr als fünf Stunden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

47. Bist du Mitglied in einem *Sportverein* oder *einer Sportgruppe*?

nein

ja

Wenn ja, welche *Sportart* betreibst du dort?

48. Bist du Mitglied in einem *anderen Verein* oder *einer anderen Gruppe*?

- nein
 ja, und zwar _____

Wenn du Mitglied in einem Verein oder einer Gruppe bist, an wie vielen Tagen in der Woche bist du durchschnittlich in dem Verein bzw. der Gruppe aktiv?

Sportverein: An _____ Tagen
 Anderer Verein: An _____ Tagen

49. Hast du ein *Handy*?

- nein ja

50. Welche *Note* hattest du auf dem letzten Zeugnis in Mathematik und Deutsch?

	Mathematik	Deutsch
Eins	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zwei	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Drei	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fünf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sechs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

51. Wie gefallen dir die unten genannten Musikrichtungen?

	sehr gut	gut	mittel	schlecht	sehr schlecht
Klassik/Oper	<input type="checkbox"/>				
Schlager	<input type="checkbox"/>				
Popmusik	<input type="checkbox"/>				
Rock/Hardrock	<input type="checkbox"/>				
Techno	<input type="checkbox"/>				
Andere, und zwar: _____	<input type="checkbox"/>				

52. Schulabschluss: Welchen *Schulabschluss* strebst du an?

- Hauptschulabschluss
- Realschulabschluss
- Fachhochschulabschluss
- Abitur

53. *Familie* und *Schule*: Wie stehst du zu diesen Behauptungen?



Kreuze bitte das zutreffende Kästchen an!

	stimmt sehr	stimmt ziemlich	stimmt mittel- mäßig	stimmt wenig	stimmt nicht
Ich kann mit meinen Eltern über persönliche Dinge sprechen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich fühle mich in meiner Familie wohl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Lehrer kümmern sich um die Probleme der Schüler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich bin mit den Lehrern zufrieden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Lehrer wollen vollkommene Ruhe im Unterricht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andere Schüler ärgern oft Mitschüler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich fühle mich in meiner Klasse wohl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Schule geht mir auf die Nerven	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wenn man etwas erreichen will, braucht man gute Schulleistungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

54. Mit einigen Schülern wollen wir ein zweites Interview in Form eines längeren Gesprächs führen. Dafür können wir ein Entgelt von DM 15,- bezahlen. Wärs du grundsätzlich bereit?

- ja nein

Wenn ja, dann gib uns bitte den ersten Buchstaben des Vornamens und des Nachnamens deiner *Mutter* an!

___1. Buchstabe des Vornamens deiner Mutter

___1. Buchstabe des Nachnamens deiner Mutter



Vielen Dank für deine Teilnahme und schöne Ferien!

8.2 Der Leitfragebogen der Interviews

Das Ernährungsverhalten von Schülern

Eine Befragung an Leipziger Schulen 2000/2001

Interview-Leitfragen

Guten Tag, mein Name ist von der Universität Leipzig, Institut für Kulturwissenschaften.

Vielleicht zu Beginn einige Vorbemerkungen zu dem Interview, das ich mit dir führen möchte. Dieses Interview dient dem Zweck einer wissenschaftlichen Studie über das Freizeitverhalten und über die Essgewohnheiten von Schülern im Raum Leipzig.

Wir waren schon im Februar in deiner Schulklasse und du hast damals schon einen Fragebogen zu diesem Thema ausgefüllt und dich freundlicherweise zu einem ausführlichen Interview bereit erklärt. In dem heutigen Gespräch geht es weniger um die Beantwortung einer Reihe von Fragen, sondern darum, dass du uns etwas über deine Freizeit und deine Ernährung erzählst.

Das Interview wird auf Tonband aufgezeichnet. Wir werden deine Aussagen absolut vertraulich behandeln, d.h. diese Aufzeichnungen sind nur für den wissenschaftlichen Gebrauch bestimmt und es ist nicht zu erkennen, dass DU das Interview gegeben hast.

Für den zeitlichen Aufwand, den du hast, können wir dir eine kleine Entschädigung von DM 15,- geben.

Wenn du einverstanden bist, beginnen wir jetzt mit dem Interview.

1. Fangen wir mit dem Frühstück an: Frühstückst du bei dir zu Hause? Bitte versetze dich in die Situation des letzten Frühstücks bei euch zu Hause. Erzähle doch bitte einfach mal, wie ein Frühstück bei euch so aussieht!

- Wer bereitet das Frühstück vor?
- Wenn nicht zu Hause gefrühstückt wird, dann nach Alternative fragen.
- Mit wem zusammen frühstückst du? Gibt es Gesprächsthemen zum Frühstück und wenn ja, welche? Würdest du lieber mit anderen Personen frühstücken?
- In welchem Raum wird gefrühstückt? Wie sieht der Frühstückstisch aus? Ist der besonders dekoriert?
- Seid ihr schon angezogen, wenn ihr frühstückt? Welche Tischsitten gibt es bei euch?
- Was isst du? Warum isst du gerade diese Speisen? Was ist dir an diesen Speisen wichtig?
- Was ist dir besonders wichtig beim Frühstück?

- Kannst du das, was du isst und wie du frühstückst, selbst bestimmen oder bestimmen dies deine Eltern? Gibt es manchmal Streitigkeiten zwischen dir und deinen Eltern, über das, was und wie man frühstücken soll?

2. Wenn du in der Schule bist, isst du dann Pausenbrote?

- Hast du dir zu Hause Pausenbrote gemacht? Oder deine Eltern?
- Was genau isst du und trinkst du in den Pausen?
- Warum isst du gerade diese Speisen?
- Was essen eigentlich deine Freunde so?
- Kaufst du dir etwas zu essen oder zu trinken in den Pausen?
- Gehst du mit Mitschülern einkaufen?
- Tauscht ihr euer Essen?
- Was für Speisen kaufst du dir?
- Wo kaufst du diese Speisen?
- Häufig gibt es ja in einer Klasse verschiedene Cliques. Wenn es solche Cliques in deiner Klasse gibt, kann man die auch daran erkennen, dass diese jeweils etwas Unterschiedliches essen?

3. Erzähle bitte, was unternimmst du unmittelbar nach der Schule? Auch hier wäre es gut, wenn du einfach einen typischen „Ablauf“ erzählen würdest.

- Gehst du direkt nach Hause, bummelst du noch allein oder mit Freunden?
- Isst du nach der Schule noch etwas, bevor du nach Hause gehst?
- Wenn ja, was isst du? Isst du allein oder zusammen mit Freunden?
- Kauft ihr euch das Essen?
- Warum gerade diese Speisen?

4. Isst du mittag? Erzähle mir bitte, wie so ein typisches Mittagessen bei dir abläuft!

- Isst du zu Hause? Wenn ja, beschreibe mal genau, wie so ein typisches Mittagessen bei dir zu Hause aussieht.
- Was isst du zu Hause? Warum gerade dieses Essen?
- Art des Essens: selbst gekocht, Fertigprodukte, gekaufte warme Speisen?
- Wer kocht bei euch das Mittagessen? Bereitest du dir das Essen selbst zu? Ist das Essen schon vorbereitet?
- Mit wem isst du?
- Ist der Tisch zum Mittagessen gedeckt? Wenn ja, wie?
- Kannst du selbst entscheiden, ob und wie du zu Mittag isst, oder entscheiden das weitgehend deine Eltern? Gibt es darüber auch schon mal Streit?
- Isst du mit deinen Freunden zusammen? Wenn ja, beschreib doch mal, wie so ein typisches Essen mit Freunden abläuft.
- Kauft ihr euch was? Kocht ihr?
- Wo esst ihr?
- Was esst ihr? Beschreib mal ein typisches „Gericht“, das ihr euch kauft/kocht.



5. Bitte erzähle nun, was du am Nachmittag unternimmst! Beschreib mal einen für dich typischen Nachmittag.

- Bist du im Verein und/oder mit Freunden unterwegs? Bleibst du zu Hause?
- Was machst du dann? Erzähl mal den Ablauf.
- Isst du am Nachmittag etwas ?
- Wo isst du etwas, wenn du unterwegs bist?
- Warum isst du gerade dort?
- Was isst du, wenn du unterwegs bist?
- Was essen deine Freunde so, wenn du mit ihnen unterwegs bist?
- Warum esst ihr gerade diese Speisen?
- Was machst du eigentlich so, wenn du nicht mit Freunden unterwegs bist?
- Was isst du, wenn du zu Hause bleibst?

6. Isst du zu Abend? Wenn du zu Hause Abendbrot isst, wie sieht das bei euch aus? Erzähle mir bitte genau, wie ein typisches Abendessen bei euch abläuft.

- Mit wem isst du zu Abend? Was wäre dir lieber, wenn z.B. die Eltern nicht dabei sind oder wenn sie immer dabei wären?
- Wer bereitet das Abendbrot vor?
- Wie ist der Tisch gedeckt? Wäre es nicht schöner, wenn der Tisch nett gedeckt wäre?
- Welche Gesprächsthemen gibt es bei euch zu Hause?
- Was isst du zum Abendbrot? Warum?
- Was ist dir beim Abendessen besonders wichtig?
- Gehst du nach dem Abendessen noch einmal raus? (mit wem, wohin)
- Siehst du abends fern? Mit wem siehst du fern? Unterhaltet ihr euch dabei? Isst du etwas dabei?

7. Bitte stelle dir die Situation einer Familienfeier vor. Deine Mutter (oder dein Vater) hat Geburtstag. Wie sieht eine solche Feier bei euch aus?

- Wer bereitet die Feier vor?
- Wie ist der Tisch dekoriert?
- Welche Speisen gibt es? Beschreib mal ein typisches Essen (Vorspeisen, Hauptgerichte, Nachtisch).
- Wird etwas getrunken? Und was? (Bei Wein: Weißt du zufällig welcher Wein?)
- Wenn ihr Nachtisch esst, woraus esst ihr diesen? Beschreibe bitte das Gefäß, aus dem ihr diesen esst!
- Welche Gäste kommen zur Feier? Verwandte? Freunde?
- Was gefällt dir oder was stört dich an solchen Familienfeiern besonders? Wenn es nach dir ging, würdest du bei so einem Fest etwas anderes kochen? Etwas anderes trinken?

8. Feierst du deinen Geburtstag mit Freunden? Bitte erzähle, wie sah dein letzter Geburtstag aus!

- Wer bereitet die Feier vor?
- Wie viele Gäste hast du eingeladen?

- Hast du die Feier besonders ausgestattet (z.B. Girlanden)?
- Gab es etwas zu essen und zu trinken und wenn ja, was?
- Wie war der Tisch dekoriert?
- Hat die Feier deinen Vorstellungen entsprochen? Welche Änderungen hättest du gerne vorgenommen?

9. Stell dir vor, du hättest ausreichend Geld und könntest ein Essen nach deiner Wahl ausrichten. Wie würde das aussehen?

- Wo würde das Essen stattfinden und wen würdest du einladen?
- Wie würdest du den Tisch dekorieren? (welche Blumen, Tischdecken [-farbe], Besteck, Büfett, Mobiliar [z.B. welche Art von Stühlen, Tische: Holz, Plaste, Metall usw.])
- Was würdest du dir zu essen und trinken bestellen?

Abspann: Ganz herzlichen Dank für deine Bereitschaft, an dem Interview teilzunehmen. Ich hatte zu Beginn gesagt, dass ich dir für den zeitlichen Aufwand, den du hast, eine kleine Entschädigung von DM 15,- geben kann. Du müsstest hier (Quittung übergeben) noch unterschreiben, dass du das Geld erhalten hast.

8.3 Beispiel eines transkribierten Interviews

Kurzsteckbrief

Die Informationen des nachfolgenden Kurzsteckbriefs der interviewten Schülerin beruhen in erster Linie auf den Angaben in der standardisierten Befragung. Auch hier wurden Name und demographische Angaben so verschlüsselt, dass die Anonymität der Befragten gewährleistet ist.

Kennzeichen:	Anne, RB, 10/N2 (Thomas), FallNr. 219
Lebensstil/Milieu:	Hochkultur
Personenbeschreibung:	16 Jahre, 53 kg, 167 cm, schulterlanges aschblondes Haar, Zopf, Brille
Lieblingsessen:	Kartoffelgratin, Feldsalat (Rapunzelsalat)
Rauchen (wtl.):	nein
Taschengeld, Arbeit:	30 DM (TG)
Handy:	nein
Zensuren (Mathematik, Deutsch):	M: 1, D: 1
Freizeit:	häufig: Sport, Musik hören, Theater, Sportveranstaltungen, Bücher, musizieren; manchmal: telefonieren, Kneipe, Kino; nie: herumhängen, Computerspiele, Einkaufszentren, Internet
Kleidung:	Jeans, T-Shirt, Turnschuhe
evtl. Berufswunsch:	-
Sonstiges/ Besonderheiten:	Die Familie lebt seit 1993 in Deutschland (in der Familie wird nur deutsch gesprochen).
Familie:	
Geschwister	drei jüngere
Mutter (Beruf)	Pädagogin
Mutter (Freizeit)	häufig: klassische Musik, Museum, Sport treiben, Sportveranstaltungen, Buch lesen, Theater, Garten manchmal: Rockmusik, Restaurant, Kneipe, basteln nie: Schlager, Volksmusik, Kino
Vater (Beruf)	Bankangestellter
Vater (Freizeit)	häufig: Klassik, Restaurants, Theater, Buch, Museen manchmal: Sport treiben, Sportveranstaltungen, basteln, Garten, Kneipe nie: Rock, Schlager, Volksmusik, Kino
Wohnen:	Haus, Garten
Fischbesteck:	ja
Servietten:	Stoff
Auto:	mehr als eins
Reisen:	einmal

Interviewsituation

- Das Interview fand im Institut statt.
- Anne war sehr aufgeschlossen und zeigte nach dem Interview Interesse für das Thema der Ernährung, nicht schüchtern.

Transkribiertes Interview mit Anne

I: Isst du morgens gleich Frühstück?

A: Mmh. Das ist so ungefähr gleich das Erste, was ich mache, wenn ich aufstehe.

I: Erzähle mir bitte, wie das bei euch so aussieht.

A: Also, wir stehen auf, also wir stehen auf, also wir sind sechs Leute in der Familie und vier stehen zur gleichen Zeit auf, also mein Vater und wir drei ältesten Kinder und dann, also bei uns gibt es morgens dann immer Müsli, und ja zum Frühstück unterhalten wir uns dann, und meistens gibt es dann was Warmes zu trinken, aber meistens Orangensaft und dann halt so die unterschiedlichsten Arten Müsli. Ja und ich ess meistens so Vollkornmüsli und schneid mir Bananen rein. Also meistens hab ich die Zeit nicht, weil ich zu lange im Bett liegen bleib.

I: Und bereitet ihr das Frühstück zusammen vor?

A: Also, da ist nicht viel mit vorbereiten. Also, wir wohnen so ein bisschen außerhalb, das heißt, wir müssen um halb sieben losfahren und da bleibt jeder so lange wie möglich im Bett liegen, aber wir essen dann zusammen. Also, wir stellen nur die Schlüssel auf den Tisch und das Müsli und die Milch, und dann wird halt gegessen. Also bei uns wird dann morgens auch immer eine Andacht gelesen, also vor allem dann eher am Wochenende. Am Wochenende ist dann bei uns immer groß Frühstück. Da macht mein Vater dann Frühstück. Weil, meine Mutter macht sonst immer das ganze Essen, und da macht mein Vater am Wochenende Frühstück, und wir machen halt Abendbrot. Ja das ist, ja bei uns gibt es Brötchen am Wochenende und am Sonntag gibt's ein Ei dazu. Und ähm, wir haben halt ein ziemlich großen Garten und da haben wir selbst gemachte Marmelade. Also, wir kaufen keine Marmelade, wir kaufen nur Honig und Nutella (Lachen). Ja also Joghurt gibt's und also es kommt halt drauf an, was da ist, manchmal gibt's Obstsalat, manchmal gibt's Kuchen vom Kaffee, wenn was übrig geblieben ist, Käse gibt's. Wir essen jetzt also sehr wenig Fleisch. Also ich denke auch durch dieses BSE und das Ganze. Wir haben früher mehr gegessen, aber jetzt gibt's bei uns Hühnerfleisch. Wir trinken Kakao, also wir trinken Milo (?), das ist so ein, also das kommt aus Amerika oder England, und das bringen halt immer so unsere ganzen Bekannten mit. Also mir schmeckt das viel besser als Kakao, also vielleicht auch, weil ich es gewöhnt bin. Dann Tee, also meine Eltern trinken ziemlich viel Tee und dann halt hauptsächlich Saft. Also meine Eltern trinken Rooibostee und (?)Tee. Das ist so schwarzer Tee eher. Rooibostee ist ja eher ein Früchtetee.

I: Esst ihr da in einem besonderen Raum oder ist der Tisch da besonders gedeckt?

A: Mh. Also, es kommt drauf an. Wir essen in der Küche. Also eigentlich immer, bis auf am Wochenende, Mittagessen ist manchmal unten oder am Geburtstag Frühstück ist im Wohnzimmer und halt am Sonntag auch manchmal im Wohnzimmer und halt

bei Familienfesten, wie Ostern und Weihnachten, da im Esszimmer, das ist so ein bisschen abgeteilt. Und ansonsten in der Küche. Also, unser Tisch sieht meistens so aus: normalerweise haben wir eine Tischdecke drauf liegen und zum Essen wird die halt abgenommen und dann gibt's halt Platzdeckchen und die Blumen bleiben meistens auf dem Tisch stehen. Am Wochenende essen wir alle zusammen.

I: Gibt es bei euch dann bestimmte Gesprächsthemen?

A: Also es kommt drauf an, manchmal wird dann alles besprochen, was den ganzen Tag so los ist, was jeder vor hat, was man machen soll, wer was machen soll, wer dann abdecken darf, das ist immer ein interessantes Thema (Lachen). Also ich gerate mit meinem Vater immer in theologische Diskussionen, weil er liest halt immer die Andacht vor oder ich lese, wenn er nicht will. Also ich bin meistens total gegensätzlicher Meinung. Und wir diskutieren denn darüber bis dann irgendjemand sagt, dass wir doch über etwas anderes sprechen sollen.

I: Und wie sucht ihr euch die Andachtsworte aus?

A: Ja das ist ganz unterschiedlich, also entweder singen wir oder wir haben so ein Würfel. Und meine kleine Schwester würfelt dann immer und dann beten wir halt, oder wir singen im Kanon manchmal, manchmal einfach nur „Komm Herr Jesus sei unser Gast“.

I: Bestimmen deine Eltern, was es so zu essen gibt? Gibt es Diskussionen?

A: Also ich kann das schon selbst bestimmen, aber ich glaube, die Gewohnheit bestimmt das inzwischen schon, was es gibt. Und über das Essen gibt es eigentlich bei uns keine Diskussionen. Also was da ist, schmeckt und wird gegessen.

I: Was ist dir besonders wichtig beim Frühstück?

A: Ach in der Woche ist es so, dass die Milch kalt ist eigentlich. Wenn ich eine Stunde Ausfall hab oder so und ich später losfahre, das stört mich eigentlich immer am meisten, dass die Milch draußen gestanden hat und dass die Milch so warm ist. Ja (Lachen). Also, manchmal, wenn ich bisschen später aufstehe als alle anderen und dann alleine frühstücke, finde ich das manchmal alleine auch ganz schön, wenn's dann ganz ruhig ist und keine Diskussionen und Debatten am Frühstückstische schon sind, und dass ich auch mal Zeitung lesen kann und so. Und auf der anderen Seite ist es natürlich auch manchmal schön, wenn wir eigentlich alle zusammen dasitzen. Und am Wochenende. Ja bei uns ist Frühstück, wenn alle zusammen dasitzen, der Herd für einige große Diskussionen und so ein Streitherd, da reibt es sich ganz schön manchmal. Na ja. Und das stört mich dann doch manchmal, wenn ich dann morgens aufstehe und gleich Diskussionen und Debatten hab.

I: Ist das Wochenendfrühstück bei euch anders?

A: Das Wochenendfrühstück ist immer besonders sozusagen. Da gibt's immer frische Brötchen und äm, ja, das schmeckt dann immer, das ist immer was Besonderes. Da

gibt's dann immer Nutella und dann gibt's auch mehr so Warmes zu trinken. Ja, das wird dann alles größer aufgezogen.

I: Wie sieht das in der Schule aus, isst du Schulbrot?

A: Ja. Meine Eltern achten drauf, dass ich was mitnehme, also meistens. Ich mach mir auch selber was, weil ich bin meistens ziemlich lange in der Stadt, manchmal den ganzen Tag bis um zehn. Und dann nehm ich mir schon was mit, also. Manchmal ist es aber dann auch so, dass ich morgens so im Stress bin, und dann lauf ich raus und hab mir was gemacht und hab's vergessen oder ich hab's mitgenommen und da ist nichts Neues drinne, weil ich die falsche Dose eingepackt, aber das passiert eigentlich selten.

I: Wenn du jetzt was vergessen hast, kaufst du dir dann was zum Essen oder Trinken?

A: Das ist auch vom Tag abhängig. Also meine Tage sind ziemlich durchorganisiert, und wenn ich halt den ganzen Tag in der Stadt, dann kauf ich mir zwischendurch auch schon was zu essen, das hängt dann aber auch davon ab, wie viel Geld ich mit hab und wie viel ich ausgeben will. Also, wenn ich in der Musikschule bin, das ist ein Bäcker gegenüber, dann kauf ich mir meistens en Vollkornbrötchen, weil die so gut schmecken. Wenn ich mir was leiste, dann kauf ich mir mal en Berliner oder so was leckeres Süßes, und meine Mutter sagt immer, ich soll mir einen Salat kaufen, aber der ist immer so teuer. Also es hängt davon ab.

I: Wenn der Unterricht vorbei ist, was unternimmst du dann unmittelbar nach der Schule? Wie sieht ein typischer Nachmittag für dich aus?

A: Ja, also meistens ist es so, dass ich direkt nach der Schule, also ich mach halt Cello und Gesang und Harfe und (...) Am Donnerstag oder Freitag, na nehm ich mal Donnerstag. Donnerstag sieht so aus, dass ich nach der Schule zum Cellounterricht gehe, da hab ich dann zwei Stunden Cellounterricht. Danach treff ich mich mit ein paar Freunden. Vorm Orchester sitzen wir dann alle in der Musikschule und unterhalten uns, oder wir gehen noch mal kurz in die Stadt oder setzen uns in den Park, dann hab ich dann noch 2,5 Stunden Orchester danach. Also, das ist so der Donnerstag. Und heute jetzt, wenn ich dann hier fertig bin, dann hab ich halt Harfeunterricht und danach gehe ich noch zum Trio. Und mittwochs, da bin ich bis um vier in der Schule, das ist ziemlich spät, weil ich noch Französisch-AG hab, und danach fahre ich dann halt zum Badmintontraining nach R., und das ist dann auch halt da, wo ich wohne, also außerhalb. Und da bringt meine Mutter mir immer was zum Essen mit, was vom Mittagessen bleibt, also aufgewärmt und im Handtuch eingewickelt und in Korb gelegt. Weil wir werden von meiner Mutter trainiert, das macht sie in ihrer Freizeit. Und ja, dann ess ich immer, und dann hab ich Training, und danach fahre ich dann wieder in die Stadt rein und hab dann noch Chor, also bis abends um zehn. Das ist ganz schön lang, aber ich würde es nicht aufgeben, weil es so ein Spaß macht.

I: Wenn du mit deinen Freunden unterwegs bist, isst du da auch was?

A: *Also, ich, ich ess eigentlich nicht so viel, wenn ich unterwegs bin.*

I: Du fährst nach der Schule also nicht unmittelbar nach Hause?

A: *Ja. Eigentlich sehr selten.*

I: Und was und wo isst du mittag oder lässt du das aus?

A: *Mittag bleibt bei mir oft auf der Strecke, das ist nicht so gut, das weiß ich auch, aber das bleibt bei mir meistens auf der Stecke. Also ich ess dann nach der Schule kurz was und dann geht's halt weiter. Also manchmal ess ich en Brötchen und manchmal bei unserer Schule gegenüber ist eine Kaufhalle, da kauf ich dann Quark dazu und dann.*

I: Und wenn du doch mal nach Hause fährst, was gibt es da bei euch?

A: *Also heute gab's bei uns Kartoffeln und Fisch und halt Salat gibt's bei uns immer, Gemüse halt. Meine Mutter ist noch zu Hause und fängt ab dem nächsten Monat wieder an zu arbeiten, ja und bei uns gibt es jeden Tag warmes Mittagessen, Salat, Klöße.*

I: Und wenn du bei deinen Freunden zu Hause bist, kocht ihr euch manchmal was?

A: *Mmh. Das machen wir eigentlich auch ziemlich gerne. Ich hab zum Beispiel eine Freundin, die in G. wohnt, und das ist halt ziemlich zentral. Und da geh ich dann auch manchmal nach der Schule hin, einfach so. Bei der kochen wir zum Beispiel meistens Nudeln und irgendwelche Käsesaucen oder irgend was Leckeres. Wir kochen eigentlich ziemlich oft, chinesisches manchmal. Wir treffen uns auch manchmal bei mir und backen uns ein Hefezopf oder Kuchen, meistens am Wochenende*

I: Mmh. Könnte man sagen, dass es bei euch in der Klasse Gruppen oder Cliques gibt, die sich in einer bestimmten Weise ernähren?

A: *Also ich glaub nicht, dass es in Cliques eingeteilt werden kann, weil jeder sein Essen von zu Hause mitkriegt, und ich glaube, das Essverhalten bei uns in der Schule ist eigentlich bei allen so. Die haben alle Schnitten mit in der Schule, wo was drauf gelegt ist, ja das ist Käse oder Wurst oder Käse mit Salat oder so. Na ja, meistens en Apfel oder ne Banane, manche haben en Joghurt mit und dann halt auch noch was zu trinken. Also manche haben dann schon ein bisschen was Süßes mit, das fällt dann schon auf. Aber zum Beispiel zu Ostern, da hatten nun ziemlich viele was Süßes mit. Aber sonst unterscheidet sich das eigentlich nicht so.*

I: Ich komme nun zum Abendbrot. Wie sieht so ein typisches Abendessen bei euch aus?

A: *Also wir essen eigentlich immer Brot mit Aufschnitt. Tee gibt's bei uns zum Abendbrot und dann halt Gurken geschnitten und Tomaten, na, wenn mein Vater Abendbrot,*

der macht dann immer einen Riesenobsteller, die werden immer nicht alle, oder die werden doch alle, aber es kommt drauf an, wie lange wir dann sitzen. Aber ansonsten, also ich ess gerne Joghurt zum Abendbrot. Das ist schön frisch.

I: Wer bereitet bei euch das Abendbrot vor?

A: Also das machen meistens die Kinder. Wir sind dann halt etwas früher zu Hause oder meine Mutter, meine Eltern sind noch unterwegs. Und wenn's im Schnelldurchgang läuft, dass nur die kleinen Kinder abgefüttert werden müssen, dann kriegt halt jeder ne Schnitt gemacht und dann setzen sie sich dann hin und essen.

I: Wenn deine Eltern da sind, esst ihr zusammen?

A: Also ich komme ja meistens ziemlich spät, also ich ess dann meistens, also meine Mutter setzt sich dann immer noch mit hin oder mein Vater. Also eigentlich essen wir, es gibt so zwei Gruppen das ist einmal die Kleinen, die dann früh ins Bett müssen, und dann noch mal die anderen, ja.

I: Du hattest vorhin bereits angesprochen, dass ihr immer Gesprächsthemen habt, wie ist das beim Abendbrot?

A: Doch ja, das ist bei uns sowieso, weil wir ja immer abgeholt werden von der Straßenbahn. Und das ist beim Essen einmal, weil dann alle halt zusammensitzen, und dann wird halt erzählt, was passiert ist. Aber auch im Auto, also, wenn wir jetzt von der Straßenbahn zurück nach Hause fahren, dann wird dann halt darüber geredet, das und das und das hast du gemacht, das ist passiert, das war wichtig, das muss ich zu Hause noch machen. Das passiert eigentlich immer im Auto, und das ist dann abgehakt.

I: Was ist dir beim Abendessen wichtig?

A: Dass ich genug abkriege (Lachen), ne, ich weiß es nicht, das ist eigentlich, na ich weiß nicht, es ist eigentlich ganz schön, so wie es so abläuft. Aber ich könnte jetzt nicht sagen, was so besonders dran ist. Es ist halt einfach nur, wir setzen uns alle zusammen hin und essen Abendbrot. Doch, doch, doch, vielleicht, dass es was Frisches gibt, jetzt nicht nur Brot und und, sondern, dass es auch en bisschen Obst gibt oder Gemüse, was frisch ist.

I: Gehst du nach dem Abendessen manchmal noch raus?

A: Im Sommer ja, im Winter eigentlich nicht. Also, in den Ferien schon, da geh ich immer noch raus, da mach ich meistens nicht mehr viel, aber ich geh halt noch mal raus und lauf noch ne Runde mit irgendjemanden oder spiele Badminton, aber das dauert dann meistens so lange, weil ich dann zuerst blaue Flecken habe.

I: Seht ihr fern? Seht ihr abends manchmal fern?

A: Selten, also mein Vater guckt manchmal Tagesschau, K. und C. gucken Sandmann. Ja, also, ich guck eigentlich nie Fernsehen, oder es ist ganz selten.

I: Wenn ihr dann mal fernseht, gibt es dabei auch was zu essen?

A: *Ja, da gibt's was. Also meine Mutter isst wahnsinnig gerne Schokolade. Doch, Schokolade ist wirklich lecker. Ja und, äm, Chips gibt es bei uns eigentlich nicht, wenn dann Salzstangen oder diese Fischlis dann von Goldfischlis, und dann also, ja gibt es Wein zum Trinken oder halt Saft.*

I: Trinkst du auch Wein mit? Habt ihr einen Weinkeller?

A: *Ja, ab und zu trinke ich auch ein Glas mit, aber ich bin nicht so der große Weintrinker. Meine Eltern trinken beide, glaube ich, ziemlich gerne Wein. Und vor allem Rotwein. Also meine Mutter trinkt wahnsinnig gerne Rotwein. Und mein Vater trinkt, glaube ich, beides ganz gerne. Und, und der erzählt dann immer von irgendwelchen Weinsorten: und der ist ganz toll und der ist auch ganz toll, ja aber, doch, da ist schon ziemlich viel Wein im Keller.*

I: Kommen wir nun zu einer anderen Situation. Stelle dir bitte die Situation einer Familienfeier vor. Deine Mutti oder dein Vati hat Geburtstag. Wie läuft so eine Familienfeier bei euch ab?

A: *Na, also die klassischen Familienfeiern gibt es bei uns eigentlich ganz selten, weil unsere ganze Familie wohnt halt in S. und wir sind die einzigen, die hier sind. Das heißt unsere einzigen Verwandten in Deutschland überhaupt wohnen in Leipzig, zufällig, und das ist die Cousine meines Großvaters, also das sind ziemlich entfernte Verwandte. Und Familienfeiern laufen bei uns, also Geburtstage laufen bei uns so ab, dass dann schön gefrühstückt wird. Da wird dann auch mal Kaffee getrunken. Also bei uns wird selten Kaffee getrunken, wenn man mal Kuchen gebacken hat halt. Äm, ja, dann wird halt morgens am Bett gesungen, so lange muss man bitte noch schlafen, bis gesungen wird, und dann wird gefrühstückt. Und dann ist immer ein Blumenkranz um Tisch, ach um Teller gelegt. Und, oder Ostern zum Beispiel ist dann, dann gibt's dann halt ein besonderes Frühstück mit Kuchen und ja. Familienfeiern? Ach so klassische Familienfeiern mit allen Omas und Opas, die da kommen, also das haben wir halt selten. Ansonsten wird dann immer wahnsinnig viel und groß gegessen, dass man schon nach der Vorspeise denkt, jetzt kann man nicht mehr. Aber es ist eigentlich ganz lustig, weil halt viel gesungen wird bei uns und es wird auch oft ein Programm gemacht, also es ist nicht so, dass man nur isst.*

I: Kocht ihr auch was zu solchen Festen zum Mittag- oder zum Abendessen?

A: *Ach, das kommt auch auf die Situation drauf an. Zu Weihnachten zum Beispiel, da essen wir kein Mittagessen. Das entfällt, also da gibt's morgens spät Frühstück und dann gehen wir zur Kirche, und nachmittags kommen wir nach Hause, und dann gibt's Kaffee und Kuchen, und dann gibt's halt abends um elf erst wieder was zum Essen, und dann halt aber auch eigentlich nur einen Imbiss. Und dann am ersten Weihnachtsfeiertag ist es dann aber so, dass dann halt richtig mittaggegessen wird. Da fällt das Frühstück dann flach, da nimmt sich jeder was, was gerade da ist, weil dann alle noch total verschlafen sind. Und also bei uns ist es meistens so,*

wenn es bei uns groß Mittagessen gibt, dann fällt 's Abendbrot meistens weg, oder es macht sich nur der was, der Hunger hat, weil es ist dann einfach zu viel und man kann nicht so viel essen.

I: Was für Gerichte gibt es bei euch?

A: Äm, Klöße gibt's manchmal oder. Bei uns gibt es oft Kartoffeln mit Petersilie oder Kartoffelgratin mit so Sahne und Käse oben drauf, und Rotkraut gibt's bei uns immer, wenn, also immer wenn größere Sachen sind. Rapunzelsalat, der schmeckt dann immer sehr lecker. Ja und dann Fleisch gibt es auch manchmal, also Braten.

I: Mmh, esst ihr auch einen Nachtisch?

A: Also, bei uns gibt's immer eingemachte Kirschen aus den Garten, die sehen immer schon etwas abgenutzt aus (Lachen), na ja, also, das ist, wenn wir Besuch haben, die gucken immer ganz komisch und, äm, na ja. Und dann hatten wir auch Jahre, wo wir Kirschen eingemacht haben, und da hatten wir wahnsinnig viele Maden in den Kirschen, und dann muss man die erst abgießen und auch noch extra abwaschen, ja also Kirschen gibt's oft zum Nachtisch, manchmal Eis, ja, Birnen auch aus dem Garten, da sind dann aber keine Maden drinne.

I: Trinkt ihr zum Essen was dazu?

A: Also beim großen Mittagessen und so: Erwachsene trinken Wein, Kinder trinken Saft. Und das ist halt das Besondere, wenn bei uns Familienfeiern sind und gegessen wird, dass dann eigentlich im Wohnzimmer gegessen wird mit dem schönen Geschirr und Kerzen auf dem Tisch stehen, weiße Tischdecke, auf die man nicht kleckern darf (Lachen). Wir haben immer so, also meine Großmutter hat wahnsinnig gerne gestickt, oder stickt immer noch sehr gerne. Also, da gibt Decken für jeden Anlass, also da gibt's für Ostern, welche für Weihnachten. Die sind halt so lang (Anne zeigt ca.1 m) und die werden dann so über den Tisch gelegt in der Mitte und dann sind halt so Stövchen drauf, wo dann Essen dann drauf steht und Kerzen eigentlich. Und dann haben wir halt so roten Geschirr, das hat halt so kleine Herzchen, das kennen auch ziemlich viele, das ist bekannt. Ja das ist halt unser schönes Geschirr sozusagen, ja.

I: Was gefällt dir bei einer Familienfeier gut und was stört dich?

A: Was mich stört ist, dass man immer so wahnsinnig lange am Tisch sitzen muss, und dann sitzt man da, und dann langweilt man sich schon so ein bisschen, und die erzählen dann noch so was Politisches und ganz wichtig und ganz groß. Ne, ich meine, es ist ja alles sehr interessant und ich diskutiere mit, aber manchmal ist es halt einfach ein bisschen viel. Und keine weiß, was mit sich anzufangen und dann nimmt man doch noch was zu essen und, ach. Was mich manchmal stört, vorher sehr stört, ist manchmal, dass dann ziemlicher Stress ist, dass der Tisch gedeckt werden muss, bitte mach noch das und hol doch bitte noch Saft aus den Keller, ja ... Also, was ich schön finde ist, dass man sich hinsetzen kann, aber dann hat man ja meistens keinen Hunger mehr, wenn man das Essen gekocht hat. Ich mein, meine



Mutter kocht das Essen, ich mach das nicht so oft. Aber wenn man das gekocht hat, dann ist man eigentlich schon ziemlich satt, also da isst man dann auch nicht mehr so viel.

I: Würdest du bei solch einem Fest etwas anderes kochen, wenn es nach dir ginge?

A: Ach, ich bin zufrieden mit dem Essen. Unser Essen schmeckt immer sehr gut. Also, mein Bruder macht manchmal ein paar Sperenzchen: ich ess keinen Broccoli mit Mandeln, und das ess sich auch nicht, aber dann isst er's eben nicht, soll er sehen, wo er bleibt. Wenn er's nicht isst, hat er halt Pech.

I: Wenn du jetzt mit deinen Freunden feierst, zum Beispiel deinen Geburtstag, stell dir bitte diese Situation vor und beschreib mal bitte, wie das bei dir aussieht.

A: Also, zu meinem letzten Geburtstag waren ziemlich wenig da, weil ich in den Ferien Geburtstag hab. Manchmal hab ich halt Glück, da sind alle da. Manchmal hab ich halt Pech, da ist fast niemand da. Ja, und letztes Mal haben wir, da waren halt ziemlich wenige da, da haben wir Raclette gegessen. Wenn viel da sind dann machen wir meistens Büfett und Salate und oder grillen, und jeder kann sich nehmen, was er haben will. Und letztes Mal haben wir halt Raclette gegessen, das war eigentlich sehr schön, weil da sitzt man lange zusammen und es ist auch schön, dass man immer so kleine Portionen hat und die man so reinschiebt. Und dann kann man selber kreieren, was man gerne so haben will, doch das ist eigentlich immer sehr schön gewesen ... Und zum Trinken gibt's Verschiedenes. Zu trinken gibt's halt Saft und Limonade und Bowle (Lachen). Ich persönlich trinke gar nicht gerne Alkohol, weil es schmeckt mir einfach nicht. Und Wein für die, die es unbedingt haben wollen.

I: Hast du das Zimmer dann vielleicht besonders dekoriert?

A: Hm. Also, wir machen's ja immer draußen eigentlich. Also letztes Jahr war halt ne Ausnahme, da sind wir auch nur zum Essen reingegangen, weil es ist Sommer und das ist warm. Dieses Jahr habe ich übrigens in der Schulzeit Geburtstag, da muss ich mir ganz was anderes einfallen lassen. Ja da sind dann alle da, da gibt's wohl ne große Feier im Garten (Lachen).

I: Wie ist der Tisch im Garten gedeckt?

A: Da gibt's dann ne bunte Sommertischdecke. Jeder kann sich nehmen und hinsetzen, wo er will. Oder wir machen richtig toll mit ... wie es halt drinne auch ist. Also Kerzen geht ja schlecht draußen, aber halt einfach schön gedeckt. Also ich weiß nicht. Wir hatten sonst die Sachen einfach hingestellt auf so eine Ding, so einem langen Tisch und halt einen, wo man sich halt so richtig hinsetzen kann. Und da steht dann halt das Essen drauf, und jeder kann sich nehmen und sich hinsetzen, wo man will. Und dann auch welche auf die Schaukel oder so.

I: Was gehört für dich zu einem richtig schön gedeckten Tisch dazu?

A: Tischdecke, also gebügelte Tischdecken. Dann schönes Geschirr, also ich mag zum Beispiel auch dieses blaue Geschirr, dann Servietten, Kerzen, ja, das ist es eigentlich. Blumen, muss aber nicht sein, aber ist schön. Ich mag gerne einen bunten Strauß, also nicht nur Tulpen oder Nelken oder so was. Am schönsten ist eigentlich so Mohn und Wiesenblumen, durcheinander halt.

I: Stelle dir nun bitte vor, du hättest ausreichend Geld zur Verfügung und du könntest ein Fest oder eine Feier nach deinen Vorstellungen ausrichten. Was würdest du machen?

A: (Lachen) Komische Vorstellung. Ähm, was ich machen würde? Ich glaube, ich würde es trotzdem auf eine relativ sparsame Art und Weise machen. Also, meistens ist es bei uns so, dann bringt jeder was mit, Salat, Kartoffelsalat, Brötchen, sozusagen, und das gefällt mir so eigentlich auch immer recht gut. Die Klassenkameraden müssen Brötchen mitbringen, die bringen immer solche Kastenbrötchen mit. Also, die wohnen ja im Kasten, das ist das Internat. Also, ich weiß nicht, wie die das machen, aber die lassen bestimmt dann welche mitgehen, weil die können ja keinen Salat mitbringen. Und wenn wir grillen, das Fleisch steuern wir meistens bei, und den Rest, der wird gebracht. Also, wenn viele Leute, ist es immer recht schwer, wie so ein tolles Spargelessen mit Sauce hollandaise oder so, das ist dann nicht das Wahre, wenn's viel Leute sind. Also, ich glaube, ich würde es so lassen wie es ist, also ich bräuchte gar nicht so viel Geld.

I: Beschreib mal bitte so eine Party, wenn ihr zusammen feiert.

A: Ja, also, es kommen erst mal alle zu spät. Also grundsätzlich, weil zur Party kommt man nicht pünktlich, also meistens zumindest nicht. Partys sind bei uns zu Hause immer draußen. Da werden Lampions aufgehängt, und da haben wir solche Windlichter für draußen. Da hat immer den Anklang (?), dass kleine nervende Geschwister nach draußen kommen und unbedingt mitmachen wollen, aber das ist ja okay, das dürfen sie ja gerne (Lachen). Ja, jeder bringt was mit, und dann wird meistens erst mal gegessen, oder das zieht sich so über den ganzen Abend hin, Musik, alle quatschen. Wenn wir Glück haben, ist es schön warm draußen, schwimmen gehen. Später meistens, das ist ziemlich spät, Lagerfeuer dann, wenn's angemeldet ist. Da backen wir dann Stockbrot, ja und Äpfel. Stockbrot ist bei uns immer ziemlich süß, weil wir machen so einen normalen Hefeteig fertig und wir machen immer eine große Schüssel fertig, weil das wird immer alle.

I: Bringt ihr auch alkoholische Getränke oder andere mit?

A: Wenn jemand was Besonderes haben will, dann kann er sich das gerne mitbringen. Alkohol ja, aber ich mag es nicht so gerne, wenn sie sich bei uns besaufen. Also, dann total zugesoffen im Garten rumliegen, also das können die dann woanders machen.

8.4 Literatur

- Barlösius, Eva (1995): Lebensstilanalyse und arme Lebenssituationen. In: Eva Barlösius et al. (Hrsg.): *Ernährung in der Armut. Gesundheitliche, soziale und kulturelle Folgen in der Bundesrepublik Deutschland*. Berlin: Sigma, 306–327.
- Barlösius, Eva (1999): *Soziologie des Essens. Eine sozial- und kulturwissenschaftliche Einführung in die Ernährungsforschung*. München: Juventa.
- Barlovic, Ingo (1999): Kinder in Deutschland – ihre Lebenssituation, ihre Vorlieben, ihre Konsumwelt. In: Ingrid-Ute Leonhäuser / Ilona Berg (Hrsg.): *Kids & Food: Essverhalten von Kindern – Wunsch und Wirklichkeit*. Bingen: AMC, 10–32.
- Bayer, Otto / Kutsch, Thomas / Ohly, Hans-Peter (1999): *Ernährung und Gesellschaft: Forschungsstand und Problembereiche*. Opladen: Leske + Budrich.
- Beck, Ulrich (1986): *Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Bergmann, K. E. / Mensink, G. B. M. (1999): Körpermaße und Übergewicht. *Gesundheitswesen* 61, Sonderheft 2, 115–120.
- Bourdieu, Pierre (1982): *Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft*. Frankfurt: Suhrkamp.
- De Graaf, Paul M. (1988): Parent's Financial and Cultural Resources, Grades, and Transition to Secondary School in the Federal Republic of Germany. *European Sociological Review* 4, 209–221.
- Der Bundesminister für Gesundheit (Hrsg.) (1995): *Daten des Gesundheitswesens*. Baden-Baden: Nomos.
- Der SPIEGEL (2000): „Generation XXL.“ *Der SPIEGEL*, Nr. 51, 2000, 146–158.
- DGE – Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.) (1996): *Ernährungsbericht 1996*. DGE-spezial 7/1996. Frankfurt a.M.: Henrich.
- DGE – Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.) (2000a): *Ernährungsbericht 2000*. Frankfurt a.M.: Henrich.
- DGE – Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.) (2000b): *Vollwertig Essen und Trinken nach den 10 Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung*. <www.dge.de/Media/PDF/10_Regeln_der_DGE.pdf> (5.9.02).
- Diehl, Joerg M. (2000): Werbung und Ernährung. In: Bertelsmann Stiftung (Hrsg.): *Aspekte der Ernährung im Kindes- und Jugendalter. Ein Workshop der Expertenkommission „Ernährung und Gesundheit“*. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung, 27–33.
- DiMaggio, Paul (1982): Cultural Capital and School Success: The Impact of Status Culture Participation on the Grades of U.S. High School Students. *American Sociological Review* 47, 189–201.
- DiMaggio, Paul / Mohr, John (1985): Cultural Capital, Educational Attainment, and Marital Status. *American Journal of Sociology* 90, 1231–1257.
- DiMaggio, Paul / Mohr, John (1995): The Intergenerational Transmission of Cultural Capital. In: Michael Wallace (Hrsg.): *Research in Social Stratification and Social Mobility*. Greenwich: JAI-Press 167–199.
- Eckert, Roland / Wetzstein, Thomas (1999): Soziale Identität, kulturelle Distinktion und Gewalt in Jugendcliquen. In: Jürgen Gerhards / Ronald Hitzler (Hrsg.): *Eigenwilligkeit und Rationalität sozialer Prozesse*. Opladen: Westdeutscher Verlag, 415–449.
- Faber, Cornelia (1996): Ernährungsverhalten von Abiturienten: Eine empirische Studie bei hessischen Abiturienten allgemeinbildender und beruflicher Gymnasien mit dem Schwerpunkt Ernährung – Hauswirtschaft. Dissertation: Universität Gießen.
- Gerlinghoff, Monika (1996): *Magersucht und Bulimie – Innenansichten*. München: Pfeiffer-Verlag.
- Groeneveld, Maïke et al. (1993): Die Giessener Vollwerternährungsstudie. Erste Ergebnisse einer Fragebogenerhebung. *Aktuelle Ernährungsmedizin* 18, 143–148.

- Hartmann, Peter H. (1999): *Lebensstilforschung. Darstellung, Kritik und Weiterentwicklung*. Opladen: Leske + Budrich.
- Heyer, Alexandra (1997): *Ernährungsverorgung von Kindern in der Familie. Eine empirische Untersuchung*. Lage: Jacobs.
- Hitzler, Ronald / Bucher, Thomas / Niederbacher, Arne (2001): *Leben in Szenen. Formen jugendlicher Vergemeinschaftung heute*. Opladen: Leske + Budrich.
- Hoffmeister, Hans / Bellach, Bärbel-Maria (Hrsg.) (1995): Die Gesundheit der Deutschen. Ein Ost-West-Vergleich. *RKI-Hefte 7/1995*. Berlin: Robert Koch-Institut.
- Hradil, Stefan (1987): *Sozialstrukturanalyse in einer fortgeschrittenen Gesellschaft. Von Klassen zu Lagen und Milieus*. Opladen: Leske & Budrich.
- Hupkens, Christianne et al. (1998): Class Differences in the Food Rules Mothers Impose on their Children: A Cross-National Study. *Social Science and Medicine* 47, 1331–1339.
- Hurrelmann, Klaus (1995): *Lebensphase Jugend. Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung*. Weinheim: Juventa.
- Karg, Georg et al. (1996): Ernährungssituation in der Bundesrepublik Deutschland. In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): *Ernährungsbericht 1996*. Frankfurt: Henrich, 17–65.
- Kibler, Rudolf (1997): *Ernährungssituation in Bayern. Bayerische Verzehrsstudie (BVS)*. Kurzfassung der Ergebnisse. München: Bayerische Landesanstalt für Ernährung.
- Kienzle, Brunhilde (1988): Ernährungsverhalten von Schülern an Gymnasien, Realschulen und Hauptschulen – eine vergleichende Analyse von Ernährungsverhalten, Ernährungseinstellungen und Ernährungswissen bei Schülern der 9. Klasse an allgemeinbildenden Schulen im Freiburger Raum. Dissertation. Universität Hohenheim.
- Klocke, Andreas (1995): Der Einfluss sozialer Ungleichheit auf das Ernährungsverhalten im Kindes- und Jugendalter. In: Eva Barlösius et al. (Hrsg.): *Ernährung in der Armut. Gesundheitliche, soziale und kulturelle Folgen in der Bundesrepublik Deutschland*. Berlin: Sigma, 185–203.
- Klocke, Andreas (2000): Methoden der Armutsmessung. Einkommens-, Unterversorgungs- und Deprivationskonzepte im Vergleich. *Zeitschrift für Soziologie* 29, 313–329.
- Klocke, Andreas (2001): Die Bedeutung von Armut im Kindes- und Jugendalter. Ein europäischer Vergleich. In: Andreas Klocke / Klaus Hurrelmann (Hrsg.): *Kinder und Jugendliche in Armut*. 2. Auflage. Opladen: Westdeutscher Verlag, 272–290.
- Köhler, Barbara Maria (1991): Gibt es eine soziale Differenzierung des Ernährungsverhaltens? Sekundär-analytische Untersuchungen sozialer Bestimmungsgründe des Ernährungsverhaltens Erwachsener. *WZB-Discussion Paper Public Health*. Wissenschaftszentrum Berlin, 91–208.
- Köhler, Barbara Maria / Oltersdorf, Ulrich / Papastefanou, Georg (2000): *Ernährungsberichterstattung in der Bundesrepublik Deutschland*. Berlin: Sigma.
- Kreckel, Reinhard (1992): *Politische Soziologie der sozialen Ungleichheit*. Frankfurt: Campus.
- Kübler, Werner et al. (Hrsg.) (1994): *Lebensmittel- und Nährstoffaufnahme in der Bundesrepublik Deutschland*. Ergänzungsband zum Ernährungsbericht 1992 auf der Basis der Nationalen Verzehrsstudie im Auftrag der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Verbundstudie Ernährungserhebung und Risikofaktorenanalytik (VERA). Niederkleen (Schriftenreihe BD XII).
- Kutsch, Thomas (Hrsg.) (1993): *Ernährungsforschung – interdisziplinär*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Lang, Sabine (1998): Zielgruppe Kinder: Methodische Besonderheiten bei der Befragung. *planung und analyse*, 71–75.
- Lechner, Götz (1998): Ist die Erlebnisgesellschaft in Chemnitz angekommen? In: Peter A. Berger / Michael Vester (Hrsg.): *Alte Ungleichheiten – Neue Spaltungen*. Opladen: Leske + Budrich, 257–274.
- Lechner, Götz (2000): Ist die Erlebnisgesellschaft in Chemnitz angekommen? Von feinen Unterschieden zwischen Ost und West. Dissertation an der TU Chemnitz.
- Lütke, Hartmut (1989): *Expressive Ungleichheit. Zur Soziologie der Lebensstile*. Opladen: Leske + Budrich.



- Lüdtke, Hartmut (1990): Lebensstile als Dimension handlungsproduzierter Ungleichheit. In: Peter A. Berger / Stefan Hradil (Hrsg.): *Lebenslagen, Lebensstile, Lebensläufe*. Göttingen: Schwartz, 433–454.
- Matiaske, Bärbel / Zipp, Anke (1996): Ernährung und Gesundheit, dargestellt an den Ergebnissen der Nationalen Verzehrsstudie. In: Kutsch, Thomas / Weggemann, Sigrid (Hrsg.): *Ernährung nach der Wende: Veränderungen in Haushalt, Beruf und Gemeinschaftsverpflegung*. Bonn: Verlag M. Wehle, 49–63 (Bonner Studien zur Wirtschaftssoziologie, Bd. 3).
- Mayring, Philipp (1999): *Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken*. Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Mennell, Stephen (1988): *Die Kultivierung des Appetits. Die Geschichte des Essens vom Mittelalter bis heute*. Frankfurt: Campus.
- Mielck, Andreas (2000): *Soziale Ungleichheit und Gesundheit*. Bern: Verlag Hans Huber.
- Müller-Schneider, Thomas (1994): *Schichten und Erlebnismilieus*. Wiesbaden: Deutscher Universitätsverlag.
- Neubauer, Alexandra (1998): Ernährungstrends in der BRD als Spiegelbild politischer und gesellschaftlicher Entwicklungen. Dissertation. Bamberg.
- Neumark-Sztainer, Dianne, 1999: Einflussfaktoren auf gestörtes Essverhalten im Jugendalter. In: Petra Kolip (Hrsg.): *Programme gegen Sucht*. Weinheim: Juventa, 109–119.
- Ohr, Dieter (2001): Purchasing Healthy Food in Germany. An Empirical Analysis of its Attitudinal and Socio-economic Antecedents. In: Georg Papastefanou et al. (Hrsg.): *Social and Economic Research with Consumer Panel Data*. Mannheim: ZUMA, 75–94 (ZUMA-Nachrichten Spezial Band 7).
- Plasser, Gunda, 1994: Essen und Lebensstil. In: Rudolf Richter (Hrsg.): *Sinnbasteln. Beiträge zur Soziologie der Lebensstile*. Wien: Böhlau, 88–98.
- Prahl, Hans-Werner / Monika Setzwein (1999): *Soziologie der Ernährung*. Opladen: Leske + Budrich.
- Prättälä, Ritva (1988): Socio-Demographic Differences in Fat and Sugar Consumption Patterns Among Finnish Adolescents. *Ecology of Food and Nutrition* 22, 53–64.
- Prättälä, Ritva (1989): Young People and Food. Socio-cultural studies of food consumption patterns. Dissertation. Department of Nutrition, University of Helsinki.
- Prättälä, Ritva / Roos, Eva (1989): Characteristics of Teenage Food Advertisements in Finland. *Journal of Consumer Studies & Home Economics* 13, 199–211.
- Prättälä, Ritva / Rahkonen, Ossi / Rimpelä, Matti (1986): Consumption Patterns of Critical Fat Sources Among Adolescents in 1977–1985. *Nutrition Research* 6, 485–498.
- Prättälä, Ritva / Rahkonen, Ossi / Rimpelä, Arja (1988): Consumption Patterns of some Sugar-Containing Foods Among Finish Adolescents in 1981–1985. *Nutrition Research* 8, 3–11.
- Prättälä, Ritva / Berg, Mari-Anna / Puska, Pekka (1992): Diminishing or Increasing Contrasts? Social Class Variations in Finnish Food Consumption Patterns 1979–1990. *European Journal of Clinical Nutrition* 46, 279–287.
- Pudel, Volker (1999): Immer nur Pizza, Pommes und Spaghetti: Was essen und trinken Kinder gerne und warum? In: Ingrid-Ute Leonhäuser / Ilona Berg (Hrsg.): *Kids & Food: Essverhalten von Kindern – Wunsch und Wirklichkeit*. Bingen: AMC, 33–45.
- RKI / Statistisches Bundesamt (Hrsg.) (2001): *Armut bei Kindern und Jugendlichen und die Auswirkungen auf die Gesundheit*. Berlin: Robert Koch-Institut (Reihe „Gesundheitsberichterstattung des Bundes“, Heft 4 [03/01]).
- Roos, Eva et al. (1998): Gender, Socioeconomic Status and Family Status as Determinants of Food Behaviour. *Social Science and Medicine* 46, 1519–1529.
- Rössel, Jörg / Beckert-Zieglschmid, Claudia (2002): Die Reproduktion kulturellen Kapitals. *Zeitschrift für Soziologie* 31, 497–513.
- Schäfers, Bernhard (1994): *Soziologie des Jugendalters – Eine Einführung*. Opladen: Leske + Budrich.
- Schulze, Gerhard (1992): *Die Erlebnisgesellschaft. Kultursoziologie der Gegenwart*. Frankfurt, New York: Campus.

- Schwartz, Friedrich. W. et al. (Hrsg.) (1998): *Das Public Health Buch. Gesundheit und Gesundheitswesen*. München, Wien, Baltimore: Urban & Schwarzenberg.
- Signorielli, Nancy (1995): Ungesunde Botschaften – Medieneinflüsse auf das Gesundheits- und Ernährungsverhalten von Kindern. In: Bodo Franzmann et al. (Hrsg.): *Auf den Schultern von Gutenberg*. München.
- Spellerberg, Annette (1994): *Lebensstile in West- und Ostdeutschland. Verteilung und Differenzierung nach sozialstrukturellen Merkmalen*. Berlin: Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung.
- Spellerberg, Annette (1996): *Soziale Differenzierung durch Lebensstile: Eine empirische Untersuchung zur Lebensqualität in West- und Ostdeutschland*. Berlin: Sigma.
- Statistisches Bundesamt (Hrsg.) (1998): *Gesundheitsbericht für Deutschland*. Stuttgart: Metzler-Pöschel.
- Tomlinson, Mark (1994): Do Distinct Class Preferences for Food Exist? An Analysis of Class-based Tastes. *British Food Journal* 7, 11–17.
- Vester, Michael / von Oertzen, Peter / Geiling, Heiko (2001): *Soziale Milieus im gesellschaftlichen Strukturwandel. Zwischen Integration und Ausgrenzung*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Weyrauch, Susanne (1996): Einfluss sozioökonomischer Merkmale auf den Lebensmittelverzehr und die Nährstoffzufuhr von Personen. Dissertation an der Technischen Universität München.
- WHO (2000): *Health Behaviour in School-aged Children: a WHO Cross-National Study (HBSC)*. International Report. Kopenhagen: WHO (Health Policy for Children and Adolescents [HEPCA] Series No. 1).
- Wittenberg, Reinhard (1999): *Ernährung und Gesundheit an Nürnberger Hauptschulen Januar 1999*. Nürnberg: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg (Schriftenreihe zur Gesundheitsförderung).
- Zimbardo, Philipp (1994): *Psychologie*. Berlin, Heidelberg: Springer.
- Zingerle, Arnold (1997): Identitätsbildung bei Tisch. Theoretische Vorüberlegungen aus kultursoziologischer Sicht. In: Hans J. Teuteberg / Gerhard Neumann / Alois Wierlacher (Hrsg.): *Essen und kulturelle Identität. Europäische Perspektiven*. Berlin: Akademie-Verlag, 69–86.
- Zinnecker, Jürgen (1987): *Jugendkultur 1945–1985*. Opladen: Leske + Budrich.
- Zinnecker, Jürgen / Silbereisen, Rainer K. (1998): *Kindheit in Deutschland*. (2. Aufl.) Weinheim: Juventa.

Fachheftreihe „Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung“

- Band 1: *Standardisierung von Fragestellungen zum Rauchen*
Ein Beitrag zur Qualitätssicherung in der Präventionsforschung von Klaus Riemann und Uwe Gerber im Auftrag der BZgA.
Bestellnr.: 60 600 000
- Band 2: *Geschlechtsbezogene Suchtprävention – Praxisansätze, Theorieentwicklung, Definitionen.*
Abschlussbericht eines Forschungsprojekts von Peter Franzkowiak, Cornelia Helfferich und Eva Weise im Auftrag der BZgA.
Bestellnr.: 60 602 000
- Band 3: *Gesundheit von Kindern – Epidemiologische Grundlagen.* Eine Expertentagung der BZgA.
Bestellnr.: 60 603 000
- Band 4: *Prävention durch Angst? – Stand der Furchtappellforschung.*
Eine Expertise von Jürgen Barth und Jürgen Bengel im Auftrag der BZgA.
Bestellnr.: 60 604 000
- Band 5: *Prävention des Ecstasykonsums – Empirische Forschungsergebnisse und Leitlinien.*
Dokumentation eines Statusseminars der BZgA vom 15. bis 17. September 1997 in Bad Honnef.
Bestellnr.: 60 605 000
- Band 6: *Was erhält Menschen gesund? – Antonovskys Modell der Salutogenese – Diskussionsstand und Stellenwert.* Eine Expertise von Jürgen Bengel, Regine Strittmatter und Hildegard Willmann im Auftrag der BZgA.
Bestellnr.: 60 606 000
- Band 7: *Starke Kinder brauchen starke Eltern – Familienbezogene Suchtprävention – Konzepte und Praxisbeispiele.*
Bestellnr.: 60 607 000
- Band 8: *Evaluation – ein Instrument zur Qualitätssicherung in der Gesundheitsförderung*
Eine Expertise von Gerhard Christiansen, BZgA, im Auftrag der Europäischen Kommission.
Bestellnr.: 60 608 000
- Band 9: *Die Herausforderung annehmen – Aufklärungsarbeit zur Organspende im europäischen Vergleich.*
Eine Expertise im Auftrag der BZgA und Ergebnisse eines internationalen Expertenworkshops vom 2. bis 3. November 1998 in Bonn.
Bestellnr.: 60 609 000
- Band 10: *Bürgerbeteiligung im Gesundheitswesen – Eine länderübergreifende Herausforderung.*
Dokumentation einer internationalen Tagung der Fakultät für Gesundheitswissenschaften der Universität Bielefeld in Zusammenarbeit mit dem WHO-Regionalbüro für Europa vom 4. bis 5. Februar 1999 in Bonn von Bernhard Badura und Henner Schellschmidt.
Bestellnr.: 60 610 000
- Band 11: *Schutz oder Risiko? – Familienumwelten im Spiegel der Kommunikation zwischen Eltern und ihren Kindern.* Eine Studie von Catarina Eickhoff und Jürgen Zinnecker im Auftrag der BZgA.
Bestellnr.: 60 611 000
- Band 12: *Suchtprävention im Sportverein – Erfahrungen, Möglichkeiten und Perspektiven für die Zukunft.*
Dokumentation einer Fachtagung der BZgA vom 20. bis 22. März 2000.
Bestellnr.: 60 612 000
- Band 13: *Der Organspendeprozess: Ursachen des Organmangels und mögliche Lösungsansätze*
Inhaltliche und methodenkritische Analyse vorliegender Studien von Stefan M. Gold, Karl-Heinz Schulz und Uwe Koch im Auftrag der BZgA.
Bestellnr.: 60 613 000
- Band 14: *Ecstasy – „Einbahnstraße“ in die Abhängigkeit? – Drogenkonsummuster in der Techno-Party-Szene und deren Veränderung in längsschnittlicher Perspektive.* Eine empirische Untersuchung von H. Peter Tossmann, Susan Boldt und Marc-Dennan Tensil, im Auftrag der BZgA.
Bestellnr.: 60 614 000
- Band 15: *Qualitätsmanagement in der Gesundheitsförderung und Prävention – Grundsätze, Methoden und Anforderungen.*
Bestellnr.: 60 615 000

- Band 16: „*Früh übt sich ...*“ *Gesundheitsförderung im Kindergarten* – Impulse, Aspekte und Praxismodelle. Dokumentation einer Fachtagung der BZgA vom 14. bis 15. Juni 2000 in Bad Honnef.
Bestellnr.: 60 616 000
- Band 17: *Alkohol in der Schwangerschaft* – Ein kritisches Resümee – Eine Expertise im Auftrag der BZgA von Hiltrud Merzenich und Peter Lang, Bremer Institut für Präventionsforschung und Sozialmedizin, BIPS.
Bestellnr.: 60 617 000
- Band 18: *Kommunikationsstrategien zur Raucherentwöhnung* – Ein Überblick über die wissenschaftliche Literatur zu diesem Thema.
Bestellnr.: 60 618 000
- Band 19: *Drogenkonsum in der Partyszene* – Entwicklungen und aktueller Kenntnisstand. Dokumentation einer Fachtagung der BZgA zur Suchtprävention vom 24.9. bis 26.9.2001 in Köln.
Bestellnr.: 60 619 000

Ausführliche Informationen zu dieser Fachheftreihe sowie zu anderen Schriftenreihen der BZgA finden sich im Internet unter **www.bzga.de** im Verzeichnis Fachpublikationen.
Alle bisher erschienenen Fachhefte stehen unter dieser Adresse auch vollständig als PDF-Datei zum Herunterladen zur Verfügung.



BZgA

**Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung**

**ISBN 3-933191-79-3
ISSN 1439-7951**