Jugendesskultur:
Bedeutungen des Essens
für Jugendliche
im Kontext Familie und Peergroup

Von der Pädagogischen Hochschule Heidelberg
zur Erlangung des Grades einer
Doktorin der Erziehungswissenschaft (Dr. paed.)
genehmigte Dissertation von

Silke Bartsch
aus
Reutlingen
(Geburtsort)

Erstgutacherin: Prof. Dr. Barbara Methfessel, Pädagogische Hochschule Heidelberg
Zweitgutacherin: Prof. Dr. Kirsten Schlegel-Matthies, Universität Paderborn

Fach: Ernährungs- und Haushaltswissenschaft und ihre Didaktik

Tag der Mündlichen Prüfung: 30. Januar 2006

Von der Pädagogischen Hochschule Heidelberg veröffentlichte Dissertation
Erscheint auch als überarbeitete Kurzfassung in der Fachheftreihe „Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung" der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA), Köln

Für Alexander

Danksagung

Die vorliegende Arbeit ist das Ergebnis meiner Mitarbeit im Projekt „Esskultur im Alltag" unter der Leitung von Prof. Dr. Barbara Methfessel an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg, gefördert von der Dr. Rainer Wild-Stiftung, Stiftung für gesunde Ernährung, Heidelberg und der Pädagogischen Hochschule Heidelberg. Bei beiden Institutionen möchte ich mich für die Förderung bedanken. Meine Auseinandersetzung mit Aspekten der Jugendesskultur war so nur möglich, weil ich auf Menschen gestoßen bin, die bereit waren, offen zu diskutieren und mir mit Berichten zu ihrer Arbeit Anstöße gaben, mein Anliegen weiterzudenken. Da ich als Projektmitarbeiterin nur begrenzte Zeit an die Pädagogische Hochschule Heidelberg als wissenschaftliche Institution fest angebunden war, bin ich in besonderer Weise von der Offenheit und Diskussionsfreude anderer Foren, wie sie zum Beispiel bei den Tagungen bei HaBiFo und den Projekttreffen bei REVIS anzutreffen sind, abhängig. Bei allen, die mich während der Zeit, in der diese Arbeit entstanden ist, begleitet und auf ihre Weise unterstützt haben, möchte ich mich bedanken!

Ganz besonders herzlich bedanken möchte ich mich ...

... bei meiner Doktormutter Prof. Dr. Barbara Methfessel, die mich auf ihre wunderbare Art zu immer neuen Fragen und zum Überdenken des Erreichten verlockte und so zum Wachsen und Gedeihen vieler Ideen beitrug, wovon ein Ergebnis die hier vorliegende Arbeit ist,

... bei meiner Zweitgutachterin Prof. Dr. Kirsten Schlegel-Matthies, die meine Arbeit von Beginn an mit Interesse verfolgte und stets für Diskussionen bereit war und dabei Zusammenhänge auch aus kulturhistorischer Sicht beleuchtete und

... bei Herrn Prof. Dr. Hermann Schöler, der nicht müde wurde, mir sämtliche Einzelheiten über statistische Verfahren zu erklären.

.... bei meinen Eltern, die schon seit Jahrzehnten durch ihren unermüdlichen Einsatz in Garten und Küche eine heimische Esskultur geschaffen haben, die meinen Blick für diesen Gegenstand des Haushaltes in besonderer Weise geschärft hat,

... bei meinem Sohn Alexander, der in meiner Zeit in Heidelberg den Haushalt auf seine Weise gut geführt hat, mich auf seine pragmatische Art herausforderte und mir dadurch half, die jugendliche Perspektive besser zu verstehen. Gleichzeitig hatte er viel Verständnis für seine promovierende Mutter, die nicht aufhören will zu lernen,

... bei meinen Freundinnen Prof. Dr. Monika Medick-Krakau und Dr. Beate Struth-Weißbach, die bereits vor Beginn meines „Promotionsprojektes" in vielen Gesprächen über die Fachgrenzen hinweg den Boden zum interdisziplinären Denken mitgelegt haben. Beide haben mich in sämtlichen Phasen der Arbeit liebevoll auf allen Ebenen ermuntert und unterstützt und

... bei meinem Freund Dr. Armin Wolf, der für den emotionalen Rückhalt besonders in der Endphase meiner Arbeit gesorgt hat.

Standing still
is the fastest way of moving backwards
in a rapidly changing world.

Synectics

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung ... 9
1.1 Problemstellung und Gegenstand ... 9
1.2 Vorgehensweise ... 14
1.3 Argumentationsgang und Vorschau auf die Ergebnisse ... 16
2 Jugendliche in der heutigen Lebens(ess)welt ... 20
2.1 Individualisierung und Lebensstil ... 20
2.2 Lebensmittelmarkt in der Konsumgesellschaft ... 28
2.3 Ernährungssituation von Jugendlichen ... 32
3 Mahlzeit ... 37
3.1 Soziale Situation des Essens ... 37
3.1.1 Fragestellungen zur Familienmahlzeit ... 37
3.1.2 Allgemeines zum Konzept der Mahlzeit ... 37
3.2 Jugendessalltag ... 43
3.2.1 Jugendtypische Mahlzeitenstrukturen ... 43
3.2.2 Essenszeiten und deren tagesstrukturierende Funktionen ... 50
3.3 Familienmahlzeiten ... 53
3.3.1 Stellenwert und Funktionen von Familienmahlzeiten ... 53
3.3.2 Familienmahlzeiten aus Sicht der Mütter ... 55
3.3.3 Familienmahlzeiten aus der Sicht der Jugendlichen ... 59
3.3.4 Verlauf von Familienmahlzeiten ... 62
4 Essen in den Lebensbereichen Familie und Peergroup ... 65
4.1 Beeinflussung des Essverhaltens durch den jeweiligen Lebensbereich ... 65
4.2 Funktionen und Stellenwert des Essens im Kontext Familie ... 68
4.2.1 Häusliche Essensversorgung ... 68
4.2.2 Aspekte des ernährungssozialisatorischen Einflusses der Familie ... 72
4.3 Funktionen und Stellenwert des Essens im Kontext Peergroup ... 80
4.3.1 Aspekte des ernährungssozialisatorischen Einflusses der Peergroup ... 80
4.3.2 Außerhäusliches Essen ... 85
4.3.3 „Snacken" als ein Beispiel für jugendtypisches Essverhalten ... 89
5 Bedeutung des Körpers für jugendliche Esskultur ... 96
5.1 Soziokulturelle Standards heutiger Körperideale ... 96
5.1.1 Vorbemerkungen ... 96
5.1.2 Vorstellungen zur Idealfigur ... 96
5.1.3 Gewichtsstatus und gesellschaftliche Distinktion ... 99
5.2 Körperumgang heute ... 102
5.2.1 „Bodyculture" − Begriff einer neuen Körperkultur ... 102
5.2.2 Attribute des heutigen Schönheitsideals ... 104
5.2.3 Körpersozialisation in den Familienhaushalten ... 108
5.3 Körperliche Veränderungen in der Pubertät ... 111
5.3.1 Körperliche Entwicklung von Mädchen und Jungen ... 111
5.3.2 Über- und Untergewicht im Jugendalter ... 112
5.3.3 Körper(un)zufriedenheit ... 114
5.4 Wunschfigur und Jugendalltag − Körperideal und Realität ... 117
5.4.1 Figurmodellierung als Teil einer Jugendkultur ... 117
5.4.2 Hintergründe für „kollektives Diätverhalten" ... 122
6 Empirische Untersuchung: Jugendesskulturstudie ... 126
6.1 Begründung der empirischen Untersuchung ... 126
6.2 Hypothesen und zentrale Fragestellungen ... 127

7 Methode ... 129
7.1 Auswahl und Beschreibung der Untersuchungsgruppe ... 129
7.2 Der Fragebogen und seine Entwicklung ... 131
7.3 Untersuchungsdurchführung ... 134
8 Ergebnisse ... 137
8.1 Familienmahlzeiten ... 137
8.2 Essen im häuslichen und außerhäuslichen Kontext ... 141
8.3 Vorstellungen eines attraktiven Körpers und Figurmodellierung ... 145
9 Interpretation und Diskussion ... 151
9.1 Familienmahlzeiten aus der Perspektive der Jugendlichen ... 151
9.2 Kontextabhängige Bedeutungen ... 158
9.3 Jugendliche Attraktivitätsvorstellungen und deren Einfluss auf Essverhalten ... 170
10 Folgerungen für die Ernährungsbildung ... 181
10.1 Impulse für die Ernährungsbildung ... 181
10.2 Bedeutung der Ergebnisse des Projektes „Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen" für die fachdidaktische Weiterentwicklung ... 191
10.3 Kurzer Ausblick ... 195
11 Zusammenfassung ... 197
12 Literatur ... 201
13 Anhang ... 216
13.1 Fragebogen ... 216
13.2 Jugendesskulturstudie 2001: Weitere Ergebnisse ... 223

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 Raummodell zu den Milieus in Westdeutschland 1995 (www.agis.uni-hannover.de am 4.12.2004) ... 24
Abbildung 2 Weibliche Figur-Typen verändert übernommen aus DGE 1992, S. 190) ... 97
Abbildung 3 Männliche Figur-Typen verändert übernommen aus DGE 1992, S. 192) ... 97
Abbildung 4 Schönheitsideal nach Studie von Fend 1984 ... 115
Abbildung 5 Was gefällt Jugendlichen an den Familienmahlzeiten? ... 138
Abbildung 6 Was stört Jugendliche an den Familienmahlzeiten? ... 138
Abbildung 7 Zuständigkeit für das Essen ... 140
Abbildung 8 Bildungsziele und Kompetenzen in der Ernährungs- und Verbraucherbildung (verändert übernommen aus REVIS 2005) ... 192

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1 Verzehrte Tiefkühlprodukte 74
Tabelle 2 Verteilung der untersuchten Schülerinnen und Schüler auf die Schulzweige und die Jahrgangsstufen..... 130
Tabelle 3 Verteilung der untersuchten Schülerinnen und Schüler nach Alter und Geschlecht
in den Jahrgangsstufen 8 und 10..... 130
Tabelle 4 Teilnahme an Familienmahlzeiten..... 137
Tabelle 5 Gesprächspartner und -themen..... 139
Tabelle 6 Verhaltensalternativen bei Hunger unterwegs..... 140
Tabelle 7 Häusliches und außerhäusliches Essen: Vergleich der Wichtigkeiten..... 141
Tabelle 8 Häusliches und außerhäusliches Essen: Vergleich der Wichtigkeiten..... 143
Tabelle 9 Toleranz gegenüber anderen Essverhaltensweisen..... 144
Tabelle 10 Toleranz gegenüber Verhaltensweisen bei Tisch..... 145
Tabelle 11 Attraktivste Frauenfigur..... 146
Tabelle 12 Attraktivste Männerfigur..... 146
Tabelle 13 Gewählte Methoden der Figurmodellierung..... 147
Tabelle 14 Bewegung als eingesetzte Figurmodellierungsmethode 147
Tabelle 15 Muskelaufbaupräparate als eingesetzte Figurmodellierungsmethode..... 148
Tabelle 16 Verändertes Essverhalten als Figurmodellierungsmethode..... 149
Tabelle 17 Diät als eingesetzte Figurmodellierungsmethode..... 149
Tabelle 18 Familienmahlzeiten: Gefallen und Teilnahme..... 223
Tabelle 19 Sitzen bleiben nach den Familienmahlzeiten..... 224
Tabelle 20 Verabredungen zum Essen..... 224
Tabelle 21 Gesprächsthemen..... 224
Tabelle 22 Typische Streitthemen bei Familienmahlzeiten..... 225
Tabelle 23 Vermeiden von Familienmahlzeiten..... 225
Tabelle 24 Familienmahlzeiten: Nicht-Teilnahme und Gefallen..... 225
Tabelle 25 Familienmahlzeiten: Teilnahme und Nicht-Gefallen..... 226
Tabelle 26 Familienmahlzeiten: Teilnahme und Körperstatus..... 226
Tabelle 27 Verhaltensalternativen bei Hunger zu Hause..... 226
Tabelle 28 Übersicht zu Nahrungsmittelpräferenzen..... 227
Tabelle 29 Störendes Verhalten bei Tisch..... 227
Tabelle 30 Kalorien zählen beim Essen..... 228
Tabelle 31 Kalorien zählen beim Essen..... 228
Tabelle 32 Attraktivste Frauenfigur im Vergleich mit DGE Daten 1992..... 229
Tabelle 33 Attraktivste Frauenfigur aus Sicht der Mädchen..... 230
Tabelle 34 Attraktivste Männerfigur im Vergleich mit DGE-Daten 1992..... 230
Tabelle 35 Nie praktizierte Handlungsalternativen zur Figurmodellierung..... 230
Tabelle 36 Figurmodellierung durch Bewegung..... 231
Tabelle 37 Übersicht zu den Elternkommentaren..... 232
Tabelle 38 Elternkommentare..... 232
Tabelle 39 Elternkommentare..... 233
Tabelle 40 Übersicht zu den Kommentaren der Peergroup..... 233
Tabelle 41 Kommentare der Peergroup..... 233

1 Einleitung

1.1 Problemstellung und Gegenstand

Jugendliche werden in der öffentlichen und wissenschaftlichen Diskussion überwiegend als Essende von Fertigprodukten, Fast Food etc. mit „unvollkommenem Essverhalten“ wahrgenommen. Wird diese Außenperspektive dem jugendlichen Essverhalten gerecht? Welchen Einfluss hat die Altersphase Jugend auf deren Essverhalten? Diese Arbeit widmet sich diesen Fragen der Jugendesskultur aus der Perspektive der Jugendlichen, die sich in der Phase der Identitätsfindung auch in ihrer Lebens(ess)welt entwickeln und zu einem zukunftsorientierten Lebens(ess)stil finden sollen. Ziel ist, jugendliches Essverhalten für die Lebensbereiche Familie und Peergroup zu differenzieren. Damit soll ein Beitrag zur Zielgruppenanalyse und zur Weiterentwicklung der fachdidaktischen Diskussion geleistet werden.

Die vorliegende Arbeit entstand im Rahmen des Projektes „Esskultur im Alltag“[1]. Das Gesamtprojekt „Esskultur im Alltag“ sucht nach fachdidaktischen Konzepten, die in Alltagssituationen verhaltensrelevant sind. Lebensbedingungen, Bedürfnisse und Interessen der Lernenden sind zentrale Ausgangspunkte für Lernprozesse. Lernmotivation, Lernprozess und Lernergebnis werden stark mitbestimmt durch die persönliche Bedeutung für den Lernenden. Der gesellschaftliche Wandel erfordert im Ergebnis die Fähigkeit zum eigenverantwortlichen Handeln − und dieses lässt sich kaum verordnen. Hierarchische Strukturen sind für solche Lernprozesse eher ungeeignet, Voraussetzung für die Entwicklung von Eigenverantwortlichkeit und Entscheidungskompetenz in komplexen Situationen ist daher ein verändertes Lehr-Lernverhältnis.

Ergebnisse der Jugend- und Gesundheitsforschung, der gesellschafts- bzw. kulturwissenschaftlichen Ernährungsforschung, der pädagogischen Diskussionen um kognitive Theorien (z. B. konstruktivistische und subjektive Theorien) und um didaktische Ansätze wie biografisch orientierte Lehr-Lernprozesse und Mehrperspektivität werden in Analyse und Diskussion konkretisiert für die Ernährungsbildung. Ziel des Gesamtprojektes ist die Erarbeitung von inhaltlichen und methodischen Alternativen zu den bislang dominierenden Konzepten der Ernährungserziehung. In der aktuellen wissenschaftlichen Diskussion wird „Essen als Totalphänomen“ (Mauss 1968, S. 22) wahrgenommen. Diese Sichtweise erweitert die bislang vorwiegend naturwissenschaftlich geprägte Herangehensweise, die

[1] Die Autorin war von 1999 bis 2001 wissenschaftliche Mitarbeiterin im Projekt „Esskultur im Alltag” unter der Leitung von Prof. Dr. Barbara Methfessel an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg, gefördert von der Dr. Rainer Wild-Stiftung, Stiftung für gesunde Ernährung, Heidelberg und der Pädagogischen Hochschule Heidelberg.

ebenfalls für die Fachdidaktik[2] richtungsweisend war. Durch Subjekt- und Lebensweltorientierung werden soziokulturelle Aspekte zunehmend wichtig (Becker 2002). Entsprechend wird eine Esskultur-Bildung anstelle einer Erziehung zur gesunden Ernährung präferiert (Methfessel 1999b).

Die hier vorliegende Arbeit widmet sich dem Essverhalten Jugendlicher im Alltag aus der Perspektive der Ernährungs- und Haushaltswissenschaft und ihrer Didaktik. Als Beitrag für eine Zielgruppenanalyse wird nach Bedeutungen und Differenzierungen von jugendlichem Essverhalten gesucht. Eine aktuelle Zielgruppenanalyse für diesen Bereich der Ernährungsbildung fehlt.

Physiologische Aspekte dominierten die bisherigen Überlegungen zur allgemeinen Ernährungs- und Gesundheitserziehung. Lebensalters- und situationsgerechte Bedarfe[3] wurden für die Pubertät erforscht, festgelegt und mit der aktuellen Ernährungssituation im Hinblick auf eine ausreichende Versorgung verglichen. Dieses ist nicht Gegenstand der Arbeit. Vielmehr soll mit dieser Arbeit an die Veränderungen der Forschung zum Ernährungsverhalten in den vergangenen Jahrzehnten angeknüpft und der Fokus auf soziokulturelle Aspekte gerichtet werden − wohlwissend, dass auch naturwissenschaftliche Erkenntnisse eine wichtige Grundlage für die Ernährungs- und Gesundheitsbildung darstellen.

Das Beispiel der Ernährungsberichtserstattung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) zeigt einen Wandel: Neben der Ernährungsforschung werden zunehmend auch Aspekte der Ernährungsverhaltensforschung berücksichtigt und daraus resultierende didaktisch-methodische Konsequenzen gezogen. „Informieren über die richtige Ernährung“ war in den 1970er und zu Beginn der 1980er Jahre Ausgangspunkt für die so genannte „Ernährungsaufklärung“[4]. Ende der 1980er Jahre fanden subjektive Bewertungen und Differenzierungen (DGE 1988, S. 173) ebenso wie psychosoziale Einflussfaktoren bei der Erklärung des Ernährungsverhaltens Beachtung. Neben Aufklärung werden daher Erziehung und Bildung als Instrumente gestärkt; nach wie vor stehen bei den methodisch-didaktischen Überlegungen Kosten-Nutzen-Rechnungen[5] im Vordergrund.

---

[2] Vgl. Grundsatzpapier der Fachgruppe Haushaltswissenschaft und Fachdidaktik in der Bundesrepublik Deutschland und Berlin-West in Meyer-Harter 1989, S. 225.

[3] Ein Beispiel sind die Empfehlungen der Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) in den regelmäßig alle 4 Jahre erscheinenden Ernährungsberichten.

[4] Zum Beispiel wird regelmäßig im Rahmen von Repräsentativuntersuchungen nach Ernährungsinteressen, Informationsquellen für Ernährungsfragen und Ernährungswissen bzw. -kenntnissen gefragt (z. B. DGE 1980, Kapitel 2.2.1 „Ernährungswissen und -information”, S. 85ff. und DGE 1984, Kapitel 3.4 „Information zur Ernährung”, S. 127ff.).

[5] Vgl. z. B. Tabelle zu den Determinanten des Ernährungsverhaltens (DGE 1988, S. 176).

Situation und Lebensstil[6] werden mehr und mehr als Determinanten des Essverhaltens wahrgenommen. So wird in dem „Situations-Präferenz-Modell“ in Verknüpfung mit Esstypen (Pudel et al. 1992, S. 187ff.) deutlich, dass Situationen mit individuellen Brechungen Essverhalten determinieren und sich daraus Typologien ableiten lassen. Eine der Schlussfolgerungen lautet, dass „... noch intensiver auf die spezifischen Bedürfnisse der Zielgruppen einzugehen“ sei (Pudel et al. 1992, S. 187). Unberücksichtigt bleibt in diesem Modell die Unterschiedlichkeit des Essverhaltens in den verschiedenen Lebensphasen[7]. Beispielsweise korrelieren Einflüsse innerer und äußerer Reize auf Essverhalten mit der Lebensphase (vgl. dazu „Drei-Komponentenmodell des Eßverhaltens“ DGE 1988, S. 205). Ohne auf Einzelheiten der genannten Modelle einzugehen, leitet sich hieraus auch ein Forschungsbedarf zum Einfluss der Lebensphase Jugend auf jugendliches Essverhalten ab. Forschungsergebnisse fehlen weitestgehend für nicht-pathologisches Essverhalten von Jugendlichen.

Im Allgemeinen verändert sich das im Alltag praktizierte Essverhalten nicht allein durch steigendes Ernährungswissen (Neuloh & Teuteberg[8] 1979; vgl. auch Teuteberg 2002, S. 185f.). Die Erkenntnis, dass − vereinfacht gesagt − „Ernährung im Kopf und Essen im Bauch stattfindet”, bestätigen eindrücklich Ergebnisse des Ernährungsberichtes 1992[9] sowie Iglostudien[10]. Entsprechend werden die unterschiedlich gebrauchten Begriffe von Methfessel (2005, S. 2) definiert: „Der *Begriff Essen* wird für den *realen Vollzug* (bezogen auf Produkt und Prozess) und die damit verbundenen *sozialen und psychischen Zusammenhänge* genutzt. Mit Essen werden die mit dem Essprozess verbundenen subjektiven Bewertungen

[6] Vgl. z. B. Studie zum jugendlichen Ernährungsverhalten im Kontext ihrer Lebensstile (Gerhards & Rössel 2003a, 2003b).

[7] Dies wird erstmalig in der Studie des Projektes „Ernährungswende” aufgegriffen, in der Essstile in Abhängigkeit von Alter und sozialer Lage bestimmt werden (Hayn & Empacher 2004a; vgl. auch zentrales Internetportal: www.isoe.de am 20.07.2005).

[8] Die Autoren sehen fehlende Kenntnisse im Ernährungsbereich als eine Ursache von Ernährungsfehlverhalten im Allgemeinen (Neuloh & Teuteberg 1979, S. 40ff.), allerdings − so die von Neuloh und Teuteberg aufgestellte These − können Ernährungsverhaltensänderungen nicht allein durch Zuwachs von Wissen überwunden werden (a. a. O., S. 67). Neuloh & Teuteberg haben maßgeblich zur Umorientierung in Richtung Ernährungsverhaltensforschung beigetragen (vgl. a. a. O., S. 67ff.).

[9] Vgl. dazu Pudel et al. 1992, S. 177ff.

Ernährungsberichte werden von der DGE im Auftrag des jeweils zuständigen Bundesministeriums (heute: BMVEL, d. h. Bundesministerium für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft) seit 1972 im zweijährigen Rhythmus herausgegeben und sind zur „Standard- und Bezugsinstitution” (DGE 2000, S. 6) geworden.

Die Themen der Ernährungsberichte haben sich immer mehr von einer rein naturwissenschaftlichen Perspektive mit psychosozialer Bewertung zu einer umfassenden Ernährungsverhaltenswissenschaften mit soziokulturellen und naturwissenschaftlichen Aspekten verändert.

[10] „Iglostudie(n)” wird auch im Folgenden als Kurztitel verwendet.

Das Iglo-Forum führte in Zusammenarbeit mit der Marketing-Abteilung der Langnese-Iglo GmbH folgende drei repräsentative Studien zum Essverhalten in Deutschland durch: Iglo-Forum-Studie 1989: *Die Deutschen und ihre Ernährung − Urteile und Vorteile*, Iglo-Forum-Studie 1991: *Genussvoll essen, bewusst ernähren* und Iglo-Forum-Studie 1995: *Kochen in Deutschland*.

(Geschmack, Gemütlichkeit, Sättigung). Bei dem Begriff *Ernährung* werden die ‚objektiven' naturwissenschaftlich begründeten Erfordernisse (Gesundheit, Vitamine, Gewicht) und damit zusammenhängenden Normen, z. B. in Form von Wertungen wie ‚richtig' oder ‚falsch' assoziiert." Eine der Arbeit zugrunde liegende These lautet daher: Essen im Alltag ist in erster Linie soziokulturelle Handlung.

Mit der vorliegenden Arbeit soll eine inhaltliche Annäherung an subjektive Bedeutungen des Essens gesucht werden. Denn nach dem hier eingebrachten Verständnis, das sich u. a. auch am Konzept des Symbolischen Interaktionismus nach Blumer (1973) orientiert, ohne dem Gesamtkonzept zu folgen, handeln Menschen gegenüber „Dingen"[11] aufgrund der Bedeutungen, die diese „Dinge" für sie besitzen. Damit kann Ernährungsverhalten nur durch die Auseinandersetzung über die Bedeutungen des Essens verändert werden. Lernen findet also in individuellen Interpretationsprozessen und in damit eng verknüpften Konstruktionsprozessen statt.

Daran knüpft auch das dieser Arbeit zugrunde liegende Verständnis von *Lernen* an. Der Lernprozess wird als ein Konstruktionsprozess aufgefasst. Denn Lernende hören „(Lehrer-) Instruktionen" (Brandl 1999, S. 107) vor dem Hintergrund ihrer individuellen Essbiografie, ihrer persönlichen Bedeutung des Essens und der situativ-individuell unterschiedlichen Funktionen des Essens. Damit hat Ernährung als Unterrichtsthema mehrere Ebenen. Einerseits wird so genanntes Schulwissen, das als Maßstab für die Notengebung leichter überprüfbar ist, von Lernenden zur Erlangung guter Zensuren systematisch erworben und erfolgreich reproduziert (vgl. dazu Studien von Diehl 1999b; vom Berg 1997). Andererseits erwerben Schülerinnen und Schüler Alltagswissen, das individuell gemäß dem subjektiven Konstruktionsprozess stark vom Schulwissen differieren kann. So beeinflussen Vorkenntnisse, Essbiografie, Geschlecht etc. die von den Lernenden − neben den guten Noten − verfolgten Interessen. Mittels eines konstruktivistischen Ansatzes ist im Idealfall − eine veränderte Rolle der Lehrenden und Lernenden vorausgesetzt − ein problem- und subjektorientiertes Lernen erreichbar. Brandl beschreibt dieses als Lehr-Lernarrangement, in denen die Verantwortung für den eigenen Lernprozess von den Lernenden übernommen wird und eine persönlich-konstruierende Auseinandersetzung mit dem Unterrichtsgegenstand stattfindet (Brandl 1999, S. 108).

Lernergebnis und subjektive Bedeutung sind folglich eng assoziiert. Wesentlich für die Ernährungsbildung ist daher, was Jugendliche für sich selbst wissen wollen. Um zu vermeiden, dass Jugendliche in ihrer Rolle als Lernende antworten und vermeintlich

[11] Unter „Dingen" versteht Blumer (1973) alles, was der Mensch wahrnehmen kann: 1. physikalische Objekte wie Tisch, Teller, Besteck, 2. soziale Objekte, also andere Menschen als Individuen und Rollenträger wie Mutter, Vater, Bruder, Schwester und 3. abstrakte Objekte, d. h. Leitlinien, Werte, Instiutionen, Situationen.

„Erwünschtes“ wiedergeben, werden in der vorliegenden Arbeit Jugendliche in ihrer Rolle als Essende angesprochen und untersucht.

Die Annäherung an jugendtypische Bedeutungen des Essens ist zentrales Anliegen dieser Arbeit auf der Grundlage der These, dass die Bedeutungen des Essens eine Determinante des Essverhaltens darstellen. Bedeutungen des Essens werden in Anlehnung an Barlösius (1999) unterteilt in physische, psychische und soziale bzw. soziokulturelle Aspekte. Im Blickpunkt stehen hier soziokulturelle Aspekte, die Essverhalten in der Jugendphase charakterisieren. Entwicklungspsychologische Gesichtspunkte[12] werden in die Überlegungen einbezogen.

Um sich inhaltlich jugendtypischen Bedeutungen des Essens zu nähern, werden drei Aspekte zur eingehenden Betrachtung herangezogen. Auf der Grundlage, dass die Situation Essverhalten mitbestimmt (Pudel et al. 1992, S. 181ff.) werden hier zwei Lebensbereiche ausgesucht, die im Allgemeinen entwicklungsbedingt zu unterschiedlichen Brechungen führen. In der vorliegenden Arbeit sollen daher die jugendphasentypischen Bedeutungen des Essens in Abhängigkeit der Lebensbereiche Familie[13] und Peergroup[14] herausgearbeitet werden. Die Familienmahlzeit wird gesondert im Hinblick auf ihren heutigen Stellenwert und ihre Funktionen aus der Perspektive der Jugendlichen untersucht, da sie als soziale Situation im Familienhaushalt und für die Ernährungssozialisation von herausragender Bedeutung ist. Vor dem Hintergrund der heutigen gesellschaftlichen Bedingungen stellt die Organisation gemeinsamer Mahlzeiten für die Haushalte eine Herausforderung dar, daher wird in der vorliegenden Arbeit zunächst nach der Alltagsrealität von (gemeinsamen) Mahlzeiten bei Jugendlichen gefragt.

Ein dritter Aspekt ist der *Körper* als Determinante des jugendlichen Essverhaltens. Die geschlechtsdifferenzierende körperliche Entwicklung ist prägendes Merkmal der Jugend-

---

[12] Grundlegende psychologische Zusammenhänge und individuelle Bedeutungen sind nicht Gegenstand dieser Arbeit.

[13] Der Begriff der *Familie* wird sowohl in den Wissenschaften unterschiedlich definiert als auch im Alltagsverständnis uneinheitlich gebraucht (vgl. dazu 5. Familienbericht, S. 23; Schneewind 2002, S. 105ff.). Als konstitutiv gilt einerseits die biologisch-soziale und andererseits die rechtlich bestimmte so genannte „Kernfamilienstruktur” (5. Familienbericht 1994, S. 24). Dieses eher traditionelle Familienverständnis der „bürgerlichen Familie” ist vor dem Hintergrund hoher Scheidungsraten und der Pluralisierung der familialen Lebensformen (ebd.; vgl. auch Schlegel-Matthies 1998) nicht mehr ausreichend. Beispielsweise lebten laut Mikrozensus 2001 83 % aller minderjährigen Kinder im früheren Bundesgebiet einschließlich Berlin-West bei ihren verheirateten, zusammenlebenden Eltern und 13 % (im Vergleich: Neue Bundesländern und Berlin-Ost: 20 %) bei alleinerziehenden Elternteilen (Statistisches Bundesamt 2002). Entsprechend der vorliegenden Fragestellung wird Begriff Familie hier weitgefasst verstanden als Kleingruppe, die zusammenlebt und wirtschaftet und sich als Haushaltsgemeinschaft versteht. Die zitierten Studien weichen im Einzelfall von diesem Begriffsverständnis ab.

[14] *Peergroup* wird in der Literatur (vgl. dazu Krappmann 1998, S. 364ff.; Fend 2000; Oerter & Montada 2002) unterschiedlich definiert. Der Fokus der vorliegenden Arbeit liegt auf der Abgrenzung des Lebensbereichs der Peergroup vom dem der Familie. Daher wird Peergroup hier weitgefasst als selbst gewählte Bezugsgruppe verstanden und umfasst sowohl Freundes- als auch Gleichaltrigengruppe.

phase. Körperidentität ist eng mit der Identitäts- und Geschlechtsentwicklung verbunden. Diese individuelle Entwicklung findet vor einem soziokulturellen Hintergrund statt, in dem Körper als Mittel zur sozialen Distinktion dient. Da Erfahrungen mit dem Körper auf unterschiedliche Weise auch Ess- und Bewegungsverhalten und vice versa beeinflussen, wird in dieser Arbeit von einer „*doppelten Distinktionsfunktion"* des Essens gesprochen. Jugendliche werden in der vorliegenden Arbeit als Akteure (Fend 2000) verstanden, die ihren Entwicklungsprozess mitgestalten. Daher interessiert, welche körperlichen Schönheitsvorstellungen das jugendliche Essverhalten leiten, ob und wie Ess- und Bewegungsverhalten geschlechtsspezifisch zur Modellierung des Körpers von Jugendlichen eingesetzt wird. Forschungsergebnisse zu Einzelaspekten (Ernährungszustand, Gewichtsstatus, Körpersozialisation, pathologisches Essverhalten (Essstörungen) etc.) liegen aus der Ernährungs- und Haushaltswissenschaft ebenso vor wie aus den Bereichen Psychologie und Medizin.

Forschungsfragen

Der Arbeit liegen im Wesentlichen folgende Forschungsfragen[15] zugrunde:

- Lässt sich jugendliches Essverhalten von dem anderer Altersgruppen abgrenzen?
- Welchen Einfluss hat die Lebensphase Jugend auf die alltägliche Esskultur von Jugendlichen?
- Wie kann jugendliches Essverhalten hinsichtlich der Bedeutungen der Lebensbereiche Familie und Peergroup, der Familienmahlzeiten und des Körpers näher charakterisiert werden?

1.2 Vorgehensweise

In der Arbeit wird versucht, generalisierbare Zusammenhänge einer jugendlichen Esskultur vor dem Hintergrund der unterschiedlichen Ausdifferenzierungen[16] zu erkennen. Die Komplexität des Forschungsgegenstandes erfordert einen interdisziplinären Zugang. Gegenstand und Fragestellung sind in der Ernährungs- und Haushaltswissenschaft und ihrer Didaktik verankert. Die Ernährungs- und Haushaltswissenschaft hat aber kein homogenes Theoriegerüst, sondern bedient sich entsprechend ihrer jeweiligen Fragestellungen aus den unterschiedlichen Disziplinen. Ausgehend von der Ernährungs- und Haushaltswissenschaft sind für die hier spezifizierten Fragestellungen Theorien aus Bereichen der Ernährungs- und Jugendsoziologie (Jugendkulturforschung im gesellschaftlichen Kontext der Lebensstil- und

[15] Spezifische Hypothesen werden in den einzelnen Kapiteln erarbeitet.

[16] Vgl. allgemein Stilbildungen in den Jugendkulturen (Ferchhoff & Neubauer 1997).

Milieuforschung), der Entwicklungsbiologie sowie der Psychologie (vorrangig zur Identitätsentwicklung während der Adoleszenz) wichtig.

Zur Einbettung des Themas in den Gesamtzusammenhang werden in Kapitel 2 Lebens(ess)welt sowie Ernährungssituation und Aspekte des jugendtypischen Essverhaltens skizziert. Auf der Grundlage der bisherigen Erkenntnisse werden die Fragestellungen in den drei genannten Teilbereichen konkretisiert und theoretisch verortet. Dazu wurden Studien aus den Bereichen Markt-, Gesellschafts-, Verbraucher- und Gesundheitsforschung herangezogen. Um sich den Fragestellungen inhaltlich weiter zu nähern, werden zu den Teilbereichen vertiefend einzelne Aspekte jugendlicher Esskultur bearbeitet (Kapitel 3 bis Kapitel 5) und spezifische Hypothesen generiert.

- 1. Teilbereich:

  Familienmahlzeiten als soziale Situation aus der Perspektive der Jugendlichen

  Die soziale Situation der Mahlzeit ist in diesem Teilbereich Untersuchungsschwerpunkt. Ausgangspunkt der Überlegungen ist daher ein soziologisches Konzept der Mahlzeit, um allgemeine Funktionen der Mahlzeit abzuleiten. Ergebnisse zu allgemeinen Mahlzeitenstrukturen werden gesichtet, um jugendspezifische Mahlzeitenmuster herauszuarbeiten. Diese werden unter entwicklungspsychologischen und jugendsoziologischen Gesichtspunkten diskutiert, um Hypothesen zum Stellenwert und zu Funktionen von gemeinsamen Mahlzeiten in Familienhaushalten für Jugendliche abzuleiten.

- Teilbereich 2:

  Vergleich von jugendspezifischen Bedeutungen des Essens in häuslichen und außerhäuslichen Esssituationen

  Der vorwiegend häusliche − und somit eher private − Bereich wird hier vereinfachend dem Lebensbereich der Familie zugeordnet. Dem steht der Lebensbereich der Peergroup gegenüber. Der außerhäusliche − also primär öffentliche − Lebensbereich wird hier zur Analyse eingeschränkt auf die Welt der Peergroup. Zunächst werden Daten aus Studien im Hinblick auf Nahrungsmittelpräferenzen, Verzehrsituationen und Aspekten jugendtypischer Essweisen[17] gesichtet, um dann Unterschiedlichkeiten bezüglich des Stellenwerts und der Funktionen des Essens in den beiden Lebensbereichen herauszuarbeiten und Hypothesen zu generieren.

-

[17] In Anlehnung an Barlösius (1999, S. 37) wird hier unter Essweise, der „anthropologischen Status der Ernährung" verstanden. Esskultur wäre entsprechend „die Überführung in eine empirische Form".

- Teilbereich 3:

  Bedeutung des Körpers als Determinante des jugendlichen Essverhaltens

  Ausgehend von den biologischen Veränderungen des Körpers in der Pubertät und der Rolle des Körpers bei der Identitätsentwicklung werden Überlegungen zu Vorstellungen von „Idealfigur" bei Erwachsenen und ihrer soziokulturellen Bedeutung angestellt. Körperbezogene Handlungsmöglichkeiten werden im Zusammenhang mit jugendspezifischem Essverhalten auch unter Einbezug von Erkenntnissen aus der Forschung über Essstörungen diskutiert, um einen geschlechtsspezifisch unterschiedlichen Einsatz von Ess- und Bewegungsverhalten zur Figurmodellierung bei Jugendlichen herauszuarbeiten.

Bisherige Forschungsergebnisse, eigene Beobachtungen und Interviews mit Jugendlichen waren Grundlage für die Entwicklung eines Fragebogens für die in Berlin durchgeführte **Jugendesskulturstudie 2001**, die ergänzend ausgewählte Fragestellungen zu den drei genannten Teilbereichen empirisch untersuchte (Kapitel 6 bis 8). Diese explorative Studie, die vorwiegend der Deskription dient, fand im Frühjahr 2001 an vier Berliner Oberschulen statt. Die Rahmenbedingungen ermöglichten keine repräsentative Untersuchung. Ausgewählte Ergebnisse sind in Kapitel 8, gegliedert nach den drei Teilbereichen, dargestellt; darüber hinaus finden sich weitere Ergebnisse im Anhang. Die Ergebnisse werden im Hinblick auf die in den drei Teilbereichen aufgestellten Fragestellungen und Hypothesen interpretiert und diskutiert (Kapitel 9). Klassendiskussionen fanden ergänzend statt. Abschließend werden erste Folgerungen für die Ernährungsbildung gezogen.

1.3 Argumentationsgang und Vorschau auf die Ergebnisse

Thema der hier vorliegenden Arbeit ist alltägliches Jugendessverhalten. Als Beitrag für eine Zielgruppenanalyse wird nach Bedeutungen und Differenzierungen von jugendlichem Essverhalten gefragt. Die schulische Verankerung der Ernährungsbildung im Rahmen des Faches Haushaltslehre liegt in der Sekundarstufe 1, daher stehen Jugendliche dieser Altersgruppe im Mittelpunkt, insbesondere in der Befragung.

Allgemeine Veränderungen der Lebensumwelt (Kapitel 2) beeinflussen auch Bedingungen der Ernährung und Bedeutungen des Essens. Entsprechend der zugrunde liegenden These, dass Familie ein dynamisches System ist, werden Jugendliche als Agierende in Haushalt und Familie gesehen. Dort findet die primäre Ernährungssozialisation in Wechselbeziehung auch zu gesellschaftlichen Bedingungen[18] statt.

[18] Medien beeinflussen z. B. in vielfältiger Weise Alltag und Zusammenleben im Haushalt.

Jugendliche fungieren im Allgemeinen als Impulsgeber für gesellschaftliche Entwicklungen. Daher ist zunächst zu klären, ob überhaupt von einer durch die Entwicklungsphase Jugend geprägten „*Jugendesskultur*"[19] in Abgrenzung zu anderen Altersgruppen ausgegangen werden kann. Dazu werden Erkenntnisse aus dem aktuellen Diskurs der Entwicklungspsychologie und der Jugendsoziologie herangezogen, um Impulse zum Verständnis des jugendlichen Essverhaltens zu bekommen. So wird in dieser Arbeit auf der Grundlage folgender Thesen jugendliches Essverhalten interpretiert und diskutiert:

- Jugendliche sind aktive Gestalter ihres Entwicklungsprozesses (Fend 2000).
- Die Bewältigung von *Entwicklungsaufgaben*[20] spiegelt sich im Bereich des Essens wider. Als wesentliche Entwicklungsaufgaben gelten Ablösung vom Elternhaus, Identitätsfindung und Rollenfindung und gesellschaftliche Verortung[21].
- Die Funktion der Abgrenzung der Jugendlichen von den anderen Altersgruppen und altersgleichen Gruppen wird im Allgemeinen durch jugendkulturelle Stilbildungen erfüllt. Allerdings findet Distinktion zwischen den (altersgleichen) Jugendlichen nicht primär durch die jugendkulturellen Stilbildungen statt, sie wird vielmehr durch die sozioökonomische Lage in den Familien und die dort vermittelten Werte maßgeblich (mit)bestimmt.

Bereits bei der Durchsicht verschiedener Studien zeichnen sich Unterschiede im jugendlichen Essverhalten ab, das sich von anderen Altersgruppen abgrenzen lässt. Im

---

[19] Begriff *Esskultur*: Hier folge ich Barlösius (1999), denn sie berücksichtigt in der ihrer Theorie zugrunde liegenden Begriffsbestimmung den Doppelaspekt der „natürlichen Künstlichkeit des Essens" (Barlösius 1999, S. 38), in dem sie die Soziologie des Essens in ein anthropologisches Konzept einbindet und somit eine Heranführung an Themen ermöglicht, die ebenfalls an der Grenze zwischen Natur und Kultur platziert sind. „Essen ist immer zugleich eine natürliche und eine kulturelle Angelegenheit. ... Um diese anthropologische Eigenart zu erfassen, ist es notwendig, eine Theorie zu entwickeln, die das gleichzeitige Vorhandensein beider Prinzipien als eine spezifische Einheit begreift, ohne eine Einheitlichkeit zu unterstellen, die grundlegende Differenzen zwischen beiden verwischt." (a. a. O., S. 31). Weiter geht Barlösius von den Handlungsmöglichkeiten und nicht von Verhaltensnotwendigkeiten des Menschen aus (ebd.).

Der Schaffung einer Esskultur liegen drei Institutionen zugrunde:

1. kulturelle Bestimmung zwischen essbar und nicht essbar,
2. Küche als kulturelles Regelwerk und
3. Mahlzeit als soziale Situation des Essens.

Esskultur ist folglich selektiv in ihrer kulturellen Auswahl, isolierend bezüglich des regionalen oder gesellschaftlichen Umfeldes und interessengebunden entsprechend der kulturellen Differenzen, die mit sozialen Interessen verknüpft sind (a. a. O., S. 39ff.).

[20] Der in der Entwicklungspsychologie etablierte Begriff *Entwicklungsaufgabe* wird hier übernommen. Der Begriff geht auf Havighurst (1948) zurück, wird in der aktuellen Literatur jedoch kritisch betrachtet und entsprechend des jeweiligen Ansatzes unterschiedlich verwendet. In dieser Arbeit wird der Begriff *Entwicklungsaufgabe* entsprechend Fends Verständnis (Fend 2000, S. 221) verwendet: Jugendliche handeln in Interaktion mit den Bezugspersonen. Adoleszenz wird als ko-konstruktiver Prozess vor dem Hintergrund der personalen und kontextuellen Voraussetzungen gesehen. Der erfolgreiche Abschluss dieser Entwicklungsphase impliziert die Bewältigung der altersphasenspezifischen Entwicklungsanforderungen, z. B. Entwicklungsaufgaben: den „Körper bewohnen" lernen (a. a. O., S. 210ff.).

[21] Vgl. Baacke 1994; Hurrelmann 1994; Fend 2000.

Einzelnen deuten die Befunde darauf hin, dass Essen situativ und funktional unterschiedliche Bedeutungen im Kontext von Familie und Peergroup hat. Ein Zusammenhang zu den genannten Entwicklungsaufgaben kann hergestellt werden. Dazu werden in der vorliegenden Arbeit Stellenwert und Funktionen des Essens für die Lebensbereiche Familie und Peergroup erarbeitet und empirisch untersucht. Im Ergebnis zeigt sich eine für Jugendliche typische Abgrenzung auch in deren Esskultur, die gerade im häuslichen Lebensbereich Ambivalenzen zwischen Versorgtheit und Unabhängigkeit aufweist.

Das Verhältnis von Versorgtheit (durch die Familienhaushalte) zur unabhängigen, selbstbestimmten Versorgung ist mit Blick auf die Entwicklungsphase spannend. Dabei kommt der gemeinsamen Mahlzeit als soziale Situation in den Familienhaushalten eine besondere Bedeutung zu. Unter Einbezug ausgewählter soziologischer Forschungsbeiträge zum Forschungsgegenstand Mahlzeit konnten jugendspezifische Bedeutungen exploriert und einer ersten empirischen Untersuchung unterzogen werden. Ausgehend von der Grundannahme der Kontextabhängigkeit der Bedeutungen des Essens wird die Familienmahlzeit dem außerhäuslichen Essen in der Peergroup gegenübergestellt und unter dem Blickwinkel der Entwicklungsphase Jugend diskutiert. Aus den dazu herangezogenen Studien (siehe Kapitel 3) konnten Anhaltspunkte für jugendtypische Mahlzeitenmuster gefunden werden. Diese deuten bereits auf das Ergebnis der hier durchgeführten Untersuchung hin, dass Jugendliche zwar regelmäßig und freiwillig an Familienmahlzeiten teilnehmen, ohne dass dies gemeinsames Essen impliziert. Bei den gemeinsamen Mahlzeiten vollzieht sich ein Funktionswandel mit steigender Bedeutung der Kommunikationsfunktion.

Der These Bourdieus[22] (1999), dass Essen als Distinktionsmittel fungiert, wird hier grundsätzlich gefolgt. Weiter wird hier grundsätzlich angenommen, dass sich Familienesstraditionen nach ökonomischem, kulturellem und sozialem Kapital entsprechend der kulturhistorischen Lage differenzieren. Die gewonnenen Daten stützen die Annahme einer jugendspezifischen sozialen Distinktion beim außerhäuslichen Essen, trotz der insgesamt beobachtbaren hohen Toleranz bezüglich des Essverhaltens anderer.

Haushaltsbedingungen, Geschlechter- und Generationenverhältnis, Alltagsanforderungen an die Einzelnen, Lebensmittelmarkt, Lebensmittelsicherheit etc. haben sich aufgrund des gesellschaftlichen Wandels verändert. Dem Einzelnen eröffnen sich durch Individualisierungs- und Differenzierungstendenzen größere (Handlungs-)Spielräume und gesellschaftlich akzeptierte Alternativen von Lebenskonzepten. Andererseits wächst der

[22] Französische Erstausgabe 1979.

Entscheidungsdruck in einer komplexer werdenden Lebenswelt[23]. In Folge steigt die (Eigen-) Verantwortlichkeit für die Lebensführung. Das trifft auch für den Ernährungsbereich zu; bereits kleinen Kindern wird heute in einer von Konsum geprägten Welt eine hohe Entscheidungsfreiheit zugebilligt. Kinder und Jugendliche begreifen zudem schnell, dass sie als „ihres eigenen Glückes Schmied“ für ihr Aussehen verantwortlich gemacht werden. Sowohl bewusst als auch unbewusst entwickeln sie unterschiedliche Lösungsstrategien, die kurzfristig sichtbare Erfolge (z. B. Schlankheit) mehr im Auge haben als langfristige Gesundheitsziele[24]. Alarmierende Indikatoren sind jugendliches „Diät-Verhalten“[25], zunehmendes Auftreten von Essstörungen (v. a. bei Mädchen) und steigender Konsum von Muskelaufbaupräparaten (v. a. bei Jungen). In der vorliegenden Arbeit konnten dazu generelle Erkenntnisse über jugendliches Ess- und Bewegungsverhalten, das zur Figurmodellierung eingesetzt wird, gewonnen werden.

[23] Am Beispiel der Nahrungszubereitung stellt Schlegel-Matthies die Anforderungen an den Umgang mit Komplexität in den Familienhaushalten dar (Schlegel-Matthies 1998, S. 203ff.).

[24] Jugendliche haben einen eigenen Gesundheitsbegriff. Sie befinden sich in einer relativ gesunden Lebensphase. Mit „gesund sein” assoziieren Jugendliche daher in erster Linie körperliche Fitness und psychosoziales Wohlbefinden (Kolip 1994). Wesentlich dafür sind körperliche Attraktivität (Schönheit) und das Dazugehören zur der Peergroup.

Weiterführende Literatur zum Gesundheitsbegriff bei Jugendlichen: Kolip (1994); Schlicht und Dickhuth (1999).

[25] Der Begriff „Diät” wird hier umgangssprachlich gebraucht, im Sinne einer kalorienreduzierten Kost, die jedoch nicht gleichbedeutend mit „Reduktionsdiät” im fachlichen Sinne ist.

2 Jugendliche in der heutigen Lebens(ess)welt

2.1 Individualisierung und Lebensstil

Seit dem 2. Weltkrieg hat sich ein „gesellschaftlicher Individualisierungsschub“ (Beck 1994, S. 44) bei gleichzeitig konstanten sozialen Ungleichheiten vollzogen. Lebensweisen sind nicht mehr grundlegend durch gesellschaftliche Vorgaben determiniert. Beck (1994, S. 46) folgert, dass Individuen „Perspektiven einer *persönlich-biographischen* Lebensführung zu entwickeln und umzusetzen haben. Dieses gilt sowohl für den Bereich der Erwerbsarbeit als auch für den privaten Bereich. Die Schwierigkeiten zur Verwirklichung solcher Perspektiven für das Individuum liegen in oft anzutreffenden einschränkenden Rahmenbedingungen. Gesellschaftliche Veränderungen führen zu verändertem Individualverhalten, das sich wiederum auf die Variationsbreite von Haushaltssituationen auswirkt. Diskontinuierliche Lebensläufe werden immer häufiger, instabile Situationen der Haushalte sind eine Folge. Folglich kann heute keine „Norm” im Sinne einer „allgemein üblich praktizierten und damit gesicherten Normalität” bezüglich der (Versorgungs-)lage von Jugendlichen angenommen werden.

Individualisierung ist in diesen Zusammenhängen eine soziologische Kategorie. So stehen den Heranwachsenden heute zahlreiche Lebenskonzeptalternativen zur Auswahl, die von der pluralistisch denkenden Gesellschaft toleriert werden. Gleichzeitig erfordert diese Pluralität eine eigenständige Verortung im sozialen Gefüge, für die bereits Jugendliche weitgehend selbst verantwortlich sind. Durch die gewonnenen Freiheiten und Wahlmöglichkeiten entstehen also für den Einzelnen Entscheidungszwänge[26], die Risiken bergen. Mit anderen Worten: Jugendliche wachsen nicht mehr in vorgefügte Lebenskonzepte hinein, sondern müssen sich im Dschungel der Wahlmöglichkeiten ihren Weg selbst suchen und dies bei einer hohen Anspruchshaltung seitens ihrer selbst, der Eltern[27] und der sozialen Umwelt. Suggeriert wird dabei: „Nichts ist unmöglich!“[28] Die Umkehrung lautet: „Alles ist möglich“, wenn „du nur willst und dein Bestes gibst“. Problematisch wird dieses für eine wachsende Zahl benachteiligter Jugendlicher, die Bildungsmöglichkeiten und Berufschancen – wie die PISA-Studie offen legte – vergleichsweise selten erfolgreich nutzen (vgl. Vester et al. 2000; Baumert et al. 2002), denn die gesellschaftlichen Strukturen fördern

[26] Die Vielfalt von Wahl- und Entscheidungsmöglichkeiten hat ihren Preis, so sind „... Jugendliche ... heute für ihre Verortung im sozialen Gefüge, für ihre Lebenskarriere weitgehend selbst verantwortlich” (Ferchhoff & Neubauer 1997, S. 119).

[27] Der Begriff *Eltern* wird hier ebenso wie die Begriffe „Mutter” und „Vater” mit der sozialen Rolle verknüpft, da diese für den Untersuchungsgegenstand bedeutsamer ist als die „biologische” Abstammung (vgl. dazu Begriff der *Familie.* Vgl. Fussnote 13). Weiterführende Literatur: Schneewind (2002); Walper und Pekrum (2001).

[28] Vgl. Toyota-Werbespruch, der hier sinnbildlich für die gesellschaftlich angenommenen Maximen „alles ist machbar”, „Land der grenzenlosen Möglichkeiten” steht. Vgl. dazu auch Fussnote 172 im Zusammenhang mit Kapitel 5.3.2.

häufig Erfolge ebenso wie Misserfolge, die dann jedoch den Individuen zugeschrieben werden.

Soziale Lage beeinflusst Werte und Normen, die sich im jeweiligen Lebensstil[29] konkretisieren. Eine diese Faktoren umfassende soziale Standortbestimmung wird im Konzept der „Milieus" bei Vester et al. (2001), deren Begrifflichkeiten hier übernommen werden, vorgenommen. In den Milieus treffen Gruppen zusammen, die eine „ähnliche Alltagskultur entwickeln" (Vester et al. 2001, S. 24f.). Ess- und Konsumstil hängen eng mit dem Lebensstil zusammen. So spiegeln sich in der (gewählten oder erzwungenen) Essweise des Einzelnen die gesellschaftlichen Verhältnisse wider.

Jugendliche Teilgruppen bieten den Heranwachsenden zwar Orientierungshilfen, allerdings ist die Abgrenzung zu anderen Altersgruppen durch den allgemein verbreiteten Jugendkult schwierig. Abgrenzung von der Kinder- und Erwachsenenwelt ist aber eine Voraussetzung sowohl für individuelle als auch Gruppen-Identitätsbildung. Erschwerend kommt hinzu, dass sich eine Vielzahl von jugendkulturellen Stilen entwickelte und diese die für die 1960er Jahren typische Jugendsubkultur[30] ablöste. Um der Pluralität der Jugendstile gerecht zu werden, favorisieren Ferchhoff et al. den Begriff „jugendkulturelle Stilbildungen" (Ferchhoff 1995; Ferchhoff & Neubauer 1997, S. 109ff.). Pluralität von Lebensstilen als ein Zeichen einer horizontalen und z. T. auch vertikalen Differenzierung erschwert eine oppositionelle Haltung der Jugendlichen, wie sie für eine Jugendsubkultur typisch ist. Die in Vester et al. (2001) dargestellte historische Entwicklung von sozialen Milieus verläuft gesamtgesellschaftlich parallel zu der Entwicklung der jugendkulturellen Stilbildungen. Standeszugehörigkeit, Regeln und Sitten beschränkten lange Zeit die Verhaltensfreiheiten, gaben aber dem Individuum (Verhaltens-)Sicherheit. So herrscht heute insgesamt eine gewisse Verunsicherung, die sich auch auf den Bereich des Essens auswirkt und veränderte Kompetenzen erfordert (Methfessel 1999a, S. 92f.; Barlösius 1999, S. 21).

Ferchhoff und Neubauer vertreten die These, dass „Jugendkulturen für viele Jugendliche eine oftmals überlebenswichtige zentrale Sozialisationsinstanz" seien, die jedoch keine

---

[29] Lebensstil- und Milieukonzepte werden in der soziologischen Diskussion unterschieden (Spellerberg 1992, S. 7; Hradil 2000; Hradil 2001, S. 44ff.). Auf Feinheiten dieser Diskussion wird hier nicht weiter eingegangen, da in der hier vorliegenden Arbeit generelle Einflüsse der sozialen Lage auf Körpervorstellungen und Essverhalten interessieren, ohne nähere Spezifizierungen untersuchen zu wollen.

Verhaltensweisen, denen Wertorientierungen und Lebensziele als übergeordnete Handlungsmotive und Organisationsprinzipien zugrunde liegen, sind konkreter Ausdruck eines Lebensstils (Spellerberg 1992, S. 6f.; vgl. auch Hradil 2000, S. 211); im Lebensstil zeigt sich auch die Milieuzugehörigkeit – auch im Sinne des Milieukonzeptes von Vester et al. (2001, S. 168ff.).

[30] Im Rahmen dieser Arbeit kann nicht auf den Diskurs in der Jugendsoziologie zur Begriffsbildung des Jugendbegriffs eingegangen werden. Die Begriffe „Jugendkulturelle Stilbildungen" bzw. „Jugendkulturen", die für diese Arbeit übernommen werden, spiegeln den gesellschaftlichen Wandel gut wider. Gesellschaftliche Differenzierungs- und Individualisierungsprozesse haben eine Vielzahl von „jugendlichen Spielarten" hervorgebracht und lassen kein Gesamtbild von Jugend mehr zu.

„Kontinuität der Entwicklung“ garantieren. Deshalb werde „... das Prinzip der sicherlich multiplen − Identitätskontinuität ... auch heute noch am ehesten von Elternhaus und Schule und Beruf vertreten“ (Ferchhoff & Neubauer 1996, S. 48). Ferchhoff und Neubauer katalogisierten in den 1990er Jahren 23 unterschiedliche jugendkulturelle Stile. Typisch dafür ist das Spiel mit Stilelementen aus vergangenen Zeiten und unterschiedlichsten Moden. Ein diffiziles Symbolsystem, ermöglicht es „Insidern“, „Echtes“ von „Unechtem“ zu unterscheiden. Vor wenigen Jahren war es Ferchhoff und Neubauer als Außenstehenden noch möglich, jugendkulturelle Stile zu beschreiben und Typologien zu bilden. Das dürfte schwieriger geworden sein, denn ein beschleunigter Wandel, rasche Veränderungen[31] (Vollbrecht 1995, S. 30) und ein scheinbar wirrer Stilmix, der keinesfalls willkürlich ist, sind jugendtypisch. Hier wird daher die These aufgestellt, dass heute Veränderung, Tempo und Vielfalt[32] Abgrenzungsmittel der Jugend sind.

Spiel mit verschiedenen Musikstücken („mixen”) und Verfremdung durch „scratchen” gilt als „hip”. Zitate aus diversen Epochen und Moden bilden die Grundlage für Neues. Individuelle Veränderungen bzw. Verfremdungen gestalten das Neue. Diese Technik ist in vielen Lebensbereichen anzutreffen, z. B. Postmodernismus in der Architektur. In Literatur und Filmen[33] wird zitiert und „angespielt”. Diese aus Jugendkulturen stammende „Erfindung” des Stilmixes ist kommerzialisiert und enteignet worden. Mixen ist auch im Bereich des Essens, das „Teil eines allgemeinen Konsumstils geworden ist“ (Tenzer 2002, S. 22), en vogue. Auf der Ebene von einzelnen Speisen bietet der Markt z. B. Pizza-Pasta oder Joghurt mit Schokoladekügelchen. Eine ähnliche Vielfalt findet sich auf der Ebene der Essstile: So werden in verschiedenen Situationen durchaus von einer Person unterschiedliche Essstile praktiziert (Plasser 1994, S. 97). Leonhäuser & Berg (1999) interpretieren daher Essen und Trinken als Teil der Lebensweise situationsspezifisch. Dabei unterscheiden sie für Erwachsene drei prototypische Ernährungsstile: Convenience-, Feinschmecker- und Gesundheitsorientierung. Offen bleibt, in welcher Weise Jugendliche sich ebenso situationsspezifisch verhalten.

Zwar lautet das Motto beim Essen ebenso wie in anderen Bereichen „anything goes“. Aber die gesellschaftliche Offenheit und Toleranz setzen nicht zwangsläufig die Distinktions-

[31] Vollbrecht (1995, S. 30) beschreibt die Temposteigerung in der Mediengesellschaft als „Quartanfieber” in vier Phasen „Skandalon, Entschärfung, Verallgemeinerung und Entwertung”. Dieser Prozess treibe die Entwicklung neuer Stile an und verkürze deren „Halbwertszeit”, so Vollbrechts These.

[32] Vielfalt sowohl bezüglich der Stilbildungen, die Gruppierungen von einander unterscheiden als auch bezüglich der verwendeten Elemente, die zu einem Stilmix führen.

[33] Beispiel eines Filmes, der fast nur aus Zitaten besteht, ist „Dogma” (USA 1999, Originaltitel: „Dogma”, Regie: Kevin Smith).

funktion außer Kraft, denn das in den Familienhaushalten jeweilig vorhandene kulturelle Kapital bildet nach wie vor die Grundlage zur Distinktion, eben auch über das Essen[34].

Die allgemein zunehmende Zahl an individuellen Lebensstilalternativen in der westlichen Welt führt für Jugendliche zu einem „strukturellen und wiederum gemeinschaftsbildenden Zwang, sich selbst zu verwirklichen“ (Ferchhoff & Neubauer 1996, S. 32), um sich selbst zu verorten. Soziokulturelle Rahmenbedingungen und Kenntnisse über Alternativen determinieren Entscheidungen im Einzelfall. Bourdieu (1999) konkretisiert die Rahmenbedingungen als kulturelles, ökonomisches und soziales Kapital. Lebensstilentscheidungen finden im Kontext von familialen Traditionen und in Abhängigkeit des jeweiligen sozialen Milieus statt. Aussehen, Konsum und Erleben sind zentrale Ausdrucksmittel von Lebensstilen. „Wodurch bin ich”, scheint nicht nur für Jugendliche eine zentrale Lebensfrage in der heutigen Konsumwelt (vgl. auch 14. Shell Jugendstudie[35], S. 77). Medieninhalte sind Teil des gemeinsamen kulturellen Wissens einer Generation (Barthelmes & Sander 2000, S. 20). Mit dem Einzug der Medien entstand auch eine allgemein zugängliche Bilderwelt, die sich an den ästhetische Standards einzelner Milieus orientiert. Medien fördern eine universale Codesprache für sichtbare Bereiche des Aussehens, des Konsums und des Erlebens. Davon sind alltägliche Handlungsräume ebenso betroffen wie außergewöhnliche Ereignisse. Alle drei Bereiche − Aussehen, Konsum und Erleben − werden durch das praktizierte Essen, das neben Sprache und Musik ein bevorzugtes Stilbildungsmittel ist, direkt tangiert. Essen war seit jeher ein soziales Distinktionsmittel, das früher durch strenge Konventionen geregelt wurde, während es heute mehr als individuelles Stilmittel zur soziokulturellen Verortung geeignet ist.

Gesamtgesellschaftliche Entwicklungstendenzen, die im Allgemeinen mit den Schlagworten Pluralisierung, Individualisierung und Differenzierung beschrieben werden, sind in dem Hannoveraner Modell[36] (Vester et al. 2001), das sich als Erweiterung des

[34] Ausführlich dargestellt für die 1970er Jahre in Frankreich bei Pierre Bourdieu (Erstausgabe «La distinction, Critique sociale du jugement», Paris 1979). Eine Übertragung auf das heutige Deutschland ist aus folgenden Gründen nicht direkt möglich: Erstens ist die Studie Frankreich spezifisch und lässt sich nicht auf die deutschen gesellschaftlichen Verhältnisse bruchlos übertragen. Zweitens ist in den vergangenen 20 Jahren die gesellschaftliche Differenzierung in Einzelmilieus nicht einfach nur fortgeschritten, sondern steht außerdem in diffizilen Wechselbeziehungen zu sämtlichen gesellschaftlichen Prozessen. Drittens haben sich die Sozialisationsbedingungen durch die zunehmende Medialisierung verändert. Weiterführende Literatur: z. B. Mörth und Fröhlich (1994); Treibel (2000, S. 205ff.).

[35] Herausgegeben von der Deutschen Shell.

[36] In der aktuellen soziologischen Diskussion wird Bourdieu als Vertreter des Kohärenzparadigmas in Abgrenzung zu Becks Individualisierungsthese gesehen. Das hier favorisierte Hannoveraner Modell der sozialen Milieus (Vester et al. 2001) basiert auf aktuellen Daten für Deutschland und entwickelt das Bourdieusche Modell weiter. Vester et al. (2001) haben den Bourdieuschen Ansatz aufgegriffen und mit Milieutheorien der Marktforschung zu einem neuen milieutheoretischen Ansatz weiterentwickelt. Vester et al. (2001) folgen in den Grundsätzen dem Bourdieuschen Ansatz und überzeugen durch Differenziertheit des methodischen Zugangs und der daraus erhaltenen empirischen Daten. Vester et al. explizieren ihren milieutheoretischen Ansatz jedoch nicht − wie Bourdieu − für die Bereiche Essen und Körperbild. Aus diesem

„klassentheoretischen Habitus-Ansatzes" von Bourdieu und der Sinus-Milieus aus der Marktforschung (a. a. O., S. 12f.) versteht, differenziert berücksichtigt. In das mehrschichtige Hannoveraner Modell (vgl. Abbildung 1) fließen Herrschafts- und Machtverhältnisse ebenso wie grundlegende Wertorientierung und Traditionslinien der Autoritätsbindung und der Eigenverantwortlichkeit auf der Grundlage von kulturellem und ökonomischem Kapital nach Bourdieu ein. Diese Einteilung basiert auf der Grundannahme, dass Lebensweise und Werteorientierung stärker als soziodemographische Gruppierungen mit den Parametern Einkommen, Bildung und Beruf differenzieren (Nowak & Plöger 1997). Auf der gleichen Grundlage stehen auch die Studien der GfK (Gesellschaft für Konsumforschung, Nürnberg) von 1989, 1995 und 1998. Sie unterscheiden 14 Typen mit unterschiedlichen Lebensstilen. Wichtig für diese Arbeit ist die Feststellung einer „sozialen Kontinentalverschiebung", die ein Auseinanderdriften der einzelnen Lebensstile bedeutet.

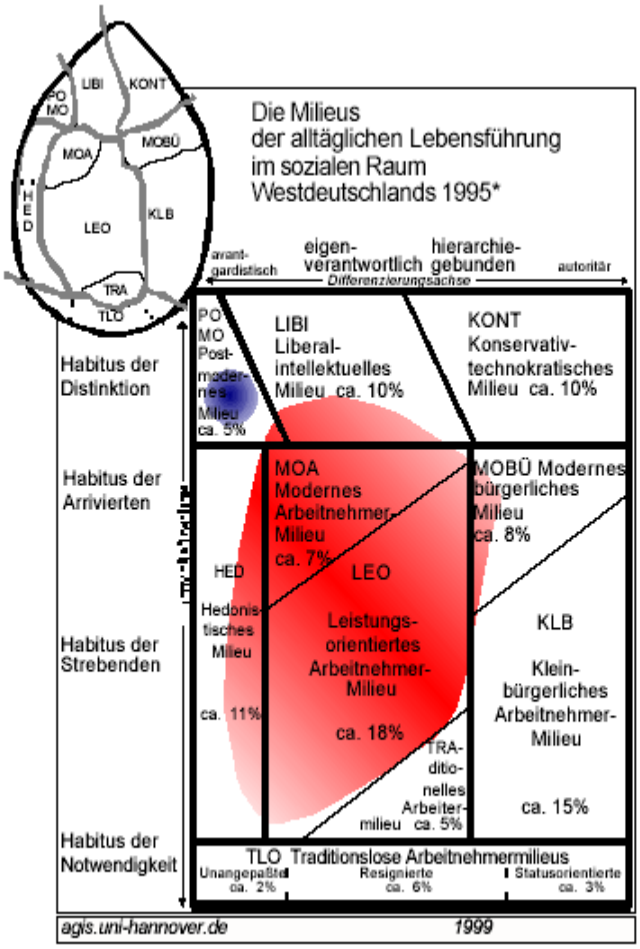


Abbildung 1 Raummodell zu den Milieus der alltäglichen Lebensführung in Westdeutschland 1995 (www.agis.uni-hannover.de am 4.12.2004)

Grund wird hier auf grundsätzliche Annahmen Bourdieus zurückgegriffen.

Barlösius stellt – in der Tradition von Bourdieu – folgende Grundannahme auf: „Eßgeschmack ist zentraler Bestandteil des Habitus"[37] (Barlösius 1999, S. 109). Dieser Annahme liegt zugrunde, dass Essstile Teil der milieuspezifischen Lebensweisen sind. Als Teil des Habitus wird somit Geschmack generell während der Sozialisation geprägt (ebd.). Nach Bourdieu (1999) bestimmen hauptsächlich Verhältnis und Lagerung des kulturellen Kapitals zum ökonomischen Kapital den jeweils milieutypischen Essstil. Folgt man Bourdieu, so gilt im Einzelnen: „Der Konsum der Gruppen mit großem ökonomischen und kulturellem Kapital gilt als *distinguiert,* der der ökonomisch und kulturell mittellosen als *vulgär,* und dazwischen befindet sich ein Konsumstil, der als *prätentiös* bezeichnet wird." (Barlösius 1999, S. 114). Barlösius leitet aus Bourdieus Ausführungen eine weitere Variante des „naturgemäßen Eßstils" (a. a. O., S. 117) ab.

Die fortschreitende Ausdifferenzierung der Einzelmilieus zeigt sich neben den prinzipiellen Unterschieden auch in diffizilen Differenzierungen von Feinheiten in den jeweiligen Lebensstilen. Die zunehmende Destabilisierung der Lebenslagen (Vester et al. 2001, S. 81ff.) führt zu diskontinuierlichen Lebensläufen, in denen die finanzielle Situation v. a. für Angehörige der mittleren sozialen Lagen oftmals instabil und somit langfristig nicht kalkulierbar ist. Essstil als Teil der gesamten Lebensweise ist von Veränderungen unmittelbar betroffen. Untersuchungen der Verbraucherforschung (z. B. EVS 1998 (Einkommens- und Verbrauchsstichprobe[38]); Lehmkühler & Leonhäuser 1998) zeigen, dass bei sinkendem Einkommen zuerst die Ausgaben für Nahrungsmittel gekürzt werden[39]. Mit Hilfe des kulturellen Kapitals, das zur Kompensation fehlender ökonomischer Ressourcen eingesetzt werden kann, wird gerade in prekären Lebenssituationen[40] (z. B. bei zeitweiser Arbeitslosigkeit) am gewohnten Essstil (meist unter Hinnahme qualitativer Einbußen) festgehalten (Lehmkühler & Leonhäuser 1998, S. 77ff.). Da der Essstil einen Teil der sozialen und kulturellen Identität bildet, kann darüber die „eigentliche" Milieuzugehörigkeit demonstriert werden (vgl. Barlösius et al. 1995).

---

[37] *Habitus* ist ein strukturierendes Set von Verhaltens-, Denk-, Urteils- und Geschmacksmustern (Bourdieu 1999; vgl. dazu Liebsch 2000, S. 65ff.). Dabei versteht Bourdieu Habitus sowohl als Erzeugungsprinzip als auch Klassifikationssystem (Bourdieu 1999, S. 277ff.); Bourdieu umschreibt und erläutert den Habitus-Begriff, ohne eine kurze und prägnante Definition zu geben (vgl. auch Treibel 2000, S. 212ff.).

[38] Herausgeber: Statistisches Bundesamt, Wiesbaden.

[39] Dieser Zusammenhang ist trotz des insgesamt stark gesunkenen Ausgabenanteils für Nahrungs- und Genussmittel gültig. 16 % des Einkommens werden nach dem Mikrozensus 1998 für Nahrungs- und Genussmittel ausgegeben (Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (BML) 2000).

[40] In der Armutsforschung werden unter dem Fokus der materiellen Ressourcen verschiedene Armutslagen definiert. In der haushaltswissenschaftlichen Armutsforschung werden zudem Lebenslagen und Humanvermögen (v. a. zur Bewältigung der Lebenslagen) einbezogen (Kettschau 2003). Unter „prekären Lebenssituationen" werden daher hier in Anlehnung an Kettschau (2003) Mangelsituationen in Haushalten über diese Einkommensarmut hinaus verstanden (a. a. O., S. 102f.).

Das kulturelle Kapital der Jugendlichen resultiert aus deren individueller Biographie vor dem Hintergrund der jeweiligen Familientradition, die in ein soziales Milieu eingebunden ist. Folgt man Bourdieu, so beeinflussen „ererbtes" kulturelles Kapital und Bildungskapital in erster Linie den Aufbau des kulturellen Kapitals (Bourdieu 1999, S. 144). Allerdings hat sich seit den 1970er Jahren die Präsenz der Medien allgemein verstärkt; so werden heute in der Sozialisationsforschung (Hurrelmann & Ulich 1998) Medien als eigene Sozialisationsinstanz neben Familie, Peergroup und Schule gesehen. Daher müsste die von Bourdieu aufgestellte These auch im Hinblick auf den Einfluss der Medien geprüft werden. Aufgrund von Einzeluntersuchungen[41] kann zwar weiterhin angenommen werden, dass Essgeschmack und -stil wesentlich durch die familialen Esstraditionen bzw. die Esssozialisation in den Familien determiniert sind, da gerade bei jüngeren Kindern der Einfluss der Medien auch vom Umgang der Eltern mit denselben abhängt (vgl. z. B. Barthelmes & Sander 2000, S. 22).

Bei den Untersuchungen zu den Nahrungspräferenzen 10- bis 14-jähriger Jungen und Mädchen von Diehl (1999c; vgl. auch Barlovic 1999a) erreichen Pizza, Eis, Spaghetti, Pommes frites, Hamburger, Pudding, Cornflakes, Kartoffelchips, Popcorn und die gängigen Obstsorten die höchste Beliebtheit, und zwar unabhängig von der Schulbildung des Vaters[42], des eigenen Alters und des Gewichtsstatus. Folgt man – wie hier − der Annahme, dass die Auswahl von Nahrungsmitteln ein Teil der gesamten Essweise ist (s. o.; vgl. Barlösius 1999) und somit soziale und kulturelle Zugehörigkeit symbolisiert (s. o.; vgl. Bourdieu 1999; Barlösius 1999)[43], dann scheinen die Nahrungspräferenzen der Jugendlichen widersprüchlich zu sein. Neuere Daten zum Einfluss des Lebensstils auf den Verzehr ausgewählter Lebensmittel weisen für Kartoffeln keinerlei statistische Zusammenhänge nach, dagegen sehr wohl bei anderen Lebensmitteln wie Snacks, Süßigkeiten, Fleisch, Süßgetränken, Obst und Gemüse, deren Verzehr besonders vom eigenen (jugendlichen) Lebensstil abhängt (Gerhards & Rössel 2003a, S. 63f.). Aus diesen Zusammenhängen kann gefolgert *werden*, dass sich nicht alle Lebensmittel gleichermaßen zur Markierung des Lebensstils eignen. Darüber hinaus wird hier die These aufgestellt, dass Nahrungsmittel entsprechend ihrer Funktion als soziokulturelle Symbole in drei Gruppen eingeteilt werden können, die ich *Basics, Symbolics* und *Unis* bezeichne.

[41] Eine ausführliche Darstellung von Ergebnissen zum Einfluss der Medien ist hier nicht intendiert. Weiterführende Literatur: Zum Beispiel Hurrelmann und Ulich (1998); Diehl (1999d); Fauth (1999); DGE (2000).

[42] Daten zur Schulbildung der Mutter liegen nicht vor.

[43] Vgl. dazu auch „doppelte Distinktionsfunktion" von Körperidealen und Körperbildern bzw. Zusammenhang zwischen Übergewicht und sozialer Schicht (siehe Kapitel 6.2: Gewichtsstatus und gesellschaftliche Distinktion).

- Unter *Basics* werden hier Nahrungsmittel und Speisen verstanden, die für die kulturtypische Grundversorgung einer Küche stehen, z. B. Nudeln, Kartoffeln, Reis. *Basics* haben daher nur einen geringen Symbolcharakter für den jeweiligen Lebensstil.
- *Symbolics* stehen für Nahrungsmittel und Speisen, die als Symbolträger für einen bestimmten Lebensstil fungieren und somit Distinktionsfunktion haben. *Symbolics* übermitteln somit Botschaften über die konsumierende Person und können Auskunft über Zugehörigkeit zu bestimmten sozialen Gruppen geben. Neben ausgewählten Nahrungsmitteln, die allgemein als luxuriös gelten wie z. B. Austern und Trüffel, spielen auch Markenprodukte eine herausragende Rolle.
- *Unis* sind Nahrungsmittel und Speisen, die unabhängig vom Lebensstil allgemein beliebt und akzeptiert sind. Eine Einladung „auf eine Pizza" stößt im Allgemeinen auf große Zustimmung. Hier zeigt erst die Wahl der Pizzeria einen bestimmten Lebensstil. Ebenso „outet" jemand sich, bei der gewählten Marke bzw. der selbst gebackenen Pizza.

In der Lebenswelt der Kinder und Jugendliche fungieren (Marken-)Produkte auch als Symbolsprache[44] und dienen zur sozialen Positionierung[45]. Heranwachsende lernen diese Symbolsprache wie ihre Muttersprache. Vergleichbar mit den von Ferchhoff und Neubauer (s. o.) phänomenologisch beschriebenen jugendkulturellen Stilbildungen handelt es sich hier um eine schwer durchschaubare Sprache der Symbole, die von den jugendlichen „Insidern" bewusst und unbewusst eingesetzt und beherrscht wird. Die Bedeutungen verändern sich ständig. Symbole werden von den jeweiligen Standpunkten der umgebenden Lebenswelten präsentiert und interpretiert. Im Bereich der Esskultur treten kulturhistorisch gewachsene Elemente hinzu, die im Forschungsbereich von Ethnologie und Kulturhistorikern liegen.

Im Rahmen der vorliegenden Arbeit wurde eine explorativ angelegte Studie (Jugendesskulturstudie 2001) durchgeführt, die ergänzend zu den ausgeführten Überlegungen einzelne Punkte aufgreift und ausbaut (vgl. auch Kapitel 6). Entsprechend der Zielstellung dieser Arbeit, wird an dieser Stelle empirisch untersucht, ob Symbole im Bereich des Essens für Jugendliche existieren. Dazu wurden einzelne Elemente des Essstils ausgewählt, um sich diesem diffizilen Bereich der jugendlichen Symbolsprache zu nähern. Dieses ist jedoch nur ein marginaler Bereich des Fragebogens[46], da mit dieser Arbeit nicht

[44] Weiterführende Literatur: Setzwein (2004); Karmasin und Karmasin (1997); Karmasin (1998, 2001).

[45] Vgl. Schlegel-Matthies 2001b, S. 45.

[46] Vgl. dazu die Fragen B-2, B-3, B-4 und B-5 in der empirischen Untersuchung (Fragebogen im Anhang).

beabsichtigt ist, diese diffizile Sprache zu dechiffrieren und ihre jugendspezifische Anwendung nachzuweisen.

Aufgrund der dargestellten Theorien ist zu vermuten, dass soziale Lage und Lebensstil Essweisen beeinflussen. Leider erlauben die begrenzten Ressourcen der vorliegenden Studie keine empirische Prüfung der abgeleiteten Annahmen. Um zuverlässige Aussagen zu sozialen Lagen bzw. Milieuzugehörigkeit treffen zu können, ist eine umfangreiche Erhebung von soziokulturellen und sozioökonomischen Daten notwendig. In der hier vorliegenden Studie kann lediglich die Variable „besuchter Schulzweig" Indizien[47] für soziale Differenzierungen liefern.

2.2 Lebensmittelmarkt in der Konsumgesellschaft

Westeuropa ist – trotz konjunktureller Schwankungen – eine der reichsten Regionen der Welt. Prinzipiell sind Überfluss, Verfügbarkeit und Sicherheit von Gütern und Informationen kennzeichnend. Individuelle Leistung wird hoch bewertet. Sicherheit für den Einzelnen und Absicherung von Lebensrisiken spielen eine große Rolle. Das Ende des 19. Jahrhunderts begründete Sozialversicherungssystem, das auf den Prinzipien von Solidarität und Gemeinschaft beruht, wird in den letzten Jahren mehr und mehr durch eine Individualisierung des Risikos unterlaufen. „Jeder ist seines Glückes Schmied", gilt immer mehr: Menschen geraten im Umgang mit ihrem Körper zunehmend unter Leistungsdruck, denn Gesundheit wird dann entsprechend eindimensional als Funktionsfähigkeit, d. h. Leistungsfähigkeit und Arbeitsfähigkeit gesehen. Gesundheit erhaltendes Verhalten ist dabei eine Maxime. Gesunde Ernährung, ausreichende Bewegung und Vermeidung von Risikofaktoren wird von Krankenkassen als Prävention gesehen und als Schutz vor den so genannten Wohlstandskrankheiten gefordert. Hin und wieder wird diskutiert, gesundheitsschädliches Verhalten zu sanktionieren.

Eine hohe Sicherheit gilt für den Nahrungsbereich sowohl hinsichtlich Qualität und Quantität, trotz zunehmender Verunsicherung (Methfessel 1999a, S. 92f.; Heindl 2004, S. 224; vgl. auch Teuteberg 1979). Niemand braucht sich bisher im Norden Sorgen über verunreinigtes oder fehlendes Wasser zu machen. Dieses ist für etwa 70 % der Menschen im Süden heute nicht selbstverständlich[48].

Bereits 1972 konstatiert die DGE, dass der größte Teil der Nahrungsmittel be- und verarbeitet gegessen wird (DGE 1972, S. 82; vgl. auch Spiekermann 1999a, S. 41ff.). Diese

[47] Vgl. dazu Diskussion zum Zusammenhang zwischen Schulerfolg und sozialer Herkunft in der PISA-Studie (Baumert et al. 2002).

[48] Der gewonnen Standard der Lebensmittelsicherheit ist durch aktuelle Entwicklungen zumindest subjektiv eingeschränkt, z. B. durch Rückstände in Lebensmitteln, unzureichende Hygiene bei der Lebensmittelbe- und verarbeitung, Gefahr von Sabotage oder Terrorakten.

Be- und Verarbeitung beruht auf industriellen Prozessen. Naturbelassene Nahrungsmittel, deren Herkunft Verbraucher und Verbraucherinnen kennen, sind die Ausnahme. Begriffe wie „Designer-Food" oder „Food-Design" (Furtmayr-Schuh 1993) „Functional Food", „Nahrungsergänzung", Fertig- und Halbfertigprodukte (so genanntes „Convenience Food"), „Genfood" etc. umschwirren Verbraucher und Verbraucherinnen, ohne dass diese tatsächlich immer wissen, was sich dahinter verbirgt. Die Vielfalt der Möglichkeiten und die unterschiedliche Bewertungen durch Experten führen häufig zu Verunsicherung von Konsumenten (Barlösius 1999, S. 21). Aber lediglich eine Minderheit ökologisch motivierter und gesundheitsorientierter Gruppen kaufen noch häufig Nahrungsmittel vom Bauern oder pflanzen selbst Gemüse an. Insgesamt haben Verbraucherinnen und Verbraucher großes Vertrauen in Produkte aus konventionellem Anbau[49]. Produktbezogene Entscheidungskriterien sind Preis, Geschmack und Frische/Haltbarkeit (vgl. Institut für angewandte Verbraucherforschung (IFAV) 2001, S. 13) und Darbietungsformen wie Verpackung[50]. Der Mehrheit der Bevölkerung fehlt aufgrund des Entfremdungsprozesses der Nahrung, der bereits zu Beginn des Industriezeitalters begonnen hat (Montanari 1993, S. 192; Hirschfelder 2001, S. 254), das Wissen über Herkunft und Verarbeitungsprozesse von Lebensmitteln und die Kompetenzen zur Beurteilung von Lebensmittelqualität[51]. Ausgelöst durch die BSE-Krise wurde dieses fehlende Wissen deutlich und über die fehlende Transparenz für die Verbraucherinnen und die Verbraucher geklagt. Zur Beruhigung finden sich neuerdings auf den Etiketten vermehrt Hinweise auf die Herkunft, v. a. tierischer Produkte. Nachvollziehbar und im Detail vorstellbar ist es gerade für junge Menschen selten, da entsprechende Sinneseindrücke fehlen. Werbebilder, nostalgisch und idyllisch dargestellte Herstellungsmethoden aus den Zeiten der Großmütter, ersetzen oft reale Erfahrungen[52]. „Gestyltes Designerfood" ist ästhetisch perfekt: Naturprodukte werden ebenso bildtechnisch nachbearbeitet wie Neukreationen. Unbearbeitete Produkte wie Nüsse oder frisches Suppengemüse stehen in den Supermarktregalen neben industriell hochgradig veränderten Produkten wie Erdnussflips oder Tütensuppen. Woher sollen Heranwachsende wissen, was davon auf Bäumen

[49] Die BSE-Krise führte zu einer Verunsicherung. Als die Krise mit dem Auftreten des ersten Falls in Deutschland am 24.11.2000 ihren Höhepunkt erreichte, gab es einen Trend zu Bio-Produkten. Aber bereits zum Beginn der Grillsaison 2001 schienen die Erinnerungen − betrachtet man das Kaufverhalten bezüglich des Rindfleisches − vergessen.

[50] Vgl. dazu Storch 1994, S. 205: „Im Supermarkt sind Lebensmittel verpackt und ausgezeichnet wie Socken und Seife, nichts deutet auf eine besondere Bedeutung für den Menschen hin."

Anmerkung aus einer persönlichen Begegnung mit einer 75-jährigen Dame auf dem Rückweg vom Supermarkt: „Finden Sie auch, dass (im Supermarkt) alles so bunt geworden ist? Früher wusste ich auf den ersten Blick, wo ich was finden kann."

[51] Weiterführende Diskussion zu veränderten Anforderungen an Ernährungskompetenzen in der heutigen Gesellschaft: Leonhäuser (2003).

[52] Museumbesuche, besonders beliebt bei engagierten Eltern der Mittelschicht, ergänzen die Idyllerfahrungen. Besuche in Fabriken sind eher die Ausnahme.

wächst und was vom Fließband kommt? Geschmack, Aussehen und Preis beim Einkaufen, Zeit- und Zubereitungsaufwand, Lagerungseigenschaften zu Hause gehören zu den unmittelbaren Alltagserfahrungen und sind wesentliche Entscheidungskriterien in erster Linie der haushaltsführenden Person. Jugendliche wachsen in diese Erfahrungswelt hinein und sind aufgrund fehlender anderer Erfahrungen besonders von dem Entfremdungsprozess der Nahrungsmittel betroffen. Diese „... Distanz (Entfremdung) zum Werdegang der Nahrungsmittel zieht zwangsläufig auch veränderte Wahrnehmungen und Einstellungen der Verbraucher und Verbraucherinnen gegenüber ihrer Ernährung und gegenüber Lebensmitteln nach sich, und die Herausbildung neuer Orientierungen wird erforderlich." (Leonhäuser 2003, S. 119; vgl. auch Spiekermann 1999a).

Die Unwissenheit über den Ursprung von Nahrungsmitteln wird durch Bilder aus „zweiter Hand", die von ästhetischen Standards der Lebensmittelindustrie geprägt werden, ergänzt. Es entstehen unrealistische Vorstellungen über die Herkunft. Eine marktbezogene Dynamik führt zu Kompetenzverlusten sowohl bei der Beurteilung von Lebensmitteln als auch bei der Zubereitung. Dabei fördern Sozialisationsumgebung und Vermarktung, besonders von Convenience-Produkten, Missverständnisse, z. B. werden aufgewärmte (Halb-)Fertigprodukte als „Selbstgekochtes" oder „Selbstgebackenes" aufgefasst, in Güteklassen eingeteiltes Obst als selbstverständlicher Standard der Natur angenommen.

Die Nahrungssituation lässt sich mit dem Schlagwort „Schlaraffenland" beschreiben. Nie zuvor gab es eine derartige Fülle und Verfügbarkeit von preiswerten Nahrungsmitteln aller Art in West-Europa. Das Produktangebot eines durchschnittlichen Supermarktes hat sich in den vergangenen 40 Jahren verfünffacht von rund 1400 auf 6600 Produkte (Spiekermann 1999a, S. 43). Heimische Erntezeiten spielen für die Verfügbarkeit im Supermarkt nur noch eine marginale Rolle, die sich bestenfalls in den Preisen niederschlägt. Das Angebot ist nur aufgrund der industriellen Massenproduktion so möglich. Diese hohe standardisierte Güterqualität und Lebensmittelsicherheit ist kulturhistorisch ein Novum (vgl. Kutsch 1993; Prahl & Setzwein 1999).

Viele Lebensmittel versprechen den Verbraucherinnen und den Verbrauchern zusätzlichen Nutzen, sowohl materiellen wie immateriellen. Angereicherte Lebensmittel (beispielsweise mit Vitaminen) werden angeboten. Dadurch verschwimmt häufig die Trennung zwischen Lebensmittel und Arzneimittel. Außerdem verändert sich die Wahrnehmung[53] von naturbelassenen Grundnahrungsmitteln, die in der Folge als „minderwertiger", „weniger gesund" eingestuft werden können. Immaterieller, zusätzlicher Nutzen, in der Werbesprache als „added value" bezeichnet, gehören immer mehr zum Werbealltag.

[53] Östberg 2003. Vortrag. Lern for Life. Consumers and Society in Dialogue. European Conference. Stockholm 26. − 28.10.2003.

Seit der Nachkriegszeit ist beispielsweise Coca Cola die Kreation eines Lifestyle-Getränks in hoher Perfektion gelungen[54]. Betrachtet man die Fülle von Produkten, die tagtäglich neu auf den Markt kommen und meist nach kurzer Zeit wieder verschwinden, wird das Manövrieren mit dem „added value" deutlich. Dabei helfen unterschiedliche Strategien, diesen Nutzen zu vermarkten, z. B. limitierte Editionen, Sammelobjekte, Lifestyle-Symbole. Dieser „Supermarkt-Dschungel" kann für Menschen, die Notzeiten wie die ältere Generationen erlebt haben, ein dekadent erscheinendes Schlaraffenland sein. Für Kinder und Jugendliche gehört es jedoch zur „Normalität". Fehlende Verfügbarkeit zu jeder Tages- und Wochenzeit ist für Jugendliche heute unvorstellbar, so boomt der Verkauf von Lebens- und Genussmitteln durch Tankstellen. Gleichzeitig nimmt eine Wertschätzung von Nahrungsmitteln im Vergleich zu älteren Generationen ab (Storch 1994, S. 205; Brombach 2003, S. 132).

Studien (KVA[55] 2001, S. 15-4; Barlovic 1999a, 1999b, 1999c) belegen, dass Jugendliche entscheidenden Einfluss auf die Markenwahl beim Kauf von Lebensmitteln in den Familienhaushalten[56] haben und auch selbst einkaufen. Schon Kinder fungieren als „Markenentdecker, Markenempfehler und Markendurchsetzer in einem" und werden bereits im Alter von zwei Jahren in diesen Rollen umworben (Barlovic 1999a, S. 10). Sie tun dieses allerdings ohne den Markt zu verstehen (Schlegel-Matthies 2004).

Gleichzeitig zum frühzeitigen Einfluss der Kinder auf das, was sie essen, zeichnet sich ein Trend ab, dass „... zumindest den Müttern der Schulkinder immer weniger wichtig ist, wie gesund sich ihre Kinder ernähren. Sie sind froh, daß ihre Kinder überhaupt etwas halbwegs Gesundes essen. Sie richten sich da immer mehr nach den Wünschen der Kinder." (Barlovic 1999a, S. 11). Unabhängig davon, was in diesem Fall Mütter unter „gesundem" Essen verstehen, bleibt festzuhalten: Kinder erwerben Erfahrungen beim Einkauf von Lebensmitteln. Diese begrenzen sich nicht auf die Taschengeldausgaben, sondern bereits Kinder verfügen aktiv mit über die Ausgaben, die die Mütter (und Väter) für Lebensmittel tätigen. Folglich haben Jugendliche der Sekundarstufe I bereits einige Jahre als aktive Konsumentinnen und Konsumenten in ihren Bereichen Alltagserfahrungen gesammelt.

Heranwachsende werden nur in geringem Maße bei der Zubereitung von Mahlzeiten einbezogen, so lautet ein Ergebnis der Frankfurter Beköstigungsstudie[57] (Sellach 1996).

---

[54] Weiterführende Literatur: Fritz (1985).

[55] KidsVerbraucherAnalyse (KVA) wird herausgeben von der Verlagsgruppe Lübbe in Kooperation mit dem Axel Springer Verlag und der Bauer Verlagsgruppe.

[56] Beispielsweise nehmen 82 % der 6- bis 14-Jährigen Einfluss beim Kauf von Tafelschokolade, 75 % bei Cornflakes und 73 % bei Cola-Getränken (vgl. Barlovic 1999a, S. 10).

[57] In der so genannten „Frankfurter Beköstigungsstudie" Sellach (1996) wurden knapp 500 Frauen befragt, wie das Essen alltäglich auf den Tisch kommt. Gefragt wurde nach der Arbeitsteilung in der Familie bezüglich folgender Tätigkeitsbereiche: Einkauf, Zubereitung, Spülen und Müll beseitigen. Aspekte der Zuständigkeit, der Arbeitsleistung und der Gefühle wurden aus Frauenperspektive erforscht. Da die Fragebögen über Multiplikatorinnen von Frauenverbänden verteilt wurden, ist zu vermuten, dass für diese Fragestellung

Damit wird ihnen auch in den Familienhaushalten eine eher konsumierende Rolle bei der Essenszubereitung zugeschrieben, denn in der Wahrnehmung von Kindern und Jugendlichen steht das fertige Essen auf dem Tisch − wie es dorthin kommt, bleibt vielen verborgen. Geäußerte Essenswünsche gehen − wie von selbst − meist in Erfüllung (vgl. Gerhards & Rössel 2003a, S. 53). Mütter[58] werden zu Dienstleisterinnen ihrer Kinder. Werbewelt und Realität sind für Heranwachsende in diesem Punkt kaum unterscheidbar.

Kurz gesagt, in der westlichen Lebens(ess)welt finden Jugendliche heute im Allgemeinen ein vielfältiges, sicheres und allgemein verfügbares Lebensmittelangebot vor. Herkunft und Produktionsprozesse bleiben für die Mehrzahl der jugendlichen Konsumenten im Dunkeln, schließlich ist der Supermarkt die Hauptquelle für Nahrungsmittel. Die Lebens(ess)welt prägt Bedeutungen des Essens für die Heranwachsenden. Aus der beschriebenen Situation werden hier folgende Annahmen abgeleitet: Werbe- und Verpackungsinformationen sind in der Mediengesellschaft präsent, andere Informationsquellen treten eher in den Hintergrund. Design und Image eines Produktes sind Entscheidungskriterien für viele Heranwachsende, das gilt auch für Nahrungsmittelprodukte. Folglich sind Lebensmittel und Speisen für Jugendliche „lediglich" Konsumprodukte[59], denen auch keine besondere Wertschätzung mehr zukommt (Storch 1994, S. 205; Brombach 2003, S. 132). Nahrungsmittelprodukte können auch als Konsumprodukte mit einem zusätzlich immateriellen Nutzen verknüpft werden. Dieser so genannte „added value" kann erstens mit einem Image aus der Werbung (vgl. Tenzer 2002, S. 23), zweitens mit Erfahrungen im Familienalltag und drittens mit Bewertungen durch andere Jugendliche verknüpft sein. Vermutlich wird es eine situationsspezifisch unterschiedliche Kombination von Bedeutungszuschreibungen sein.

2.3 Ernährungssituation von Jugendlichen

Körpergewicht ist ganz allgemein ein wesentliches Kriterium zur Beurteilung des Ernährungszustandes. Nach Daten der DGE[60] (2000), den zur Beurteilung des Body Mass Indexes die Normtabellen von Rolland-Cachera für die 12- bis unter 17-Jährigen zugrunde liegen, sind 78,2 % in dieser Altersgruppe normalgewichtig. Von den übrigen sind 9,5 %

sensiblisierte Personen befragt wurden.

[58] Mehrheitlich sind es nach wie vor Mütter, die für die Mahlzeiten zuständig sind (vgl. auch DGE 2004). Daher ist im Folgenden im Zusammenhang mit der Mahlzeitenzubereitung in den Familien lediglich von Müttern die Rede .

[59] Das deckt sich mit einem Ergebnis der 7. Ernährungsfachtagung der DGE-Sektion Baden-Württemberg: „... das Verbraucherverhalten [werde] immer mehr durch das Konsumerlebnis statt durch Produktmerkmale bestimmt" (Ernährungs-Umschau 12/2000, S. 480).

[60] Die Daten des aktuellen Ernährungsberichtes (DGE 2004) bestätigen im Wesentlichen die dargestellten Ergebnisse.

übergewichtig, 6,9 % leiden unter Adipositas. 2,8 % haben erhebliches Untergewicht, 2,6 % Untergewicht (ausführliche Darstellung findet sich in Kapitel 5.4.2).

Ernährungsberichte der Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE), die Einkommens-Verbraucher-Stichproben (EVS) des Statistischen Bundesamtes, Stichprobe über das Ernährungsverhalten außer Haus[61] (EVA), Nationale Verzehrsstudie (NVS) (vlg. Kübler et al. 1995, 1997) und Verbundstudie Ernährungserhebung und Risikofaktoren-Analytik[62] (VERA) (vgl. Kübler et al. 1997) sind Datenquellen, die zunächst einen Überblick über den Verbrauch und Verzehr von Nahrungsmitteln geben. In der NVS und VERA werden die gewonnenen Daten nach Risikogruppen für ernährungsabhängige Erkrankungen[63] spezifiziert. Eingeschränkt können auch Rückschlüsse über jugendliches Essverhalten gezogen werden. Eine altersspezifische, amtliche Erhebung ist der Spezialbericht über Kinder-Ernährung in Baden-Württemberg[64] (2002). Eine Ergänzung zu amtlichen Statistiken bieten Marktanalysen wie die jährlich erscheinende KVA.

Grundsätzlich kann von einem ausreichenden Nahrungsangebot – das kein Garant für eine bedarfsgerechte Versorgung ist − für alle Jugendlichen in Deutschland ausgegangen werden. Allgemein wird in Ernährungsberichten der vergangenen Jahren (vgl. z. B. Ernährungsberichte der DGE 1996, 2000, 2004) immer wieder darauf hingewiesen, dass im Allgemeinen „zu viel, zu fett, zu süß und zu salzig" gegessen wird und dieses mit einer partiellen Unterversorgung an Nährstoffen, und zwar i. d. R. sozial different (Lehmkühler & Leonhäuser 1998, S. 76), einhergeht. Jugendliches Ernährungsverhalten scheint nach hier aufgeführten Daten davon nur geringfügig abzuweichen.

Auf der Grundlage der geschätzten Lebensmittelverzehrdaten für das Jahr 1993 (EVS 1993) werden nach Altersgruppen aufgeschlüsselte Detaildaten zur Nährstoffversorgung errechnet (nach DGE 2000, S. 42). Daraus lassen sich Trends für die Nährstoffversorgung ableiten. Im Folgenden werden Durchschnittsdaten für die hier interessante Altersgruppe von

---

[61] Studie zum Ernährungs-Verhalten-Außer-Haus (EVA-Studie 1998), gefördert vom Bundesministerium für Gesundheit, bearbeitet von Gedrich, Binder & Karg. Vgl. dazu Ernährungsbericht 2000, Kapitel 1 (DGE 2000, S. 37ff.).

[62] Ergebnisse der VERA-Studie sind in der VERA-Schriftenreihe Band I bis Band XIV A in den Jahren 1992 bis 1997 von Kübler, Anders, Heeschen und Kohlmeier herausgegeben worden.

[63] Eng mit der Ernährungssituation hängen Gesundheitszustand und Erkrankungen aufgrund von Fehlernährung zusammen. Jugendliche sind v. a. betroffen von Adipositas, Essstörungen und Karies; andere (auch) ernährungsbedingte Folgeerkrankungen (Diabetes, Gicht, Herz-Kreislauf-Erkrankungen) und Mangelerkrankungen (z. B. Anämie, Struma) werden für Jugendliche in erster Linie im Rahmen einer Gesundheitsprophylaxe thematisiert. Lebensmittelunverträglichkeiten (z. B. Allergien), Lebensmittelinfektionen u. a. sind grundsätzlich altersunabhängige Erkrankungen, die auch Jugendliche betreffen. Vgl. dazu auch (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) 1998.

[64] Der so genannte Kinderernährungsbericht Baden-Württemberg (Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum Baden-Württemberg & Sozialministerium Baden-Württemberg 2002b) lag erst nach Durchführung der Erhebung vor und konnte daher nicht in die Konstruktion des Fragebogens einbezogen werden.

13 bis unter 15 Jahren[65] dargestellt. Mädchen nehmen 8,18 MJ (= 1952 kcal) pro Person und Tag an Energie zu sich. Davon 13,3 % Protein, 34,8 % Fett (davon 14,6 % gesättigte Fettsäuren), 48,5 % Kohlenhydrate (davon 24,4 % Mono- und Disaccharide), 2,4 % Alkohol und 1 % sonstige energieliefernde Inhaltsstoffe, z. B. organische Säuren (DGE 2000, S. 45). Jungen nehmen 9,99 MJ (= 2386 kcal) pro Person und Tag an Energie zu sich. Davon 13,1 % Protein, 34,8 % Fett (davon 13,8 % gesättigte Fettsäuren), 48,7 % Kohlenhydrate (davon 24,8 % Mono- und Disaccharide), 2,3 % Alkohol und 1,1 % sonstige energieliefernde Inhaltsstoffe (DGE 2000, S. 44). Im Durchschnitt beträgt für alle unter 15-Jährige beiderlei Geschlechts die mittlere tägliche Zufuhr an Energie knapp 90 % des Referenzwertes (DGE 2000, S. 48f.). Dieses ändert sich im Alter von 15 Jahren. Mädchen, in der Altersgruppe von 15 bis unter 19 Jahren essen durchschnittlich mit 106 % im Vergleich zum Referenzwert etwas zuviel; die Zahlen für männliche Jugendliche schwanken für die über 15-Jährigen um 100 %. Diese mittleren Zufuhrdaten sagen allerdings nichts über die Verteilung der Einzelfälle aus, wie eine epidemiologische Zunahme von Essstörungen[66] und Übergewicht (s. u.) zeigen.

Hinsichtlich einzelner Nährstoffe ist für Jugendliche besonders die Calcium-, Jod- und Folat-Versorgung problematisch (DGE 2000, S. 48f. und S. 56f.). Darüber hinaus kann nicht von einer ausreichenden Eisenversorgung bei Mädchen und Frauen im gebärfähigen Alter ausgegangen werden (ebd.). Eine latente Unterversorgung aller Jugendlichen besteht außerdem für Fluorid, Vitamin D und E, Pantothensäure (ebd.). Mangelerkrankungen können aufgrund einer manifesten bzw. latenten Unterversorgung (über längere Zeiträume) entstehen, beispielsweise können Anämien in Folge von verminderter Erythropoese (Eisenmangelanämie, Folsäuremangelanämie u. a. m.) oder Strumen in Folge von Jodmangel auftreten[67]. Dieses gilt umso mehr, je weniger gegessen wird und in Kombination mit einer einseitig energie- und fettreichen Kost bei gleichzeitig geringer Nährstoffdichte. Ein besonderes Problem ist beispielsweise auch die Mangelversorgung bei Anorexia nervosa[68].

Beim Lebensmittelverzehr ergibt sich folgendes Bild: Insgesamt nimmt der Verbrauch[69] an Getreideerzeugnissen und Kartoffeln ab, während der Verbrauch an Frischobst und

[65] Schüler und Schülerinnen der 8. Klasse sind durchschnittlich etwa 13 Jahre, der 10. Klasse etwa 15 Jahre alt.

[66] Essstörungen und ihre diffizilen Ursachen sind zwar nicht Gegenstand der Arbeit, dennoch ist auf die steigenden Krankheitszahlen aufmerksam zu machen. Buddeberg-Fischer schreibt „Essstörungen gehören zu den häufigsten psychosomatischen Erkrankungen bei weiblichen Jugendlichen und jungen Frauen" (Buddeberg-Fischer 2000, S. 8).

[67] In diesem Überblick soll lediglich auf Unterversorgung und beispielhaft auf mögliche Folgen hingewiesen werden. Auf die Problematik einer Überversorgung, die zunehmend im Zusammenhang mit den DACH-Werten (gemeinsam erarbeitete Referenzwerte für die Länder Deutschland, Österreich und Schweiz) diskutiert wird, wird hier nicht weiter eingegangen.

[68] Da Essstörungen nicht Thema der vorliegenden Arbeit sind, wird auf die Nährstoffversorgung bei Essstörungen hier nicht weiter eingegangen.

Zitrusfrüchten zunimmt (DGE 2000). Der Verbrauch an Frischmilcherzeugnissen und Fleisch nimmt ab, der Käseverbrauch zu. Diese Zahlen sind nicht nach Altersgruppen differenziert[70]. Betrachtet man den täglichen Verzehr nach Lebensmittelgruppen, konsumieren Jungen von 13 bis unter 15 Jahren (alte Bundesländer) relativ viel Milch und Milchprodukte und Süßwaren. Mädchen dieser Altersgruppe essen relativ wenig Fleisch, Fleisch- und Wurstwaren, Fisch- und Fischwaren (vgl. EVS 1993 nach Ernährungsbericht 2000, S. 34f.). So finden sich „vegetarisch ausgerichtete Ernährungsweisen"[71] vorzugsweise bei jungen Mädchen mit 6 % gegenüber 2 % der Jungen ebenso wie fleischarme Kost, die von 52 % der Mädchen, aber nur von 22 % der Jungen präferiert wird (vgl. 12. Shell Jugendstudie 1997, S. 351ff.). Das bestätigen ebenfalls Daten zu Nahrungsmittelpräferenzen, so zeigen „Jungen ... unter anderem eine signifikant stärkere Vorliebe für die Speisengruppen Fast Food, Fleisch, Wurst und Fisch, während Mädchen Obst, rohes Gemüse und Käse (etwas) stärker präferierten" (Diehl 1999c, S. 151).

Die angeführten repräsentativen Daten beziehen sich auf Lebensmittelgruppen. Aus den Daten der Marktforschung, die nur eingeschränkt veröffentlicht sind (s. o.; z. B. Barlovic 1999a, 1999b, 1999c; KVA 2001 bis KVA 2004), ist u. a. bekannt, dass Frühstücksceralien und süßer Brotaufstrich beim Frühstück sowie Pizza allgemein beliebt sind. Neben den genannten repräsentative Daten zu Nahrungsmittelpräferenzen aufgeschlüsselt nach Altersgruppen liegen aus den 1980er Jahren nicht-repräsentative Daten einer vergleichenden Analyse bei Schülerinnen und Schülern der 9. Klasse an allgemein bildenden Schulen aus dem Freiburger Raum vor (Kienzle 1988). Kienzle hat umfassende Daten zu Nahrungsmittelpräferenzen in Abhängigkeit des Schultyps, des Geschlechts und des Ernährungswissens erhoben. Durchgängig waren Obst, Eis und Schokolade bei den befragten Schülerinnen und Schülern beliebt, und zwar sowohl als präferierte als auch tatsächlich konsumierte Lebensmittel (Kienzle 1988, S. 80f.). Die von Diehl (1999c, S. 151ff.) ein Jahrzehnt später erhobenen Daten zu den Nahrungspräferenzen von Kindern und Jugendlichen zeigen eine hohe Beliebtheit von Fast Food (Pizza, Pommes Frites, Hamburger), Süßigkeiten und Knabbereien bei den 10 bis 14-Jährigen. Wenig beliebt war (gekochtes) Gemüse.

---

[69] Verbrauchsdaten basieren auf Agrarstatistiken und sind nicht mit den Verzehrdaten gleichzusetzen. Weiterführende Diskussion zur empirischen Ernährungsforschung: z. B. Prahl & Setzwein 1999, S. 63ff.

[70] Eine ausführliche Darstellung zur Beschreibung der heutigen Esskultur und ihrer Entwicklung seit den späten 1950er Jahren bezogen auf die deutsche Gesamtbevölkerung auf der Grundlage von Verbrauchsstatistiken findet sich bei Spiekermann 1999a, S. 41ff.

[71] Bei der 12. Shell Jugendstudie 1997 wird unter „vegetarisch ausgerichtete Ernährungsweise" – abweichend von der in der Ernährungswissenschaft üblichen Definition, in der gerade ein gänzlicher Fleisch- und Fischverzicht kennzeichnend für alle „vegetarische Kostformen" ist, (vgl. Biesalski & Grimm 1999, S. 304) − eine Ernährung mit wenig oder ohne Fleisch verstanden (12. Shell Jugendstudie 1997, S. 351ff.).

Sämtliche Studien zeigen einen steigenden Verbrauch von Convenience-Produkten (vgl. z. B. Nestlé 1999; Ziemann 1998). Besonders beliebt sind Tiefkühlprodukte, so hat sich der „Absatz von tiefgekühlten Fertiggerichten (...) zwischen 1990 und 1997 nahezu verdoppelt ...” (Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum Baden-Württemberg & Sozialministerium Baden-Württemberg 2002b, Diehl 2001). Insgesamt zeigt sich ein Trend, dass industrialisierte Produkte traditionellen Grundnahrungsmitteln vorgezogen werden (Ziemann 1998, S. 125).

3 Mahlzeit

3.1 Soziale Situation des Essens

3.1.1 Fragestellungen zur Familienmahlzeit

Essen findet in unterschiedlichen Situationen statt. Insgesamt überwiegt in der westlichen Gesellschaft trotz hoher Mobilität das Essen zu Hause (vgl. Iglo-Forum-Studie 1995; Spiekermann 1999; Stix 2000). Zu Hause wird sowohl allein als auch in der häuslichen Gemeinschaft gegessen. Mahlzeiten stiften Gemeinschaft und haben in allen Gesellschaften als soziale Situation (innerhalb und außerhalb von Familien) Bedeutung. Im Besonderen wird der Familienmahlzeit ein hoher Stellenwert zugeschrieben, weil sie wesentlich zur Konstitution von Familie (vgl. u. a. Teuteberg 1985; Barlösius 1999; Brombach 2000b; Schlegel-Matthies 2002) und nach neueren US-amerikanischen Studien zur psychosozialen Gesundheit von Jugendlichen beiträgt (Eisenberg et al. 2004).

Mahlzeit ist eine herausragende soziale Institution des Essens (Simmel 1957; Barlösius 1999), deren alltägliche Realisierung in den Haushalten aufwändig ist (Sellach 1996; Kettschau & Methfessel 1989, 2005). Schwerpunkt des vorliegenden Kapitels ist das gemeinsame Mahl mit der Familie als eine Form des häuslichen Essens, dessen Stellenwert und Funktionen aus der Perspektive der Jugendliche explorativ untersucht werden sollen. Folgende Fragestellungen leiten die nachfolgenden vertiefenden Ausführungen:

- Wie häufig essen Jugendliche mit ihrer Familie gemeinsam?
- Welche Wichtigkeit messen Jugendliche gemeinsamen Mahlzeiten in der Familie bei?
- Welche Funktionen haben Familienmahlzeiten im Alltag der Jugendlichen?
- Aufgrund der zunehmenden Erwerbsarbeit von Frauen (Geißler 2002, S. 372) − abhängig vom Alter ihrer Kinder − stellt sich die Frage, wer für den Bereich des Essens zuständig ist.

3.1.2 Allgemeines zum Konzept der Mahlzeit

Vorbemerkungen

Häusliche Mahlzeiten mit Familie oder allein haben durch familiale Traditionen strukturierte Regeln und Routinen, denen sich Jugendliche nicht vollständig entziehen können. Von Familienmahlzeiten wird hier gesprochen, wenn mindestens eine weitere Person aus der Familie mit dem Jugendlichen gemeinsam isst.

Im Fokus der vorliegenden Arbeit steht das alltägliche Essen, folglich auch die alltäglichen Mahlzeiten, die von den außeralltäglichen oder festlichen Mahlzeiten zu unterscheiden sind aufgrund ihrer besonderen Bedeutungen im soziokulturellen Kontext. Außeralltägliche

Mahlzeiten werden hier nicht thematisiert, da sie für die Erreichung der Zielsetzung dieser Arbeit lediglich marginale Bedeutung haben.

Auch nach der Trennung von (Erwerbs-)Arbeit und Leben (Haushaltsarbeit[72] und Freizeit)[73] wurde im 20. Jahrhundert an der kulturell dominanten Mahlzeitenordnung (drei gemeinsam in der Familie eingenommene Mahlzeiten täglich) als gesellschaftliches Orientierungsmodell festgehalten (Barlösius 1999, S. 182; vgl. auch Schlegel-Matthies 2002, S. 209). Obwohl die Realisierung dieses Mahlzeitenideals aufgrund von individualisierten Lebens- und Arbeitsbedingungen seitdem zunehmend schwieriger wurde, bestehen partiell noch heute diese Mahlzeitenmuster (Meyer[74] 2002, S. 59; DGE 2004, S. 81). Ein Grund dafür ist die Symbolhaftigkeit der Familienmahlzeit, die „...Symbol von Familie als Lebens- und Wirtschaftsgemeinschaft überhaupt" ist und die „engen Bindungen zwischen Familienmitgliedern" widerspiegelt (Barlösius 1999, S. 183). Eng damit verknüpft ist auch das Leitbild der versorgenden Mutter, die entsprechend des bürgerlich-städtischen Mahlzeitenideals durch ihr Kochen ihre Liebe zur Familie zum Ausdruck bringt (Schlegel-Matthies 2002, S. 209f.). Hinzu kommt ein gewisser Versorgungsdruck durch das Halbtagsschulsystem. Allerdings kann bereits seit den 1970er Jahren kein einheitliches Ernährungsverhalten in den Familien mehr angenommen werden (Tolksdorf 1976, S. 71).

In den nachstehenden Definitionen werden Ausdifferenzierungen und Versuche unternommen, Mahlzeit (soziologisch) zu fassen und hilfreiche Konstruktionen für wissenschaftliche Untersuchungen bieten. Dennoch soll hier daran erinnert werden, dass „Essen" stets in komplexen Zusammenhängen geschieht und sich einer vollständigen Analyse entzieht. Wann wird Essen zur Mahlzeit? − Die Übergänge sind fließend. Die Grenzziehung ist abhängig von der jeweiligen Definition.

Familiale Esskultur steht in Wechselwirkung zur allgemeinen Esskultur der Gesellschaft in einem dynamischen System. Was ist für Jugendliche eine Mahlzeit? Was ist „richtiges

[72] *Hausarbeit* wird unterschiedlich konnotiert oder in der aktuellen Diskussion auch durch den weiteren Begriff der *Haushaltsarbeit* ersetzt (Kettschau & Methfessel 2005). In dieser Arbeit wird der Begriff Haushaltsarbeit präferiert, da dieser den veränderten Anforderungen und Aufgaben der Arbeiten im und außer Haus des modernen Familienhaushaltes mehr gerecht wird als der traditionell geprägte Begriff der Hausarbeit (ebd.).

[73] Die Trennung von „Arbeit und Leben" spiegelt eine männliche Perspektive wieder.

Vor der Trennung von Erwerbsarbeit und Hausarbeit wurde nach dem Grundsatz „gemeinsam wirtschaften, gemeinsam verzehren" gehandelt. Die Zuteilung von Nahrung ist ein sozialer Akt (vgl. Barlösius 1999). Zu festen Zeiten, den Mahlzeiten, setzten sich alle zur Hausgemeinschaft gehörenden Personen an einen Tisch und verzehrten − es sei daran erinnert, dass Nahrung und Speise oftmals knapp waren -, was auf den Tisch kam. Ein vorheriger Gang zur Speisekammer, um einer weniger beliebten Speise auszuweichen, war undenkbar. Was auf dem Tisch stand, wurde nach allgemein anerkannten Regeln „gerecht" verteilt. „Gerecht" orientiert sich nach soziokulturellen Regeln und ist nicht gleichbedeutend mit „gleichen" Portionen, z. B. waren Fleischportionen für Männer vergleichsweise größer als für Frauen. Weiterführende Literatur: Schlegel-Matthies (2001a).

[74] In einer Sekundäranalyse der Zeitbudgetstudie 1991/92 und der Bayrischen Verzehrstudie 1995 ermittelt Meyer repräsentative Mahlzeitenmuster in Deutschland und untersucht den Einfluss von Haushaltskontexten auf Mahlzeitenmuster (Meyer 2002).

Essen"? − Darauf finden sich Antworten in Alltagsvorstellungen. Diese lassen sich in gesellschaftlich gültige Cluster, die allgemein anerkannt werden, zusammenfassen. Douglas entwickelt ein allgemein gültiges kulturelles Muster (s. u.) für die Vorstellungen von einem „proper meal" in ihrem wunderbaren Artikel "Deciphering a meal" (Douglas 1972).

Mahlzeit ist zentrales Thema für viele Wissenschaftsdisziplinen wie Nahrungsethnologie, Geschichte, Soziologie, Anthropologie und Ernährungs- sowie Haushaltswissenschaft, die Mahlzeit aus ihrem jeweiligen Blickwinkel erforschen. Um sich den Bedeutungen von Mahlzeiten aus der Perspektive von Jugendlichen zu nähern, interessiert auf der Familienebene, wie über gemeinsame Mahlzeiten kulturelles Kapital tradiert wird. Hierzu stütze ich mich auf die Theorien von Barlösius, die die Konzepte von Simmel, Bourdieu und Tolksdorf weiterentwickelt hat, und einen soziokulturellen Gesamtansatz verfolgt.

Über Familienmahlzeiten finden auch Sozialisation und Enkulturation[75] statt, die für die vorliegenden Fragestellungen zentrale Haushaltsaufgaben[76] sind. Primäre Rollen- und Wertevermittlung konkretisieren sich in Esstraditionen und Essgewohnheiten. Haushaltswissenschaftliche Fragestellungen fokussieren bislang auf Funktionen des Haushalts, in dieser Arbeit soll darüber hinaus der Blick auf die Bedeutungen von Familienmahlzeiten für ausgewählte Haushaltsmitglieder (Jugendliche) als Handelnde gelenkt werden. Das Verständnis der Bedeutungen ermöglicht eine sinnvolle Ergänzung zu den Haushaltsfunktionen, um Bewältigungsstrategien besser zu verstehen. Haushaltsaufgaben verändern sich mit den an Haushalte gestellten gesellschaftlichen Anforderungen, die wiederum durch die Impulse aus den Haushalten beeinflusst werden (Thiele-Wittig 1992; vgl. auch Kettschau & Methfessel 2005). „Der gesellschaftliche Strukturwandel ist teils Resultat, teils Anstoß für einen Strukturwandel des Haushalts- und Familiensektors ..." (Piorkowsky 2000, S. 16).

Mahlzeit als soziale Institution

Soziologisch betrachtet ist Mahlzeit die soziale Situation des Essens. So definiert Barlösius Mahlzeit als „soziale Institution", die Gemeinschaftlichkeit und soziale Zugehörigkeit symbolisiert (Barlösius 1999, S. 40). Sie stützt sich auf Simmel, Bourdieu, Tolksdorf und Douglas. Folgt man der hier präferierten Definition von Barlösius[77], dann ist Mahlzeit eine

[75] Sozialisation und Enkulturation können sich auf die gleichen Prozesse beziehen, haben jedoch einen unterschiedlichen Blickwinkel. Sozialisation bezieht sich auf die Aneignung von Fähigkeiten zur sozialen Teilhabe an einer Gesellschaft, dagegen fokussiert die Enkulturation auf Aneignung von Fähigkeiten zur kulturellen Teilhabe (Methfessel 2005; vgl. auch Oerter 2002).

[76] Auf weitere Haushaltsfunktionen (Regenerations- und Platzierungsfunktion sowie ökonomische, politische und ökologische Funktion) wird hier nicht näher eingegangen. Weiterführende Literatur: von Schweitzer (1991, S. 133ff.); Piorkowsky (1997, S. 46 ff.); Piorkowsky (2000, S. 15ff.).

[77] Auf eine umfassende Darstellung der Soziologie der Mahlzeit wird hier verzichtet. Entsprechend des Untersuchungsthemas werden wesentliche Aspekte des Essens im Kontext Familie und Peergroup im Zusammenhang mit der sozialen Institution Mahlzeit erarbeitet. Zur weiterführenden Lektüre sei auf Kapitel 7

soziale Institution, die nicht zwangsläufig vom „Essen mit anderen abhängt". Barlösius führt aus: „Die Mahlzeit als Institution existiert und kann auch stattfinden, ohne daß die Befriedigung des Nahrungsbedürfnisses eine Bedeutung hat. Und auch diejenigen, die alleine speisen, können eine Mahlzeit zu sich nehmen." (Barlösius 1999, S. 40).

Nach dem von der britischen Nahrungssoziologin Douglas skizzierten Modell gehören zu einer Mahlzeit neben einem so genannten „*proper meal"* auch Tisch, Sitzordnung und Regeln (Douglas 1972, S. 66). Sie fasst „proper meal" als Speise einer Mahlzeit (zu Hause) in folgende Formel: "A proper meal is A (when A is the stressed main course) plus 2B (when B is an unstressed course). Both A and B contain each the same structure, in small, a + 2b, when a is the stressed item and b the unstressed item in a course. A weekday lunch is A; Sunday lunch is 2A; Christmas, Easter, and birthdays are A + 2B. Drinks by contrast are unstructured." (Douglas 1972, S. 68). Eine Mahlzeit in diesem Sinne besteht folglich aus einem Hauptgang und zwei weiteren Gängen. Für eine einfache Mahlzeit unter der Woche können A + 2 B auch in einem Hauptgang zusammengefasst sein, wenn sie ein Minimum an Struktur aufweisen (ebd.), beispielsweise im einfachsten Fall kann dann das „proper meal" auch eine Gemüsesuppe sein, die allerdings mit Nudeln und Würstchen aufgewertet wird. Douglas entwickelt den Begriff des „proper meal" anhand einer strukturalistischen Analyse auf der Suche nach Botschaften in Speisen. Ihr geht es um häusliche Mahlzeiten, die in diesem Rahmen nur einem ausgewählten Personenkreis zugänglich sind und Zusammengehörigkeit bzw. Freundschaft symbolisieren[78]. Das Modell von Douglas orientiert sich auf der organisatorischen Ebene, dagegen sucht Tolksdorf (1994) nach Kategorien und differenziert das Schema von Douglas zu einem komplexen Modell aus, um das „soziologische Gebilde der Mahlzeit" zu entziffern. In seinem Modell sind neben Speise, d. h. „*was* und *wie* (zubereitet) gegessen wird" (Tolksdorf 1975, S. 288), Situation und Ort wesentliche Bestimmungsgründe einer „Mahlzeit". Wieder andere Modelle heben die Habitualisierung und Standardisierung bis hin zur rechtlichen Verankerung (Arbeitspausen) hervor (vgl. Barlösius 1999, S. 179). Tischgespräche sind ein zur Mahlzeit gehörendes Element, das ebenfalls standardisiert verläuft.

Allen soziologischen Definitionen zur Mahlzeit ist letztlich gemeinsam, dass sie nach Ort, Zeit, Personen und (sozialen) Regeln fragen. Nimmt man Speise und soziale Situation, die von Tolksdorf als Grundelemente seines Schemas (Tolksdorf 1976, S. 74ff.; Tolksdorf 1994,

„Mahlzeiten und Tischgemeinschaften: Soziale Situationen des Essens" bei Barlösius (1999, S. 165ff.) hingewiesen.

[78] "If food is treated as a code, the messages it encodes will be found in the pattern of social relations being expressed." (Douglas 1972, S. 61). "Meals are for family, close friends, honored guests." (a. a. O., S. 66). Douglas Ausführungen beziehen sich zunächst auf häusliche (Familien-)Mahlzeiten; diese sind von offiziellen Essen, die ebenfalls Mahlzeiten darstellen, zu unterscheiden. "The meal expresses close friendship." (ebd.).

S. 233f.) zur Ausdifferenzierung von Mahlzeit gewählten Ausgangspunkte, als eine Mahlzeit definierende Punkte, so gehören das Zwischendurchessen und das Nebenbeiessen streng genommen auch dazu.

Douglas formulierte für die 1970er Jahre in Großbritannien organisatorische Elemente zur Mahlzeitensituation konkret aus: "Meals require a table, a seating order, restriction on movement and on alternative occupations. There is no question of knitting during a meal. Even at Sunday breakfast, reaching for the newspapers is a signal that the meal is over." (Douglas 1972, S. 66). Eine solche Festlegung ist heute aufgrund des gesellschaftlichen Wandels so nicht mehr möglich. Im Alltag treffen die Mahlzeiten bestimmende Elemente heute nicht immer in dieser Form zusammen. Übergänge zu Zwischenmahlzeiten sind zunehmend fließend; die Grenze zwischen Essen und Mahlzeit wird zunehmend uneindeutig. Unterscheidbar sind subjektive, kulturelle und soziale Bestimmung einer Mahlzeit.

Divergente Vorstellungen über „richtiges Essen" lassen sich in den verschiedenen Altersgruppen feststellen. Wie in Kapitel 4.3.3 dargestellt, wird hier „*Snacken"* als Teil einer Jugendesskultur verstanden. Diese zunächst jugendspezifischen Vorstellungen wirken sich im dynamischen System der Familie auch auf die Gestaltung von Familienmahlzeiten aus und verändern damit ebenfalls familiale Esskultur. Im Allgemeinen wird jedoch das Nebenbeiessen als „Naschen" bezeichnet und auch in der subjektiven Wahrnehmung gern ausgeblendet (Falk 1994, S. 117 und S. 126, Anm. 35). Es gilt als „nicht richtiges Essen" und wird z. B. bei der Erstellung von Ernährungsprotokollen oft vergessen. „Hunger haben" oder „Gelüste haben" wird hierbei getrennt. Naschen ist motiviert durch die „Lust, ohne wirklichen Hunger zu haben". Im Fragebogen steht daher die Formulierung: „Was machst du, wenn du Hunger bekommst?" Damit ist also nicht das Naschen gemeint. In diesem Zusammenhang ist die Unterscheidung wichtig, weil es um den Aufschub oder Nichtaufschub der Bedürfnisbefriedigung bei Hunger geht.

Funktion und Bedeutung von Mahlzeiten hängen eng miteinander zusammen. Sie stellen zwei mögliche Perspektiven des Herangehens an die Institution der Mahlzeit dar. Funktionen zielen auf die Wirkung ab. Den Funktionen von Mahlzeiten lassen sich vorrangig folgenden Bereichen zuordnen: physischer, psychischer, gesundheitlicher, sozialer und kultureller Bereich. Subjektive Bedeutungen leiten sich zwar aus den Funktionen ab, beziehen sich aber auf Sinnkonstruktionen. So kann der Stellenwert von Mahlzeit (Häufigkeit, Zeitpunkt, Priorität etc.) ein Anhaltspunkt für deren Bedeutung sein. Um der Institution Mahlzeit gerecht zu werden, sollen zunächst vier Funktionsbereiche unterschieden werden:

1. Unter rein physiologischem Blickwinkel sind Ziele des Essens, den Hunger zu stillen und eine ausgewogene Energie- und Nährstoffbilanz herzustellen.
2. Der viel zitierte Georg Simmel bringt die Ambivalenz der sozialen Funktion des Essens, nämlich Gemeinschaft zu stiften, immer noch am treffendsten zum Ausdruck. „Von allem nun, was den Menschen gemeinsam ist, ist das Gemeinsamste: daß sie essen und trinken müssen. Und gerade dieses ist eigentümlicherweise das Egoistischste, am unbedingtesten und unmittelbarsten auf das Individuum Beschränkte: was ich denke, kann ich andere wissen lassen; was ich sehe, kann ich sie sehen lassen; was ich rede, können Hunderte hören − aber was der einzelne ißt, kann unter keinen Umständen ein anderer essen. ... Personen, die keinerlei spezielles Interesse teilen, können sich bei dem gemeinsamen Mahle finden − in dieser Möglichkeit, angeknüpft an die Primitivität und deshalb Durchgängigkeit des stofflichen Interesses, liegt die unermeßliche soziologische Bedeutung der Mahlzeit." (Simmel 1957, S. 243f.). Die Überwindung der egoistischen Handlung des Essens in einer Gemeinschaft stiftenden sozialen Institution „Mahlzeit" ist soziologischer Forschungsgegenstand. Barlösius folgt Simmel und fragt nach der Bedeutung alltäglicher Mahlzeiten, die sie als „Symbol von Familie als Lebens- und Wirtschaftsgemeinschaft überhaupt" deutet, auch in modernen Gesellschaften (Barlösius 1999, S. 183; vgl. dazu Schlegel-Matthies 2002).
3. Untrennbar mit der sozialen und physischen Funktion ist die psychische Funktion verknüpft und vice versa. Mit einer Mahlzeit lassen sich sämtliche Bedürfnisse befriedigen. Legt man die Maslowsche Strukturierung der Bedürfnisse[79] zugrunde, können im Einzelnen genannt werden: physiologische Bedürfnisse (Nahrungsbedürfnis und Hunger), Sicherheits-, Zugehörigkeits- und Liebesbedürfnisse, Wertschätzungs- und Wachstumsbedürfnisse. Essen dient eben nicht immer und nicht ausschließlich der Nahrungsaufnahme, sondern kann durch (un)bewusste Verlagerung von Bedürfnissen motiviert sein (Grunert 1993, S. 42). Familienmahlzeit kann neben der Versorgung mit Nahrung ein Gefühl von Sicherheit und Akzeptanz vermitteln (vgl. Grunert 1993). Das Modell der lebenden Systeme[80] ermöglicht auch eine spezifische Betrachtung aus

[79] Der Strukturierung von Bedürfnissen nach Maslow wird in der Haushaltswissenschaft überwiegend gefolgt, obwohl sein Modell durchaus kritisch gesehen wird. Die als Modell beliebte Bedürfnispyramide von Maslow (1943) in seiner Hierarchisierung ist allgemein widerlegt. Das Pyramidenmodell wird u. a. auch einem Bedürfnispluralismus, wie er z. B. bei Mahlzeiten vorkommt, nicht gerecht. So hat „Maslow (1943, S. 373) ... einmal selbst darauf hingewiesen, daß die physiologischen Bedürfnisse und die mit ihnen verbundenen Konsumakte durchaus auch als Kanäle für andere Bedürfnisse dienen können." (Grunert 1993, S.38). Eine weitergehende Auseinandersetzung mit Bedürfnissen findet sich z. B. bei Grunert (a. a. O., S. 31ff.) Im Rahmen dieser Arbeit kann keine umfassende Darstellung der Psychologie des Essens geleistet werden. Entsprechend der Fragestellung werden lediglich grundsätzliche Aspekte von Bedürfnissen angesprochen.

[80] Um die unterschiedlichsten Beziehungen zwischen Bedürfnissen und Bewältigungsformen angemessen zu berücksichtigen, favorisiert Grunert (1993) J. G. Millers Theorie (1978, nach Grunert) der lebenden Systeme (vgl. Grunert 1993, S. 33ff.).

entwicklungspsychologischer Perspektive, denn im Essverhalten spiegelt sich Adoleszenzprozess wider.

4. Aus pädagogischer Sicht interessiert die Familienmahlzeit als Ort der Ernährungssozialisation, Ort der Enkulturation und Ort der über die Ernährung hinausgehenden Erziehung[81]. Familienmahlzeiten sind durch Familientraditionen geprägt. Die familiale Esskultur wird bei gemeinsamen Mahlzeiten maßgeblich etabliert. Familienmahlzeiten sind Gelegenheiten, mit Heranwachsenden „pädagogisch notwendige" Gespräche − vergleichbar mit dem aus der Mode gekommenen Sonntagsspaziergang − „zwanglos" zu führen.

3.2 Jugendessalltag

3.2.1 Jugendtypische Mahlzeitenstrukturen

Arbeits- bzw. Schulzeiten bestimmen maßgeblich zeitliche Strukturierungen des Tages. Arbeits- und Schultage werden in Abgrenzung von freien Tagen wie Wochenenden oder Ferientagen wahrgenommen. Tagesstrukturen „unter der Woche"[82] sind angepasst an Schul- und Arbeitszeiten der Familienmitglieder, die sich individuell erheblich unterscheiden können. Wie die Diskussionen im Einzelhandel zeigen, führen flexible Arbeitszeiten tendenziell zu weniger gemeinsamen Familienzeiten (Methfessel 1997a, S. 8). Diese gesellschaftlichen Veränderungen wirken sich auf die Mahl-*zeiten* des Einzelnen und somit auf die gemeinsamen Mahl-*zeiten* in den Familienhaushalten aus. Der Markt reagiert mit vielfältigen Angeboten an Außer-Haus-Essensmöglichkeiten und Convenience-Produkten, begleitet von der entsprechenden Haushaltstechnik wie z. B. Mikrowelle. Allgemein beobachtbar sind Trends zu Convenience-Produkten, die zeitsparend, individuell und leicht zu zubereiten sind, zum Verzehr von Fast-Food-Produkten und zum Außer-Haus-Essen (vgl. Spiekermann 1999a, S. 47f.; Prahl & Setzwein 1999, S. 184ff.; Diehl 2000b). Eine Individualisierung der Essenszeiten wird durch diese Versorgungsmöglichkeiten begünstigt (Kettschau 1990, S. 171[83]) und stellt damit auch die Verbindlichkeit gemeinsamer Tischzeiten (s. u.) in Frage.

In Deutschland ist immer noch die Halbtagsschule ohne Mittagsverpflegung[84] mit Schulzeiten von 8 Uhr bis 14 oder 15 Uhr der so genannte „Normalfall". Äußere

[81] Vgl. dazu auch Methfessel (2004b, 2005).

[82] Zunehmende Ausdehnung von Arbeitszeiten bis hin zur 7-Tage-Woche führen zu individualisierten Arbeitszeiten, so dass die Einteilung „unter der Woche" und „Wochenende" immer mehr zum Relikt wird.

[83] Kettschau (1999, S. 169) weist am Beispiel der Waschmaschine daraufhin, dass Individualisierung durch Technisierung der Haushalte möglich wird, aber auch eine Verhäuslichung von Hausarbeiten zur Folge hat und zu einer Steigerung des Anpruchsniveaus führt. Vgl. auch Methfessel (1989).

[84] Durch verschiedene Bildungsprogramme, z. B. das im Mai 2003 beschlossene Investitionsprogramm „Zukunft Bildung und Betreuung" der Bundesregierung zur Förderung von Ganztagsschulen oder die Einführung der „Verlässlichen Grundschule" auf Bundeslandebene hat ein Nachdenken auch über die Verpflegungssituation in den Schulen begonnen.

Bedingungen wie Raum, Pausenregelung, Schulzeiten etc. sind institutionell festgelegt. Im Rahmen der allgemeinen Vorgaben können die einzelnen Schulen unterschiedlich Pausen zum (gemeinsamen) Essen einführen und haben – wenn auch begrenzt − Möglichkeiten dadurch die jeweilige Schul(ess)kultur mitzugestalten. Beispielsweise schaffen ruhige Ecken oder gar eine Frühstückspausenzeit im Klassenzimmer eine ganz andere Essatmosphäre als der Pausenhof, auf dem das allgemeine Gedränge vorherrscht. An vielen Schulen fehlen solche Angebote und andere Aktivitäten bestimmen die Pausengestaltung, so dass Kinder und Jugendliche genervt und mit knurrendem Magen die Schule fluchtartig verlassen. Daraus resultiert eine Verpflegungsnotwendigkeit am Mittag zu Hause.

Mahlzeiten können tagesstrukturierende Bedeutung haben. Allerdings gehören aufgrund individualisierter Tagesstrukturen gesellschaftlich allgemein festgelegte Essenszeiten der Vergangenheit an (vgl. Spiekermann 1999a, S. 46). Daher stellt sich zunächst die Frage, welche Gewohnheiten und Verbindlichkeiten bestimmen Essalltag der Jugendlichen heute − besonders im Hinblick auf gemeinsame Familienmahlzeiten. Zunächst werden dazu Ergebnisse aus aktuellen Studien zusammengetragen.

Drei gemeinsame Familienmahlzeiten täglich sind unüblich

Schon in den 1970er Jahren wurde festgestellt, dass die gemeinsame Einnahme dreier Mahlzeiten am Tag im Kreise der Familie der Vergangenheit angehört (DGE 1976; Neuloh & Teuteberg 1979, S. 7; vgl. auch Furtmayr-Schuh 1993). Heute spricht Ziemann gar vom Bedeutungsverlust des „traditionellen Familienessens" (Ziemann 1998, S. 125). Wochenende und Abend seien immer häufiger Schwerpunkte des gemeinsamen Essens in der Familie. Neuere Daten bestätigen diesen Trend (Meyer 2002). Bereits Ende der 1970er Jahre nehmen weniger als 10 % aller Befragten drei Mahlzeiten mit ihrer Familie gemeinsam ein (Neuloh & Teuteberg 1979). Die Autoren führen aus: „... daß die häusliche Tischgemeinschaft wochentags nur noch eine partielle Realität darstellt und die sozialkommunikative Funktion der Mahlzeit zurückgegangen ist" (Neuloh & Teuteberg 1979, S. 208). Weiter heißt es: „Bezeichnenderweise kehrt man am Wochenende, wenn die Zwänge von Schul- und Arbeitszeiten wegfallen, fast automatisch großenteils zur traditionellen Mahlzeitengemeinsamkeit zurück." (Neuloh & Teuteberg 1979, S. 208; vgl. dazu auch DGE 2004, S. 79). Auch von Ferber et al. 1991 konstatieren ein Jahrzehnt später eine Anpassung des Mahlzeitenrhythmus an äußere Rahmenbedingungen wie Arbeitszeiten. Insgesamt zeichnet sich der Trend zur „Multioptionalität" ab. Das bedeutet, dass die Angebotsmöglichkeiten bestehen, „... jederzeit das und so viel zu essen, wie man möchte" (Essen & Trinken 1998, S. 62). Gleichzeitig findet eine Entrhythmisierung des Essalltages statt

(a. a. O., S. 61ff.). Meyer kommt in ihrer aktuellen Studie zu einem vergleichbaren Ergebnis (Meyer 2002, S. 51ff.).

Dagegen stellt Sellach[85] in ihrer Frankfurter Beköstigungsstudie eine relative Unabhängigkeit der Mahlzeitenfolge von den Lebensumständen fest (Sellach 1996, S. 104). Eine mögliche Erklärung könnte hierfür die Auswahl der Befragten sein; so befragt Sellach ausschließlich „Frauen, die mit Kindern und/oder pflegebedürftigen Angehörigen, die mit Mahlzeiten versorgt werden müssen, in einem Haushalt zusammenleben" (a. a. O., S. 9), und deren Bedürfnisse bei ihrer Tagesstrukturierung berücksichtigen. Auch Einzelergebnisse der Haushaltsbefragungen von Ferber et al. (1991) gehen in diese Richtung. Von Ferber et al. differenzieren unterschiedliche Zeitzwänge, denen die Haushaltsmitglieder unterliegen. Dabei stellen die Autoren fest, dass sich Frauen hinsichtlich der Mahlzeiten vorrangig nach den Arbeitszeiten ihres Partners und den Schulzeiten ihrer Kinder richten (von Ferber et al. 1991).

Insgesamt ist heute in den Familien mit Jugendlichen eine Tendenz zum gemeinsamen abendlichen Essen und zum Wochenendfrühstück erkennbar. Dieses Ergebnis lässt sich aus den unten angeführten Studien (Sellach 1996; Heyer 1997; DGE 2000, 2004; Meyer 2002) ableiten.

Frühstück, nein danke?

Laut der Nestlé-Studie (1999) „Gut essen − gesund leben" frühstücken 7 % der Bevölkerung[86] gar nicht, 34 % „meistens so nebenbei" und 59 % nehmen sich dafür Zeit. Dieses Ergebnis ist nicht auf Jugendliche übertragbar. Daten einer Repräsentativbefragung 1995 über Essverhalten von Kindern und Jugendlichen im Alter von 6 bis 14 Jahren (so genannte Dole-Studie[87] 1995), Einzelbeobachtungen und schulinterne Umfragen deuten auf ein abweichendes Frühstücksverhalten der Jugendlichen hin. Nach Daten der Dole-Studie 1995 frühstücken 35,6 % aller Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 14 Jahre nicht täglich. Bereits in der Gruppe der 12- bis 14-Jährigen sind es nur noch 56,9 %, die täglich frühstücken. Also haben nahezu die Hälfte (43,1 %) kein tägliches Frühstück. Insgesamt ergibt sich bei der Aufschlüsselung nach Altersgruppen: „Je älter das Kind, desto unregelmäßiger werden die täglichen Mahlzeiten eingenommen." (Dole-Studie 1995). Das Verhalten

[85] Sellach befragte über 500 Frauen im Frankfurter Raum. Es handelt sich nicht um eine repräsentative Untersuchung. Die Fragebögen wurden über Multiplikatorinnen von Frauenverbänden etc. an Frauen verteilt. „Da nur Gruppierungen angesprochen oder angeschrieben wurden, die durch die Art ihrer Vereins- oder Gruppenbildung bereits ein Interesse am Thema „Frauenarbeit" haben oder sich mit „Frauenfragen", zu denen das Thema des Fragebogens zweifellos gehört, beschäftigen, besteht das Problem der Verzerrung, da tendenziell nur eine Position unter anderen bekannt wird." (Sellach 1996, S. 12f.).

[86] Repräsentative Umfrage bei Erwachsenen ab 16 Jahren.

[87] Dole Fresh Food Europe Ltd. & Co. 1995.

wird durch den Ernährungsbericht 2000 für das Frühstücksverhalten bestätigt[88]: „Je jünger die Kinder, umso häufiger und regelmäßiger wird auch an Wochentagen zusammen in der Familie gefrühstückt." (DGE 2000, S. 124). Ob die Regelmäßigkeit des Essens mit der Häufigkeit des gemeinsamen Familienmahles korreliert, kann nur vermutet werden. Die abnehmende Häufigkeit der Teilnahme an Familienmahlzeiten ist sicherlich auch im entwicklungspsychologischen Kontext (s. u.) zu deuten.[89] Das Weglassen von Mahlzeiten wird als Mittel zur Figurmodellierung – besonders von Mädchen, die z. B. häufiger als Jungen nicht frühstücken (Heyer 1997, S. 144f.; Kolip 1995, 2004) − eingesetzt und wird im Zusammenhang mit der Entstehung von Essstörungen diskutiert (vlg. Kapitel 5).

In einer schulinternen Befragung an einer Berliner Gesamtschule in dem vorwiegend als bürgerlich einzustufenden Bezirk Berlin-Steglitz[90] geben von insgesamt 457 Jugendlichen der 8. bis 10. Jahrgangsstufe 63 % an, dass sie ohne Frühstück zur Schule kommen. Bei den Mädchen sind es 71 %, bei den Jungen 55 %. Im Rahmen einer Unterrichtseinheit an einer Mannheimer Realschulklasse gibt in einer Klasse lediglich eine Schülerin an, regelmäßig zu frühstücken. Alle anderen haben an diesem Tag nicht gefrühstückt und schreiben, das sei typisch. „Das Leben findet nachts statt!", so bringt eine 16-jährige Gymnasiastin viele Einzelbeobachtungen auf den Punkt. Somit fehlen morgens Hunger, Zeit und auch Elan, um sich einem Frühstück zu widmen. Neben Alter und Müdigkeit spielt Bequemlichkeit eine Rolle. Interessant ist hier, wer für die Zubereitung des Frühstücks bei Jugendlichen zuständig ist. Daten dazu liegen für jüngere Kinder vor. Bei Grundschülerinnen und Grundschülern der 4. Klasse bereiten überwiegend (ca. 75 %) die Mütter das Frühstück zu (Heyer 1997, S. 84). Ob zwischen Zuständigkeit und Frühstücksverhalten (s. o.) ein Zusammenhang besteht, kann im Rahmen dieser Arbeit nicht geklärt werden.

Mittagessen ist wichtigste Mahlzeit des Tages

Das häusliche Mittagessen nach der Schule ist für viele Jugendliche Normalität, aber bei weitem nicht für alle. Für jüngere Altersgruppen liegen Daten vor. Die Dole-Studie 1995 stellt fest, dass 73,3 % aller Kinder und Jugendlicher im Alter von 6 bis 14 Jahren regelmäßig zu

---

88 Ähnliche Ergebnisse finden sich in der Gießener Kinderstudie für Grundschulkinder. 55,1 % der befragten 9- bis 12-Jährigen frühstücken regelmäßig, 33,3 % manchmal und 11,5 % selten zu Hause (Heyer 1997, S. 80). Die so genannte Gießener Kinderstudie setzt sich aus einer quantitativen Schülerbefragung in zwölf Grundschulklassen der 4. Klasse und aus einer qualitativen Befragung (Interviews von Müttern dieser Kinder) zusammen.

Eine auf Nürnberger Hauptschulen begrenzte Querschnittsuntersuchung, die so genannte „Nürnberger Studie" (Wittenberg et al. 1999), kommt zu vergleichbaren Ergebnissen. Insgesamt frühstückt jeder sechste gar nicht. Das Frühstücksverhalten ist altersabhängig unterschiedlich (Wittenberg et al. 1999, S.19ff.).

89 Vgl. auch DGE 2000, S. 125.

90 Interne, nicht-veröffentlichte Schüler- und Elternbefragung 2000 der Mittelstufe der Kopernikus-Oberschule (Gesamtschule mit gymnasialer Oberstufe) in Berlin-Steglitz.

Mittag essen. Nach Altersgruppen aufgeteilt, essen 62,9 % aller 12- bis 14-Jährigen täglich zu Mittag. Das bedeutet anders herum: 37,1 % der Jugendlichen bekommen nicht täglich ein Mittagessen (vgl. auch Sellach 1996; Heyer 1997; Wittenberg et al. 1999; Brombach 2000b). Weiter bleibt unbeantwortet, ob die Jugendlichen allein oder im Beisein anderer Familienmitglieder essen.

Bereits vor mehr als zwanzig Jahren fragten Neuloh und Teuteberg (1979): „Welche Mahlzeit würden Sie als Hauptmahlzeit bezeichnen?" Sie stellten also schon in den 1970er Jahren fest, dass die Mehrheit das Mittagessens als Hauptmahlzeit bezeichnet. Damals wurde die Wahl des Mittagessen zur wichtigsten Mahlzeit von vielen damit begründet, dass diese warm, reichhaltig (Quantität) und nahrhaft (Qualität) sei. „Lediglich bei Hausfrauen mit höherem Bildungsniveau scheint eine Tendenz zu bestehen, ... das Abendbrot als die Hauptmahlzeit des Tages anzuerkennen ..." (Neuloh & Teuteberg 1979, S. 112). „Auch steigende Familieneinkommen bringen eine leichte Verschiebung der Bewertung in Richtung abendliche Hauptmahlzeit, was zu den Merkmalen höhere Bildung und Schreibtischarbeit paßt." (a. a. O., S. 112f.). Die Frankfurter Beköstigungsstudie kommt fast zwanzig Jahre später zu vergleichbaren Ergebnissen, auch hier wird das Mittagessen von der Mehrzahl der Frauen als die wichtigste Mahlzeit bezeichnet (Sellach 1996, S. 105). Sellachs Studie zeigt, dass die befragten Mütter zwischen „der wichtigsten Mahlzeit" und der „Hauptmahlzeit" unterscheiden. Die „warme" Mahlzeit nach der Schule wird von den meisten Müttern (a. a. O., S. 106) und Kindern (vgl. auch Heyer 1997, S. 87ff.) als die „wichtigste" Mahlzeit gesehen. In erster Linie wird von den Müttern, die versorgende, d. h. nährende Funktion des Mittagsmahls genannt, denn die Kinder kämen ja „völlig ausgehungert" (Sellach 1996, S. 106) aus der Schule.

Im Gegensatz zur „wichtigsten Mahlzeit" dient die so genannte „Hauptmahlzeit" am Abend aus der Sicht der Mütter der innerfamiliären Kommunikation (ebd.). Im Einzelnen führen die Mütter an, dass es wichtig sei, dass alle „zusammen essen" und „miteinander reden" können, und dass „alle zuhause sind". Hier zeigt sich eine Tendenz der Verlagerung des gemeinsamen Essens auf den Abend. Abendmahlzeiten werden sozialer Mittelpunkt der Familien. Mütter übernehmen versorgende und soziale Verantwortung (Sellach 1996; vgl. auch Heyer 1997; Essen & Trinken 1998; Meyer 2002).

Abendessen wird zur Hauptmahlzeit

Nach den Daten der Dole-Studie 1995 geben 77,8 % der 6- bis 14-Jährigen an, jeden Tag zu Abend zu essen. Verglichen mit Frühstück und Mittagessen ist das Abendessen die Mahlzeit, die in allen Altersgruppen am häufigsten täglich eingenommen wird. Bei den 12- bis 14-

Jährigen sind es 69,8 %, die täglich zu Abend essen. Untersuchungen (Sellach 1996; Brombach 2000b) weisen darauf hin, dass am Abend alle Familienmitglieder frei von beruflichen bzw. schulischen Verpflichtungen sind, so dass gemeinsame Familienmahlzeiten vermutlich unter der Woche vorwiegend abends stattfinden. Nach neueren Daten (DGE 2004, S. 81ff.), die sich auf die Auswertung der Zeitbudgetstudie 2001/02 beziehen, wird im Allgemeinen zwar nicht mehr Zeit beim Abendessen als beim Mittagessen verbracht, wohl aber sitzen mehr Personen abends gemeinsam zum Essen zusammen als mittags (ebd.). An anderer Stelle wird betont, dass bevorzugt Familienhaushalte dem abendlichen Essen einen hohen Stellenwert einräumen (a. a. O., S. 85). Das bestätigt Aussagen der Frankfurter Beköstigungsstudie: „Das Abendessen wird daher deshalb zur Hauptmahlzeit, weil alle Familienangehörigen dann zuhause sind." (Sellach 1996, S. 106). Wenn alle bereits warm gegessen haben (Kinder, Mutter am Mittag zu Hause, Väter in der Kantine), dann sei warmes Essen nicht so wichtig. Aber eine warme Mahlzeit am Tag „muss sein". Die Befragten begründen ihre Entscheidung, warum ihnen eine Mahlzeit wichtiger ist als andere, häufig damit, dass zusammen gegessen wird, der größte Hunger da sei, miteinander geredet werde, sie es so gewohnt seien und alle zuhause seien (a. a. O., S. 105). Bereits die Düsseldorfer Untersuchung (von Ferber et al. 1991) konstatiert die zunehmende Bedeutung des gemeinsamen Abendessen in den Familien, denn das Abendessen ist die einzige Mahlzeit, die sowohl werktags als auch am Wochenende von über 50 % der befragten Familien eingenommen und als Hauptmahlzeit bewertet wird (a. a. O., S. 173ff.; vgl. auch DGE 2004). Dieses ist unabhängig von der traditionellen Mahlzeitenordnung und davon, ob es sich um eine warme oder kalte Mahlzeit handelt (von Ferber et al. 1991, S. 173ff.).

Trend zur Zwischenmahlzeit und zum Pausenfrühstück

Bereits Ende der 1970er Jahre konstatieren Neuloh und Teuteberg (1979), dass Zwischenmahlzeiten an Bedeutung gewonnen haben. Nach der Dole-Studie 1995 ist die Zwischenmahlzeit am Vormittag für 49,5 % alle 6- bis 14-jährigen Kinder und Jugendlichen tägliche Normalität. 15,1 % essen am Nachmittag und 6,5 % nach dem Abendessen eine Zwischenmahlzeit (Dole-Studie 1995). Daten nach Altersgruppen liegen nicht vor.

Neuere Zahlen im Ernährungsbericht 2000 zeigen einen deutlichen Trend zum Pausenbrot: Von den 8- bis unter 12-jährigen Schülerinnen und Schüler nehmen 98 % ein Pausenfrühstück[91] mit in die Schule und 28 % bekommen zusätzlich noch Geld mit (DGE 2000, S. 124; vgl. auch KVA 2004). Insgesamt nehmen über 90 % der befragten Kinder im Alter von 6 bis 17 Jahre eine Pausenverpflegung mit zur Schule (DGE 2000, S. 144).

[91] Ohne das Aussagen darüber getroffen werden, ob dieses auch gegessen wird.

Ähnliches stellt auch die Gießener Kinderstudie fest: Fast 70 % der Viertklässler nehmen immer bzw. häufig ein Frühstück mit in die Schule (Heyer 1997, S. 80).

Warmes Essen gilt als unverzichtbar

Als Element der neuen Leitbilder stellt die Nestlé-Studie (1999) „Gut essen − gesund leben" die Bedeutung von warmen Mahlzeiten heraus. 56 % der Bevölkerung halten eine warme Mahlzeit pro Tag für unverzichtbar (vgl. auch Sellach 1996, S. 106), tatsächlich bekommen 4,3 % aller 6- bis 13-Jährigen unter der Woche kein warmes Essen (KVA 2004). Ob es sich bei dem warmen Essen um einen Hamburger, um eine Tiefkühlpizza oder um ein Drei-Gänge-Menü handelt, bleibt hier unberücksichtigt. Vermutbar ist darüber hinaus, dass der formulierte Anspruch auf das tägliche warme Essen, nicht immer tatsächlich eingelöst wird, denn Spiekermann konstatiert: „Essen zu Hause bedeutet zunehmend kalte Küche oder aber schnell zubereitete Fertiggerichte." (Spiekermann 1999a, S. 48).

Nach Daten aus den 1990er Jahren ist ein warmes Mittagsessen häufiger als eine warme Abendmahlzeit, eine Verschiebung der warmen Mahlzeit auf die Abendstunden ist – wie erwähnt – für die erwachsene Bevölkerung beobachtbar. Für Kinder ist – wie beschrieben – das warme Mittagessen zu Hause Normalität (vgl. von Ferber et al. 1991; Sellach 1996). Dieses Ergebnis ist erstens mit Rücksicht auf die Auswahl der Befragungsgruppe (s. o.) und zweitens im Zusammenhang mit dem Alter der Kinder zu sehen. Legt man die Daten der Jugendlichen, die regelmäßig zu Mittag essen (s. o.; vgl. Dole-Studie 1996), zugrunde, essen sicherlich nicht alle Jugendlichen eine warme Mahlzeit nach der Schule. Die Ursachen können vielfältig sein: Es steht kein vorbereitetes Essen bereit und die Betroffenen sind zu bequem, selbstständig etwas zu zubereiten oder sie finden nichts im Kühlschrank; auch Ablehnung des vorhandenen Essen aus unterschiedlichen Gründen ist denkbar.

Nebenbeschäftigungen gehören zum Essalltag

Immer mehr gehören Nebenbeschäftigungen während des Essens zum Essalltag. Dazu zählen fernsehen, telefonieren, lesen (Sellach 1996, S. 102) oder darüber hinaus während des Frühstückens die Erledigung der morgendlichen Toilette (Wittenberg et al. 1999, S. 29). Detaildaten lassen sich aus der Sekundäranalyse der Zeitbudgetstudie 1991/92 bei Meyer (2002) entnehmen. Lohnenswert wäre sicherlich eine Untersuchung zum Phänomen der „Gleichzeitigkeit" (Geissler 2003; Methfessel 2004e), das gerade bei Jugendlichen beobachtbar ist. Dieses kann in der vorliegenden Arbeit nicht geleistet werden.

Zusammenfassung

Aus den Befunden zu jugendtypischen Mahlzeitenstrukturen können folgende Veränderungen in der Adoleszenzphase abgeleitet werden:

- Die Regelmäßigkeit von gemeinsam mit der Familie eingenommenen Mahlzeiten nimmt mit zunehmendem Alter ab.
- Einzelne Mahlzeiten, bevorzugt das Frühstück, werden mit zunehmendem Alter v. a. von Mädchen ausgelassen.
- Das Abendessen wird mit zunehmendem Alter wichtiger, dennoch bleibt das Mittagessen die wichtigste Mahlzeit, weil die Mehrzahl (ca. 55 %) dann den größten Hunger hat (DGE 2000, S. 124f.).
- Jugendliche essen auch noch nach dem Abendessen, und zwar bis spät in die Nacht.

Offen bleiben folgende Fragen:

- Nimmt die Häufigkeit der gemeinsamen Familienmahlzeiten ab?
- Welche Funktionen stehen bei den Familienmahlzeiten im Vordergrund?
- Verändert sich die Zuständigkeit für das Essen in den Familien mit steigendem Alter der Jugendlichen?
- Vermeiden Jugendliche gemeinsame Mahlzeiten?

3.2.2 Essenszeiten und deren tagesstrukturierende Funktionen

Festgesetzte Essenszeiten strukturieren Tagesabläufe. Mahlzeiten werden hier zu Fixpunkten, die Tage in Zeitabschnitte untergliedern. Diese bieten eine bedeutende Orientierung für den Tages- bzw. Lebensrhythmus und sind bei der Bewältigung des Alltages hilfreich (z. B. Teuteberg 1985, S. 39). Zwischen Hunger und Sättigung besteht eine Zone der biologischen Indifferenz, die nach dem „Grenzmodell für die Regulierung der Nahrungsaufnahme" (nach Grunert 1993, S. 29) der psychischen und kognitiven Kontrolle unterworfen ist. Soziokulturell determinierte Mahlzeitenmuster entlasten den Einzelnen von individualisierten Entscheidungen. Dadurch kann beispielsweise eine regelmäßige Nahrungsversorgung sichergestellt werden. Dieses gilt für alle Altersgruppen.

Regelmäßigkeit, wie alltäglich mehrfache Wiederkehr von Mahlzeiten zu festgesetzten Zeiten, gilt aus der soziologischen Perspektive als „die erste Überwindung des Naturalismus des Essens" (Simmel 1957, S. 245). Handlungen sind habitualisiert und standardisiert, teilweise sogar ritualisiert. Durch die Mahlzeit besteht ein Anlass, sich regelmäßig zu treffen. Gelegenheiten zum ungezwungenen, persönlichen Austausch entstehen praktisch nebenbei. Raum und Zeit für soziale Interaktion und Kommunikation sind somit im Alltag verankert.

In unserer Kultur[92] ist Frühstück, Mittag- und Abendessen ein nach wie vor geltendes Mahlzeitenmuster, das aufgrund der ausdifferenzierten, individualisierten Lebens- und Arbeitswelten zeitlich stark variiert (vgl. auch Heyer 1997, S. 106; Meyer 2002, S. 44; DGE 2004, S. 81ff.). Arbeits- und Schulzeiten dominieren über Mahlzeiten, trotz scheinbar großer Flexibilität, wie es sie beispielsweise durch das Arbeitszeitmodell der so genannten „Gleitzeit" gibt (vgl. Meyer 2002, S. 51f.).

Bei oben dargestellten Studien (Dole-Studie 1995; Sellach 1996; Heyer 1997; Nestlé-Studie 1999; DGE 2000, 2004 etc.) zum Frühstücksverhalten fällt auf, dass gerade Jugendliche auf diesen Fixpunkt des Tages verzichten – im Gegensatz zu den Erwachsenen, die zu über 90 % regelmäßig frühstücken (Nestlé-Studie 1999). Ob sich die Tendenz des Nichtfrühstückens im späteren Erwachsenenalter fortsetzt oder ob sich ein für Erwachsene typisches Pro-Frühstück-Verhalten „automatisch" einstellt, lässt sich anhand der vorliegenden Daten nicht abschließend beantworten. Bedacht werden sollte, dass individuelle Essmuster zu unterscheiden sind und es entsprechend verschiedene „Frühstückstypen" gibt. Individualisierung und Pluralisierung als Tendenzen des gesellschaftlichen Wandels eröffnen dem Einzelnen mehr Handlungsoptionen und akzeptieren bzw. fördern somit individuelle Essmuster.

Kettschau & Methfessel (1989, 2005) diskutieren in ihrem erweiterten Hausarbeitskonzept den Funktionswandel der Haus(halts)arbeit (Kettschau 1990; vgl. auch Kettschau & Methfessel 2005) vor dem Hintergrund der gesellschaftlichen Veränderungen infolge der Rationalisierung und Technisierung des Haushalts und deren Folgen für nicht-materielle Haushaltsarbeiten. In ihrer Analyse der Beziehungsarbeit aus verschiedenen wissenschaftlichen Blickwinkeln der Frauenforschung und Haushaltswissenschaft wird deutlich, welchen Raum neben der materiellen Nahrungsversorgung Beziehungs- und Koordinationsarbeit im Haushalt haben (vgl. Kettschau & Methfessel 1989, S. 103 und 117ff.; Kettschau & Methfessel 2005). Konkret kann das für den einzelnen Haushalt bedeuten, dass heute mehr Zeit für das Aushandeln von gemeinsamen Essenszeiten etc. als für die Zubereitung von Mahlzeiten aufgebracht werden muss. So werden Jugendlichen Wahlfreiheiten zugebilligt: „Isst du heute mit?" Dadurch müssen immer wieder aufs Neue Entscheidungen und familieninterne Abstimmungen getroffen werden; dieses impliziert Verzögerungen aufgrund von Planungsunsicherheiten. In den qualitativen Interviews der Studie „Ernährungstrends 2000 +" führt ein Familienmitglied aus: „Wenn wir uns in der Familie einigen sollen, was es

[92] Im Zusammenhang mit der gesellschaftlichen Distinktion der Oberschicht schreibt Barlösius (1999, S. 182): „Zwar war die bürgerliche Mahlzeitenordnung: morgens, mittags, abends, im 20. Jahrhundert kulturell dominant und wurde zum gesellschaftlichen Orientierungsmodell, ... ". Wie stark an diesem Modell festgehalten wird, zeigen die Versuche der Ernährungsberatung und -erziehung, die Bevölkerung auf fünf kleinere Mahlzeiten umzuerziehen. Das zusätzliche „Zwischendurch"-Essen und Naschen ist ein Trend, der das Drei-Mahlzeiten-pro-Tag-Modell nicht grundsätzlich in Frage stellt.

zu Mittag gibt ..., das kann Stunden dauern." (Essen & Trinken 1998, S. 17). Überwiegend leisten Frauen diese Planungs-, Koordinations- und Organisationsarbeit in den Haushalten (Methfessel 1992; Kettschau & Methfessel 1989, 2005; Rerrich 1993). Neue, familieninterne Routinen, angepasst an die wechselnden Bedingungen, bilden sich aus. Sie synchronisieren die Tagesabläufe von Familienmitgliedern und erleichtern dadurch das Alltagsleben (Garhammer 1999, S. 297ff.).

Beginn und Ende einer Mahlzeit unterliegen immer weniger allgemein gültigen Regeln (vgl. Essen & Trinken 1998, S. 72). So waren früher beispielsweise Tischgebete Start- und Endsignale. Familieninterne Festlegungen über Verbindlichkeiten sind nicht mehr durch allgemein übliche Konventionen dominiert. Ähnliches gilt für Zeiten, zu denen üblicherweise gegessen wird. Verbindliche Tischzeiten gelten weitgehend als „out"[93].

In der Folge werden Tagesrhythmen flexibler und individuellen Essensbedürfnissen angepasst. Damit wird Familie aber auch zur „Wahlgemeinschaft", d. h. es ist nicht mehr klar, dass gemeinsames Wirtschaften mit gemeinsamen Verzehr und Leben einhergeht. Dadurch verändern sich Anforderungen an Haushaltsaufgaben (vgl. Kettschau & Methfessel 1989, 2005). Eine weitere Folge ist eine generelle Störanfälligkeit des Mahlzeitenrhythmuses, da Mahlzeiten keinen gesellschaftlich übereinstimmenden Platz, d. h. keine feste Zeit mehr im Tagesablauf haben. Gibt es keine Übereinstimmung über eine bestimmte Regelmäßigkeit von Mahlzeiten, ist jede und jeder für seinen Tages- und Mahlzeitenrhythmus selbst verantwortlich. Individualisierte Essenszeiten implizieren Störungen durch andere, da schützende, allgemein verbindliche Konventionen entfallen. Beispielsweise herrscht Unklarheit über Zeiten, zu denen bei anderen privat angerufen werden kann, ohne beim Frühstück, Mittag- oder Abendessen zu stören. Zeit und Raum für (Familien)mahlzeiten als ungestörte Rückzugsorte sind somit nicht mehr selbstverständlich. Störungen können nicht nur durch andere hervorgerufen werden, sondern auch durch die Essenden selbst, die sich tolerierten „Nebenbeschäftigungen" widmen. Heranwachsende haben frühzeitig einen hohen Mitbestimmungsfreiraum. Mit steigendem Alter wird die Familienmahlzeit auch deshalb mehr und mehr zur Option. Damit wächst die Möglichkeit, sich Mahlzeiten (unbemerkt) zu entziehen. In der Konsequenz bedürfen individuelle Regelungen über Essenszeiten der Fähigkeit zur Selbstorganisation, um nicht die „Orientierung" bzw. „Kontrolle" über eine ausreichende Nahrungsversorgung zu verlieren.

In den Haushalten führen individualisierte Tagesrhythmen auch zu divergierenden Anforderungen an Essenszeiten. Ob Familienmahlzeiten heute noch tagesstrukturierende Funktion für Jugendliche haben, kann an dieser Stelle nicht abschließend geklärt werden,

[93] Die Mittagsruhe im Einzelhandel ist ein Relikt aus vergangenen Tagen.

wohl aber können zusammenfassend folgende Hypothesen zu den Auswirkungen von Mahlzeitenstrukturierungen im Alltag von Jugendlichen heute abgeleitet werden:

- Mahlzeiten können tagesstrukturierende Fixpunkte sein, sie sind jedoch nicht mehr allgemein verbindlich.
- Zeiten des gemeinsamen Essens sind nicht mehr per se ungestörte Familienzeiten. Familiale Rückzugsorte und -zeiten müssen besonders geschaffen werden, wodurch die Koordinations- und Beziehungsarbeit in den Familien zunimmt.
- Die Teilnahme an einer Familienmahlzeit ist zunehmend freiwillig und stellt eine Option für Gespräche dar.

3.3 Familienmahlzeiten

Insgesamt dominiert das Essen mit 80 % zu Hause (Iglo-Forum-Studie 1995; Stix 2000) über das außerhäusliche Essen. Damit hat das häusliche Essen einen beträchtlichen Stellenwert. Es kann also vermutet werden, dass auch Jugendliche zu Hause die meisten Mahlzeiten einnehmen, sowohl allein als auch mit Familie. Häusliche Mahlzeiten − so die Hypothese − dienen hauptsächlich der Sättigung und Regeneration.

Gemeinsame Mahlzeiten sind ein wesentliches Element des Familienlebens. Es liegen umfangreiche Daten (Sellach 1996; Brombach 2000b; vgl. auch Essen & Trinken 1998; Wittenberg et al. 1999; Meyer 2002) zu den Bedeutungen aus der Sicht von Müttern vor. Offen bleibt: Welchen Stellenwert hat die soziale Institution „Mahlzeit" mit Familie für Jugendliche? Punktuelle Daten zu der Häufigkeit gemeinsamer Mahlzeiten liegen vor, aber ein umfassendes Bild in Abhängigkeit vom Alter der Jugendlichen fehlt. Die Häufigkeit von Familienmahlzeiten kann Indizien zu Wertschätzung und zur Wichtigkeit für Jugendliche liefern.

3.3.1 Stellenwert und Funktionen von Familienmahlzeiten

Mahlzeiten sind Integrations-, Kommunikations- und Erziehungszentrum (vgl. DGE 1976). Aus der Tatsache, dass gemeinsame Mahlzeiten in den Familien seltener werden, wird im Ernährungsbericht bereits in den 1970er Jahren der Schluss gezogen, dass diese Funktionen ebenfalls verschwinden (DGE 1976, S. 453; vgl. auch Ziemann 1998, S. 125). Teuteberg (1985) sah schon die tendenzielle Auflösung der familialen Mahlzeit als Symbol des Funktionsverlusts der Familie in der entwickelten Industriegesellschaft.

Aktuelle Analysen zeigen ein anderes Bild. Gespräche sind aufgrund ihres zeitlichen Umfangs eine der wichtigsten Nebentätigkeiten bei Mahlzeiten (Meyer 2002, S. 63; vgl. auch Essen & Trinken 1998, S. 58). Barlösius (1999, S. 185) schreibt: „Familien und

Lebensgemeinschaften nutzen die Mahlzeit als Institution, um Gemeinschaft zu schaffen. Sie setzen sich nicht unbedingt an den Tisch, weil sie Hunger haben, sondern weil sie miteinander kommunizieren wollen." In der Frankfurter Beköstigungsstudie (Sellach 1996) gilt das besonders für die Abendmahlzeit, die von den Befragten als „Hauptmahlzeit" bezeichnet wird, weil dabei Familienkommunikation stattfindet (vgl. auch Heyer 1997, S. 97). „Ernährung" bzw. „Versorgung" findet mittags nach der Schule mit der „wichtigsten" Mahlzeit statt (Sellach 1996). Brombach schreibt den Mahlzeiten − neben der physiologischen − drei Bedeutungen zu: Mahlzeiten „als Zeit der Kommunikation", „als Ort der Sozialisation und Ästhetik" und als „Emotionsort" (Brombach 2001, S. 240ff.). Damit werden nach Brombach wesentliche Funktionen von Familie durch die gemeinsamen Mahlzeiten realisiert. „Familienmahlzeit sei Familienzeit", so lautet Brombachs Kernthese (Brombach 2000b, S. 12). In ihrer nicht-repräsentativen, qualitativen Erhebung weist Brombach nach, dass keine andere gemeinsam verbrachte Familienzeit die Funktion der Familienmahlzeit als Familie konstituierendes Element übernehmen könnte (ebd.). Brombach sieht in den gemeinsamen Mahlzeiten eine der letzten Bastion von Familie. Mahlzeiten mit der dazugehörigen Kommunikation seien „Familien konstituierende Elemente" (ebd.). Brombach (ebd.) spitzt ihre These weiter zu: „Es gibt keine andere, täglich wiederkehrende gemeinsame familiale Aktivität, welche die Bedeutung einer Familienmahlzeit hat. ... Ohne gemeinsame Familienzeit geht ein wesentlicher Bestandteil der Familie verloren." Dieses Ergebnis beruht auf einer nicht-repräsentativen Befragung von engagierten Elternteilen[94], die für die Nahrungsvor- und -zubereitung ihrer Familien zuständig sind. Anzumerken ist, dass nach wie vor überwiegend Mütter für Einkauf, Zubereitung, Spülen und Müllentsorgung zuständig sind. Die Mitarbeit der Kinder ist altersabhängig, insgesamt jedoch gering (Sellach 1996, S. 82; vgl. auch DGE 2004). In der Marktstudie „Ernährungstrends 2000 +" finden sich Hinweise auf die Schattenseiten einer starken familiären Einbindung und des Versorgtwerdens: Einschränkung von individuellen Entfaltungsmöglichkeiten und Bedürfnissen, die auch Kränkungen der versorgenden Person implizieren können, z. B. wenn liebvoll zubereitete Mahlzeiten nicht mit Appetit gegessen werden (Essen & Trinken 1998, S. 58f.). Denn es fragt sich, ob die Haushaltsmitglieder, insbesondere die Jugendlichen, die Arbeit, Mühe und die darinsteckende „Liebe" der versorgenden Person erkennen.

[94] Das Erkenntnisinteresse der Befragung von Brombach (2000) liegt in der Bedeutung des Ernährungsalltages aus mütterlicher (bzw. väterlicher) Sicht; Eindrücke der Kinder und Jugendlichen fehlen. Die Stichprobe bezieht sich auf Einfamilienhaushalte mit zwei (teilzeit-)erwerbstätigen Elternteilen und mindestens einem Kind zwischen 13 und 16 Jahren (Brombach 2000b). Dabei ging Brombach bei der Auswahl ihrer Interviewpartner nach dem Schneeballprinzip vor. Sie suchte für die Ernährung in der Familie besonders engagierten Mütter. Diese wurden nach ihrem Einsatz, ihrem Erleben und Bewerten von Familienmahlzeiten gefragt.

Aus der Perspektive der Jugendlichen ist zu fragen: Schätzen sie die Familienmahlzeiten? Worauf kommt es den Jugendlichen bei den gemeinsamen Familienmahlzeiten an? Hängt die Institution Familie von der Häufigkeit gemeinsamer Mahlzeiten ab?

Vom Tisch zum Kühlschrank

In vielen Fällen übernehmen Mütter (oder seltener eine andere Person) die Versorgung der Kinder, sie kümmern sich bevorzugt um die Organisation und Zubereitung von Mahlzeiten. Darauf basiert auch die These Brombachs, dass Mahlzeiten Familie konstituieren. Dieses trifft sicherlich für jüngere Kinder weitgehend zu. Die Realität älterer Kinder und Jugendlicher sieht oftmals anders aus. Vor einigen Generationen war der Gang zum Kühlschrank bzw. Speisekammer noch ein unausgesprochenes Tabu, denn gegessen wurde, was auf den Tisch kam. Heute gleicht der Kühlschrank[95] einem familieninternen Selbstbedienungsladen. Mütter sind weiterhin verantwortlich für die Versorgung, d. h. sie sorgen für einen gefüllten Kühlschrank und die Familienmahlzeiten.

Aufgrund der individualisierten Versorgung der Familienmitglieder verlieren gemeinsame Mahlzeiten zunehmend ihre Ernährungs- und Verteilungsfunktion. Die Notwendigkeit, das vorhandene (knappe) Essen „gerecht" vor den Augen aller zu verteilen, gehört der Vergangenheit an und ist rudimentär noch bei Festtagsessen zu beobachten − beispielsweise beim Anschneiden der Hochzeitstorte und der Zuteilung des ersten, obersten Tortenstückes.

Durch den Verlust der Ernährungs- und Verteilungsfunktion der gemeinsamen Mahlzeiten können sich auch Sättigung und Regeneration weg von den gemeinsamen Mahlzeiten verlagern. Somit würde eine Teilnahme für die Jugendlichen zur Option, sofern es keine Verpflichtungen aufgrund von familieninternen Regelungen durch die Eltern gibt. Unbeantwortet bleiben folgende Fragen: Versammeln sich Familien regelmäßig zu festgelegten oder verabredeten Zeiten am Tisch, um zu essen und sich auszutauschen? Wie verbindlich sind Familienmahlzeiten für die Heranwachsenden? Sind die Jugendlichen bereit, mit dem Essen auf das gemeinsame Mahl zur vereinbarten Zeit zu warten?

3.3.2 Familienmahlzeiten aus Sicht der Mütter

Nach wie vor sind es vorwiegend die Mütter und andere weibliche Familienmitglieder, die sich für die Familie verantwortlich fühlen und diese beköstigen[96]. Frauen bieten eine

[95] Der „Kühlschrank", der auch die Selbstbedienung aus anderen Bereichen der Küche einschließt, wird hier als Symbol der Individualisierung als Teil des gesellschaftlichen Wandels gebraucht.

[96] Vgl. Frankfurter Beköstigungsstudie (Sellach 1996). Ein Ergebnis der Studie war, dass „die Frauen die Verantwortung für die Familie annehmen, sobald sie sich für ein Kind oder für Kinder entscheiden." (a. a. O., S. 97). „... eine große Mehrheit der Frauen unabhängig von ihrem Alter, ihrer Herkunft, dem Alter der Kinder,

verlässliche Versorgung für ihre Familien, für die sie − trotz technischer Hilfsmittel[97] − viel Zeit aufbringen[98]. Diese Verantwortung umfasst für die Mehrzahl der Frauen das Wohlbefinden der Familie, also mehr als die reine Versorgung, und sie setzen sich damit „gedanklich intensiv" auseinander. Die Hälfte der Frauen findet das nicht ungerecht; die andere Hälfte denkt manchmal oder immer, dass es ungerecht sei, alleine für das Essen verantwortlich zu sein (Sellach 1996, S. 142). Worin liegt die Motivation? Bereits Kettschau stellt fest, dass Tätigkeiten der Nahrungszubereitung beliebter als andere Haushaltsarbeiten sind (Kettschau 1981, S. 133). Die Autorin führt für die Beliebtheit u. a. auch an, dass sich hier materielle und emotionale Aspekte der Hausarbeit verbinden und diese Hausarbeit am ehesten mit Anerkennung verknüpft ist (a. a. O., S. 135). Dazu Sellach: „Die Frauen holen sich über diese Tätigkeit [*Anmerkung der Autorin: gemeint ist Zubereitung von Mahlzeiten*] auch eine Identifikation, deswegen beschäftigen sie sich so intensiv mit der Ernährung. Alles in allem ergibt ein gutes Essen, und das bin ich, das ist mein Werk. ...", so ein Kommentar einer der Frauen in der Frankfurter Beköstigungsstudie (Sellach 1996, S. 147). „Die Mahlzeiten werden also von einer Mehrheit der Frauen an den Vorlieben und Neigungen der Familienangehörige ausgerichtet, die bei der Planung und Vorbereitung immer mitbedacht werden." (a. a. O., S. 123; vgl. auch Gerhards & Rössel 2003a, S. 53). Das Ergebnis der mütterlichen Bemühungen − die zubereitete Mahlzeit − wird zum Symbol der Zuneigung. Damit bekommt die Mahlzeit eine emotionale Bedeutung.

„Die Speisen symbolisieren und ‚schmecken' nach Mühe, Überlegungen, Vorbereitung, Organisation", schreibt Brombach (2000b, S. 11). Das Zitat impliziert eine mit den Speisen positiv besetzte Bedeutung. Allerdings basiert Brombachs Untersuchung auf Aussagen von 40 Müttern (und Vätern) aus „Mittelschichtfamilien" (vgl. Brombach 2001, S. 238). Haben Mütter oder Väter nichts in den Kühlschrank gestellt, nichts oder nachlässig eine Mahlzeit vorbereitet − symbolisiert das nun Lieblosigkeit, Gleichgültigkeit gegenüber den Kindern oder trauen sie ihren Kindern einfach zu, selbstständig dafür sorgen zu können? Nach Maslow (1943) zählen Nahrungsbedürfnisse ebenso wie Kleidung und Wohnung zu den

der Haushaltsgröße, ihrer Lebensform und ihrem Familienstand, ihrem Ausbildungsstatus, der Erwerbstätigkeit und dem Familieneinkommen" übernehmen selbst alle notwendigen Arbeiten im Zusammenhang mit den Mahlzeiten (ebd.) 97). Damit konstituieren die Mütter mit ihrer alltäglichen Hausarbeit Familie (Sellach 1996, S. 150; vgl. auch DJI 1992; Heyer 1997; Meyer 2002; von Ferber et al. 1991; DGE 2004).

[97] Vertiefende Literatur zur Illusion der Zeitersparnis durch Technisierung der Hausarbeit bei Methfessel 1989, S. 55ff.; Methfessel 1992, S. 168ff.; Kettschau 1990, S. 161ff.; Kettschau & Methfessel 2005.

[98] Für die Nahrungszubereitung werden nach einer Erhebung aus den 1980er Jahren 23 bis 28 % des Zeitaufwandes für Hausarbeit aufgewendet (Kettschau 1981, S. 125 und 133). Kettschau ging von einem gesicherten Basiszeitbedarf (also Mindestzeitbedarf) für die Hausarbeit von 50 bis 60 Stunden wöchentlich aus (ebd., S. 186). Nach der Zeitbudgeterhebung von 2001 liegt der heutige Zeitaufwand für Beköstigungsarbeiten bei den Frauen durchschnittlich bei 1 Stunde und 6 Minuten pro Tag (DGE 2004, S. 87). Insgesamt beschäftigen sich Frauen durchschnittlich 3 Stunden und 46 Minuten täglich mit hauswirtschaftlichen Tätigkeiten (a. a. O., S. 86). An der Zuständigkeit der Frauen hat sich prinzipiell bis heute nichts geändert (a. a. O., S. 86ff.; Methfessel 2004e).

Primärbedürfnissen. Sind Heranwachsende hier nicht ausreichend versorgt, wird dies als Vergehen der Eltern angesehen und gesellschaftlich stark verachtet. In Gesprächen beklagen Lehrkräfte häufig, dass keiner für die „Kinder" (in der Oberschule) ein Frühstück mache und sich mit an den Tisch setze. Eltern seien Schuld, sie sollten sich mehr Mühe und Zeit für das Frühstück ihrer Kinder nehmen.

Insgesamt zeigt sich elterliche Fürsorge auch in der Sorge um die Ernährung ihres Nachwuchses. Speisen symbolisieren somit schon die elterliche Zuneigung und Fürsorge. Ein fertiges Mittagessen, das nach der Schule auf dem Tisch steht, kann allerdings „perfekt" und dennoch nur aus Pflichtgefühl gekocht worden sein. Ein anderes Kind muss vielleicht selber einkaufen[99] und sein Mittagessen zubereiten in liebevoller Absprache und mit Anleitung einer Mutter oder einer anderen Bezugsperson, für die die Selbstständigkeit des Kindes höchstes Gut ist. Hier symbolisiert diese Speise ebenso die „Liebe" einer sich auf andere Weise kümmernden Bezugsperson.

In diesem Zusammenhang stellt sich auch die Frage nach der Mithilfe von Jugendlichen bei der Zubereitung von Mahlzeiten. Die Frankfurter Beköstigungsstudie kommt zu dem Ergebnis, dass mehrheitlich Frauen − also meist die Mütter − Essen „herbeischaffen, vorbereiten, zubereiten, servieren, ab- und die Reste aufräumen und den Schmutz beseitigen." (Sellach 1996, S. 97). Damit werden die Ergebnisse von Kettschau (1981) und von Ferber et al. (1991) bestätigt. Demnach kochen mehr als drei Viertel aller Frauen in Familien täglich (von Ferber et al. 1991, S. 126). Neuere Erhebungen zeigen, dass Frauen zwar ihren Zeitaufwand für Beköstigungsarbeiten im Vergleich zu den 1990er Jahren reduziert haben, aber nach wie vor überwiegend dafür allein zuständig sind (DGE 2004, S. 87ff.). Die regelmäßige Mithilfe von mehr als drei Viertel aller dazugehörigen Männer findet praktisch nie statt (Sellach 1996; vgl. auch DGE 2004); regelmäßige Mithilfe der Kinder ist die Ausnahme[100] und hat in den letzten Jahren weiter abgenommen (DGE 2004, S. 88ff.).

Heranwachsende im Alter von 12 bis 16 Jahren verbrachten nach der Zeitbudgeterhebung 1991/92 durchschnittlich 65 Minuten täglich mit hauswirtschaftlichen Tätigkeiten (Statistisches Bundesamt 1995, S. 47). Insgesamt waren es eher die Mädchen als die Jungen[101], die Älteren als die Jüngeren, die mithelfen. Neuere Daten der Zeitbudgetstudie 2001/02 belegen ebenfalls diese geschlechtsspezifischen Unterschiede, zeigen aber auch

[99] Knapp 15 % der älteren Grundschülerinnen und -schüler bekommen manchmal und über 3 % sogar häufig Geld für die mittägliche Selbstversorgung von ihren Eltern (Heyer 1997, S. 89).

[100] Hingewiesen sei hier darauf, dass das Erlernen der „Kulturtechniken" des Haushalts nicht mehr sichergestellt ist, wenn Mädchen und Jungen von der Hausarbeit verschont werden (Sellach 1996, S. 98; vgl. auch von Ferber et al. 1991, S. 117ff.). Weiterführende Literatur: Bowes, Flanagan und Taylor (2001); Heyer (1997); Zeiher (2000).

[101] Weitere Unterschiede sind zwischen den alten und den neuen Bundesländer festzustellen (Heyer 1997, S. 45).

insgesamt eine geringere werdende Beteiligung der Heranwachsenden im Vergleich zu den Daten ein Jahrzehnt zuvor (DGE 2004, S. 88f.). Rund 80 % der Männer verfügen über unzureichende Kochkenntnisse (Spiekermann 1999a, S. 48; vgl. auch Spiekermann 2002a). Außerdem ist die Mithilfe stark tätigkeitsabhängig[102], so ist das Einkaufen beliebter als das Abtrocknen (Heyer 1997, S. 45ff.; vgl. auch Deutsches Jugendinstitut München (DJI) 1992; Statistisches Bundesamt 1995). So stellt Sellach (1996, S. 82) fest, dass „fast 14 % der Kinder, die über 12 Jahre alt sind und in Familien mit nur älteren Kindern, und 9 % der Kinder, die in Familien mit beiden Altersgruppen aufwachsen, doch häufiger mitkochen" als in Familien mit jüngeren Kindern. Zu ähnlichen Ergebnissen kommt auch eine vom Deutschen Jugendinstitut München durchgeführte Studie (Was tun deutsche Kinder am Nachmittag?). Bereits jüngere Mädchen (8- bis 12-jährige) helfen beispielsweise recht häufig beim Tisch decken und abräumen, aber vergleichsweise selten (64 % selten oder nie) beim Kochen (DJI 1992; Prozente nach Zusammenfassung von Zeiher 2000, S. 47). „Die naheliegende Vermutung, daß eher ältere Kinder einkaufen gehen, wird bestätigt, aber insgesamt sind es wieder nur relativ wenige, die öfter und täglich einkaufen gehen, obwohl mehr Kinder diese Arbeit übernehmen, als mitkochen." (Sellach 1996, S. 83; vgl. Statistisches Bundesamt 1995). Mitarbeit beim Spülen[103] ist insgesamt gering und hängt von der Erwerbstätigkeit der Mütter ab: 4 % spülen täglich, 10 % öfter, 15 % ab und zu, ca. 2/3 selten oder nie (Sellach, 1996, S. 84). Müll entsorgen ist abhängig vom Alter der Kinder und der Erwerbstätigkeit der Mutter: 4 % täglich, 14 % öfters, ab und zu, 61 % selten, nie (a. a. O., S. 85; vgl. auch DGE 2004, S. 89f.).

In neueren Untersuchungen aus anderen europäischen Ländern wie Norwegen (Zeiher 2000, S. 64f.) deutet sich allerdings ein Wandel an. Demnach scheint das „Hotel Mama"[104] vom „Unternehmen Familie" allmählich abgelöst zu werden. Begünstigt durch Individualisierung im Bereich des Essens und durch zunehmende Erwerbstätigkeit der Mütter (Geißler 2002, S. 372; vgl. auch Oerter & Dreher 2002, S. 308ff.) bereiten immer mehr Kinder und Jugendliche sich selbstständig eine Mahlzeit zu. Die Eigenversorgung nimmt mit dem Alter der Heranwachsenden zu (Heyer 1997, S. 143 und S. 168; von Ferber et al. 1991, S. 185). Kinder und Jugendliche übernehmen partiell, besonders in den Zeiten des

[102] Tätigkeitsbereiche: Einkaufen, Zubereiten, Spülen und Müll beseitigen.

[103] Anmerkung der Autorin: Durch die Ausstattung mit Spülmaschinen, die im vergangenen Jahrzehnt deutlich gestiegen ist und 2001 bei 90 % der Haushalte lag, nimmt die Bedeutung dieses Tätigkeitsbereiches ab (DGE 2004, S. 88).

[104] An dieser Stelle zeigt sich, wie obsolet die bei Lehrkräften häufig anzutreffende Vorstellung ist, dass Müttern „Schuld" seien, wenn „Kinder" in Oberschule nicht gefrühstückt haben. Zu fragen ist: Kann es Ziel einer Ernährungsbildung sein, Dienstleistungen der Eltern in Anspruch zu nehmen? Sollte ein 14-jähriger Jugendlicher nicht selbst für sein Frühstück verantwortlich sein können?

Alleinseins – hauswirtschaftliche Aufgaben[105]. Um innerfamiliale Konflikte zu minimieren, haben Heranwachsende vorwiegend Pflichten, die ihre eigenen Dinge und ihr eigenes Wohl betreffen. Diese „Selbstversorgungsarbeiten" führen zu mehr Unabhängigkeit, ohne jedoch „... in die Interdependenz und Reziprozität der Wirtschaftsgemeinschaft des Haushalts zu treten ..." (Zeiher 2000, S. 55). Das gilt besonders für die selbstständige Zubereitung von Mahlzeiten, die bei Jugendlichen durchaus beliebt ist. Bevorzugt werden hierbei Convenience-Produkte. Zahlen aus Großbritannien belegen den Trend. "Some 48 percent of youngsters in 1999 counted making meals for themselves among activities they do around the house most of the time, up from 40 percent in 1995. And 26 percent said making meals for the family was something they did most of the time, up from just 15 percent in 1995." Im Einzelnen: "Some 88 percent of kids ages 6 to 17 said they occasionally made something to eat, mostly snacks (75 percent) and breakfast (66 percent), according to a Nickelodeon/Yankelovich Youth Monitor survey. But 51 percent of respondents also make lunch at times, and 31 percent said they make dinner. Even the youngest respondents rolled up their sleeves once in a while: 75 percent of 6-to-8-year-olds said they've fixed meals; 9 percent claimed to have made dinner, though most, 60 percent, said they fix snacks." (Stoneman 1999). 92 % der Kinder schätzen diese Tätigkeit, weil sie frei wählen können, Spaß am Kochen haben und Essen können, wann und wie viel sie wollen (Stoneman 1999).

Insgesamt zeigen die angeführten Daten, dass für die Essensversorgung mehrheitlich die Mütter verantwortlich sind, trotz merkbarer Veränderungen der häuslichen Arbeitsteilung (vgl. Sellach 1996; DGE 2004; vgl. auch Heyer 1997; Zeiher 2000). Convenience Food und Individualisierung begünstigen eine selbstständige Essenszubereitung, deshalb wird hypothetisch angenommen, dass die Zuständigkeit für die Essensversorgung unabhängig von der Erwerbstätigkeit der Eltern ist. Die aufgeführten Daten liefern Hinweise, dass Mithilfe in der Küche geschlechtsspezifisch unterschiedlich und altersabhängig ist. Die Mädchen helfen mit zunehmendem Alter regelmäßiger als Jungen bei der Essenszubereitung und den damit im Zusammenhang stehenden Tätigkeiten, und zwar für sich und andere. Jungen bereiten lediglich für sich selbst Mahlzeiten zu.

3.3.3 Familienmahlzeiten aus der Sicht der Jugendlichen

Jugendliche nehmen gemeinsame Mahlzeiten anders wahr als andere Familienmitglieder (z. B. jüngere Kinder, Mütter). Kennzeichnend für die jugendliche Perspektive sind Ambivalenzen wie der Wunsch nach Individualität und Abgrenzung versus (familiare) Gemeinschaft, die Sicherheit und Zugehörigkeit bedeutet. Ein weiterer Punkt sind

[105] Eine weitergehende Diskussion über Veränderungen häuslicher Arbeitsteilung kann hier nicht geleistet werden. Weiterführende Literatur: Hengst und Zeiher (2000).

Interessenskollisionen, die durch unterschiedliche Zeitmuster von Jugendlichen und Eltern bzw. Vorstellungen zur Freizeitgestaltung entstehen. Überlegungen zu diesen beiden Punkten sind im Folgenden dargestellt.

Mahlzeit bietet Anlass zum Zusammensein und zum Gespräch. In der Literatur finden sich Hinweise, dass die meisten Jugendliche die „häusliche Atmosphäre als angenehm und ausgeglichen" entsprechend schätzen (Teuteberg 1985, S. 39). So können regelmäßig und zuverlässig stattfindende Familienmahlzeiten − vergleichbar mit früheren, regelmäßig stattfindenden Sonntagsspaziergängen − wichtige Kommunikationsmöglichkeiten im vertrauten Kreis schaffen und emotionale Entlastungsfunktion übernehmen. Insgesamt gewinnt nach den Daten der Nestlé-Studie (1999) „Gut essen − gesund leben" die soziale Komponente des Essens an Bedeutung, gleichzeitig ist Individualität nach dem neuen Leitbild hinsichtlich der Mahlzeitenstrukturen wichtig. Der in der Nestlé-Studie (1999) verwendete Begriff „social moments" bringt auf treffende Weise die Ambivalenz zwischen dem Wunsch nach sozialem Kontakt und der Unverbindlichkeit desselben zum Ausdruck. In diesem Sinne wird der Begriff in dieser Arbeit weiter verwendet.

Weitere Daten aus verschiedenen Untersuchungen differenzieren das Bild. Für die Mehrzahl aller Personen über 16 Jahre sind das Abendessen unter der Woche (39 %) und das Frühstück am Wochenende (ebenfalls 39 %) die schönsten Mahlzeiten (Nestlé-Studie 1999). Allerdings genießt bereits bei jüngeren Kindern das Frühstück im Vergleich zu anderen Mahlzeiten die geringste Wertschätzung (Heyer 1997, S. 139). Heranwachsende frühstücken werktags mit zunehmendem Alter auch weniger regelmäßig (a. a. O., S. 142). Die Zahlen zum Frühstück beziehen sich jedoch nicht explizit auf das Wochenendfrühstück, so dass hierzu keine Daten angegeben werden können. Frühstücken verliert für Jugendliche an Bedeutung während das abendliche Essen an Wichtigkeit gewinnt. Gleichzeitig zeigt der Blick auf das Freizeitverhalten von Jugendlichen, dass abendliche und nächtliche Aktivitäten beliebt sind. Dabei bevorzugen v. a. jüngere Jugendliche, deren Ausgehzeiten durch die elterlichen Vorgaben beschränkt sind, abendliches Fernsehgucken und Computerspiele bis in die Nacht. Ältere Jugendliche kommen häufig, gerade am Wochenende und in den Ferien, erst spät nach Hause. Das mit zunehmendem Alter von Jugendlichen eingeforderte längere Schlafen am Wochenende, hängt auch mit deren Ausgehverhalten am Abend zusammen, das wiederum die Zeit für abendliche Mahlzeiten einschränkt. Daher kann vermutet werden, dass aufgrund des alterstypischen Freizeitverhaltens älterer Jugendlicher gemeinsame Mahlzeiten häufig mit deren Interessen kollidieren und Jugendliche anstelle des Familienessens lieber etwas anderes machen oder machen würden. Interessenskonflikte in den Familien könnten eine Folge sein. Hansell und Mechanic sehen den Konflikt in erster

Linie beim Abendessen, wenn sie schreiben: "For many families, dinnertime is the most consistent opportunity to interact. In addition, eating dinner with parents requires a time commitment that may interfere with peer-oriented activities outside of the family." (Hansell & Mechanic 1990, S. 45). Als Folge der nächtlichen Aktivitäten − besonders am Wochenende − weist auch Brombach auf mögliche Interessenskollisionen am Beispiel des Wochenendfrühstücks hin: „Partialinteressen und Gemeinschaftsinteressen kollidieren häufig." (Brombach 2000b, S. 5; vgl. auch Brombach 2003, S. 133f.). Vermutlich werden sowohl abendliche Mahlzeiten (v. a. wegen des Fernsehens bei jüngeren und wegen des Ausgehens bei älteren Jugendlichen) als auch das Wochenendfrühstück von der Interessenskollision betroffen sein, also gerade Zeiten, an denen am ehesten die gesamte Familie Zeit hätte. Dieser Interessenskonflikt wird in der hier durchgeführten Untersuchung bei der Frage „Was stört dich am gemeinsamen Essen?" mit der Antwort „..., weil ich lieber etwas anderes zu der Zeit machen will" aufgegriffen. Der Wunsch nach Individualität kann – besonders bei aufkommendem Hunger − dem Wunsch nach gemeinsamen Essen widersprechen. Individuelle und soziokulturelle essensbezogene Konnotationen sind jedoch eng verknüpft (Grunert 1993, S. 52). Dabei reguliert Essen Emotionen und vice versa (ebd.). Essgewohnheiten entwickeln sich in einem komplexen Bedeutungssystem, wobei psychologische Aspekte nur einen Teilbereich darstellen. Da Mahlzeit eine soziale Situation des Essens ist, interessieren psychosoziale Faktoren. „Im Kern bleibt jedes gemeinschaftliche Essen in erster Linie Nahrung für die Seele, von der man allerdings zwangsläufig auch noch satt (...) wird." (Hüther 1999, S. 124).

Die Überwindung der sofortigen Befriedigung von Bedürfnissen wird durch einen Aufschub realisiert. Die Überwindung eines momentanen Hungergefühls zugunsten des gemeinsamen Essens zu einem späteren Zeitpunkt gehört dazu (Grunert 1993). Deshalb ist für die Fragestellung hier interessant, ob Jugendliche auf gemeinsame Mahlzeiten warten – besonders, da die Möglichkeiten, aufkommenden Hunger oder auch Gelüste kurzfristig und mit geringem Aufwand zu stillen, durch eine allgemeine „Kühlschrank- und Snackkultur" größer geworden sind.

Ausgehend von der These, dass Familienmahlzeit ihre Ernährungs- und Verteilungsfunktion weitgehend eingebüßt hat, wird das Warten auf gemeinsame Mahlzeiten hinsichtlich dieser Funktionen überflüssig. Daten, die Auskunft darüber geben, ob Jugendliche auf das gemeinsame Mahl in der Familie warten, liegen nicht vor.

Sind Jugendliche hungrig, bleiben ihnen verschiedene Alternativen im Umgang mit Familienmahlzeiten. In Anbetracht, dass Mütter einen hohen Aufwand für gemeinsames Essen betreiben (s. o.), ist ein gänzliches Ignorieren seitens der Jugendlichen sicherlich

schwierig. Ob eine Teilnahme seitens der Eltern eingefordert wird, kann hier nicht beantwortet werden. Mit dem Hinweis schon gegessen zu haben, bleibt den Jugendlichen auch die Möglichkeit, sich zu den Eltern dazu zu setzen. Es sei denn, die Mühe derer, die das Mahl vor- und zubereiten, soll durch den „richtigen Hunger" gewürdigt werden. Das wäre ein Grund zu warten. Banaler, aber dennoch wichtig: Den anderen beim Essen zu zuschauen, macht hungrig. Um nicht „doppelt" zu essen, wartet man lieber.

Allgemein ist bei Heranwachsenden (6- bis 17-Jährige) nach einer Studie zum Ernährungsbericht 2000 der Wunsch nach einem gemeinsamen Familientisch vorhanden und gemeinsames Frühstücken in den Familien wieder häufiger (DGE 2000, S. 144)[106]. Diese Daten lassen jedoch aufgrund der Altersspanne der Befragten keine differenzierenden Aussagen über Jugendliche zu. Vor dem Hintergrund der vorherrschenden Liberalität an Familientischen (DGE 2000) ist die Häufigkeit gemeinsamer Mahlzeiten ein Indikator für jugendliche Wertschätzung und Wichtigkeit derselben. Dazu fehlen ebenfalls Daten.

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass qualifizierende Daten zur Wichtigkeit gemeinsamer Mahlzeiten in der Familie für Jugendliche fehlen.

3.3.4 Verlauf von Familienmahlzeiten

Aus dem Verlauf gemeinsamer Mahlzeiten können Anhaltspunkte für die Wichtigkeit und Funktionen von Mahlzeiten für Jugendliche gewonnen werden. Im Folgenden werden Studien nach Daten zur Gestaltung von Familienmahlzeiten durchsucht; im Einzelnen können das Hinweise auf Ort, Aufwand der Tischgestaltung, Nebenbeschäftigungen beispielsweise durch Fernsehgucken oder Telefonieren und Tischregeln sein. Der Verweildauer und der innerfamiliären Konversation wird dabei besondere Aufmerksamkeit geschenkt, weil beides Hinweise zur Wichtigkeit und zu Funktionen von gemeinsamen Mahlzeiten liefern kann.

Der Ernährungsbericht 2000 bestätigt die allgemeine Beobachtung, dass ein Trend zur größeren Liberalität an deutschen Familientischen zu beobachten ist (DGE 2000, S. 144). Erziehung findet heute beidseitig statt. Zwar achten etwa die Hälfte der Eltern von 8- bis unter 12-Jährigen darauf, dass das Kind „nicht schmatzt" und „ordentlich am Tisch sitzt", doch ist es ihnen unwichtig, ob das Kind „nicht zu viel isst" bzw. „keine Reste übrig lässt"

[106] In unsicheren Zeiten ist allgemein eine Rückzugstendenz ins Private beobachtbar. Aufgrund der ökonomischen Lage mit hoher Arbeitslosigkeit trifft das auch auf die Bundesrepublik zum Erhebungszeitraum zu. Seit dem 11.09.2001 wird in Zeitungsmeldungen vermehrt von „Cocooing" gesprochen. In wie weit sich dadurch hinsichtlich der Familienmahlzeiten etwas verändert hat, kann aufgrund fehlender Daten hier nicht festgestellt werden. Vermutbar ist jedoch, dass keine grundlegenden Veränderungen ausgelöst wurden, sondern bestehende Entwicklungen sich verstärken bzw. beschleunigen.

(a. a. O., S. 125). Elterliche Liberalität und Toleranz beziehen sich mehr auf das, *was* gegessen wird und weniger auf die Einhaltung von Tischregeln (a. a. O., S. 144).

Die Iglo-Forum-Studie 1995 ist eine repräsentative Untersuchung zum Thema „Kochen in Deutschland". Unter anderem wurde auch gefragt, ob am Tisch über das Essen gemeckert wird[107]. 40 % antworteten mit ja. 48 % derer, die meckerten, waren Kinder (Iglo-Forum-Studie 1995, S. 14f.).

Das Tischgespräch gewinnt an Bedeutung gegenüber dem Essen (Barlösius 1999, S. 185), d. h. gemeinsames Essen in den Familien ist Anlass, sich an einen Tisch zu setzen und miteinander zu reden. Gemeinsame Mahlzeiten bieten die Möglichkeit zum regelmäßigen Zusammentreffen aller Familienmitglieder und sind somit geeignet, um Absprachen zu treffen und Familieninterna zu besprechen. Wie dargestellt, decken sich jugendliche Interessen jedoch nicht zwangsläufig mit elterlichen Absichten, z. B. bei Freizeitgestaltung oder Ausgehzeiten. Treten jugendtypische Konflikte mit Eltern bei den Familienmahlzeiten auf? Finden kontrollierende bzw. erzieherische Tischgespräche statt? Vermeiden Jugendliche gemeinsame Mahlzeiten, um möglichen Konflikten auszuweichen?

Wie Brombach (2000b, 2001) für die mittägliche Situation nach der Schule herausgearbeitet hat, bieten Tischgespräche eine Möglichkeit für Eltern (meist Mütter), am Leben ihrer Kinder „teilzunehmen". Themen rund um Schule dürften ein häufiges Gesprächsthema sein. Vermutbar ist, dass bei diesem Themenbereich auch Kontroversen auftreten.

In der Zeit des Erwachsenwerdens müssen Jugendliche ihre Rolle in der Familie und das Verhältnis zu ihren Eltern neu definieren. Im Allgemeinen führt das auch zu Konflikten, die sich dann mit großer Wahrscheinlichkeit auf die Kommunikation am Familientisch auswirken. Daten dazu fehlen. Um erste Anhaltspunkte zum Stellenwert von Tischgesprächen zu gewinnen, werden dazu Fragen in der empirischen Untersuchung gesondert erhoben.

Die Durchsicht von Studien ergibt nur ein lückenhaftes Bild. Auf folgende Fragen finden sich keine ausreichenden Antworten, um die Atmosphäre beim Essen beschreiben zu können. Wo, wie und wann wird gegessen? Wie wird das Essen angerichtet? Gibt es Tischdekoration? Wird das Essen dadurch zum gemeinsamen Erlebnis? Welche Tischregeln gelten? Findet nebenbei anderes (Telefonieren, „Simsen", Fernsehen etc.) statt? Welche Tätigkeiten haben Priorität? Um die aufgeworfenen Fragen befriedigend beantworten zu können, wäre allerdings eine vertiefende qualitative Untersuchung notwendig. Dieses ist im Rahmen dieser Arbeit nicht möglich. Die hier durchgeführte Studie ermittelt Daten zur

[107] In neueren Diskussionen zur familialen Esserziehung wird eine gegenseitige Achtung und Wertschätzung gefordert (vgl. dazu Methfessel 2004b, S. 6f.).

Häufigkeit und zum Gefallen der in der Familie gemeinsam eingenommenen Mahlzeiten[108]. Ein weiterer Schwerpunkt ist der Aspekt der Kommunikation am Familienesstisch[109]. Nach Barlösius These (s. o.; Barlösius 1999, S. 185) sind für die Institution Mahlzeit Tischgespräche in den Familien wesentlicher Bestandteil. Bedeutungen dieser Gespräche für Jugendliche werden anhand möglicher Gesprächsinhalte, deren Umfang und Art exploriert. Ein Einfluss des sozialen Hintergrunds auf die Kommunikation bei Tisch wird vermutet. Dieser kann in der empirischen Untersuchung nur partiell erfasst werden, da Schülerinnen und Schüler befragt werden und allgemein übliche Indikatoren zur Milieuzugehörigkeit nicht erhoben werden können. Da für die Esskultur das kulturelle Kapital (nach Bourdieu 1999, vgl. Kapitel 2) besonders bedeutsam ist, erfolgt eine Zuordnung lediglich mittels der Indikatoren besuchtem Schulzweig, Schul- und Berufsbildung der Eltern. Ob die Gespräche den Jugendlichen gefallen oder ob die Gespräche als störend bewertet werden, ist ein weiterer Aspekt der hier durchgeführten Befragung. Daraus sollen Hinweise auf die konkrete Bedeutung von Mahlzeiten als Kommunikationsort aus Sicht der Jugendlichen gewonnen werden.

Wie oben dargestellt, findet Nahrungsverteilung und Essensversorgung nicht mehr ausschließlich am Familientisch statt, sondern verlagert sich teilweise zur Selbstversorgung aus dem − meist von der Mutter gefüllten − Kühlschrank. Dadurch kann Familienmahlzeit zur Option für Jugendliche werden. Eine Teilnahme beruht prinzipiell auf Freiwilligkeit, sofern es kein familiales Gebot dazu gibt. Die von Barlösius (1999, S. 185) angenommene zunehmende Bedeutung der Kommunikationsfunktion schafft allerdings eine andere Verbindlichkeit zur Teilnahme. Angenommen werden kann deshalb, dass Jugendliche weiterhin regelmäßig an den Familienmahlzeiten teilnehmen. Mahl-*zeit* ist Zeit für Familienkommunikation. Essen ist Anlass, aber nicht alleinige Ursache.

[108] Vgl. dazu die Fragen A-3, A-4 in der empirischen Untersuchung (Fragebogen im Anhang).

[109] Vgl. dazu Fragen A-5, A-6, A-7, A-8, A-9, A-10, A-13, A-17 in der empirischen Untersuchung (Fragebogen im Anhang).

4 Essen in den Lebensbereichen Familie und Peergroup

4.1 Beeinflussung des Essverhaltens durch den jeweiligen Lebensbereich

Aus der angeführten Literatur ist bekannt, dass Alter (Methfessel 1999b), Geschlecht (Methfessel 1999d, 2004c; Setzwein 2002, 2004; Spiekermann 2002b), soziales Milieu (Bourdieu 1999; Barlösius 1999; Prahl & Setzwein 1999), Lebensstil (Plasser 1994; Barlösius 1997; Gerhards & Rössel 2003a, 2003b) und Biografie (DGE 1984; Logue 1995; Diehl 1996; Pudel & Westenhöfer 1998; Methfessel & Schön 2002; Westenhöfer 2002; Methfessel 2004b) Essverhalten beeinflussen. Weitgehend offen bleibt, welchen Einfluss die Lebensphase Jugend auf Essverhalten hat.

Jugendliche befinden sich in einer Lebensphase, in der die biologische, psychologische und soziale Entwicklung vom Kind zum Erwachsenen im Zusammenhang mit der Identitätsbildung stattfindet. Familie und Peergroup sind in dieser Phase Sozialisationsagenten, mit denen Jugendliche in persönlichen Beziehungen interagieren (Fend 1998; Hurrelmann 1994). Auf die häusliche Welt der Familie und die außerhäusliche Welt der Peergroup richtet sich deshalb im vorliegenden Kapitel der Fokus. Jugendliches Essverhalten soll hinsichtlich seiner Bedeutungen in den Lebensbereichen Familie und Peergroup differenziert werden.

Kinder und Jugendliche lernen Regeln und notwendiges Wissen, Fähigkeiten und Einstellungen für ihre gegenwärtigen und zukünftigen Rollen z. B. als Essende durch Modelle, die die Gesellschaft zur Verfügung stellt. Diese werden im Wesentlichen vermittelt über die so genannten Sozialisationsagenten Familie, Gleichaltrige bzw. Peergroup, Schule und Medien. Im Allgemeinen findet das Leben der Jugendlichen hauptsächlich in einer häuslichen Welt der Familie und in einer außerhäuslichen Welt der Peergroup und der Schule, die in dynamischen Wechselbeziehungen – auch mit weiteren Sozialisationsagenten – stehen, statt. Ohne die Bedeutung von Schule und Medien missachten zu wollen, soll hier der Fokus auf Familie und Peergroup gerichtet werden, denn Beziehungen zur Peergroup und zur Familie sind persönlich und weisen außerdem meist eine hohe Kontinuität auf[110]. Schule als Institution führt Lerngruppen nach Kriterien wie Wohnort, Alter, Leistung zusammen, die entsprechend wechselnde Beziehungen zur Folge haben können. Freunde und Freundinnen aus der Peergroup können auch Teil des schulischen Umfeldes sein. Medien sind unpersönlich und i. d. R. nicht interaktiv. Eltern und Peergroup sind als Sozialisationsagenten aufgrund der persönlichen und überwiegend kontinuierlichen Beziehung für Entwicklungsprozesse von Jugendlichen von hoher Relevanz. Eltern und

[110] Trotz der gesellschaftlichen Tendenzen der Individualsierung und Enttraditionalisierung zeigt sich, dass Jugendliche ein „gleichbleibendes positives und enges Verhältnis" (Nave-Herz 1998, S. 206) zu ihrer Familie haben.

Peergroup werden deshalb als Interaktionspartner gesehen, die bei Bedeutungskonstruktionen mitwirken.

Der Arbeit liegt die Annahme zugrunde, dass Menschen als Kulturwesen handeln. Somit entwickelt sich keine individuelle Esskultur losgelöst vom kulturellen Kontext, wohl aber finden aufgrund des aktiven Handelns von Individuen im Rahmen von bestehenden Esskulturen Veränderungen statt. Hier wird dem Konzept von Barlösius (1999) gefolgt, die sich vom Bild des sich in gesellschaftlich-kulturellen Strukturen verhaltenden Menschen löst und den handelnden Menschen in den Mittelpunkt stellt. Soziokulturelle Faktoren im historischen Kontext werden hier als bestimmend sowohl für mögliche Situationen als auch für soziale und psychologische Determinanten des individuellen Interpretations- bzw. Handlungsspielraumes betrachtet, wie das nachfolgende Beispiel illustriert.

„Hunger" bedeutet für Jugendliche einer typischen Berliner Schulklasse trotz des gleichen sozialhistorischen Kontextes bei weitem nicht das Gleiche. Für viele wirkt „Hunger" als auslösendes Moment, um zum vollen Kühlschrank zu gehen und etwas zu essen. Andere interpretieren „Hunger" als vorübergehenden Zustand, da zum festgelegten Zeitpunkt ein warmes Essen im Kreise der Familie wartet. Für Magersüchtige ist „Hunger" ein „selbstgewählter" und „selbstbestätigender", aber dennoch qualvoller Dauerzustand. Essgestörte erleben „Hunger" als Angstauslöser vor Kontrollverlust oder beschämenden Essattacken. „Hunger" ist für einen verwahrlosten Jugendlichen, dessen Eltern das Sozialhilfegeld für Alkohol ausgeben, eine existentielle Bedrohung. Diese Auswahl zeigt ein vielfältiges Bild, das stark durch die soziokulturelle Lage der Familie (Lehmkühler & Leonhäuser 1998; Barlösius et al. 1995) determiniert ist. Bewältigungsstrategien werden durch verschiedene persönliche Merkmale wie Wissen, Fertigkeiten, psychische Lage und strukturelle Alternativen bestimmt und können ebenfalls recht unterschiedliche Reaktionen auf vergleichbare Situationen bewirken. Damit kommt dem individuellen Handeln eine entscheidende Rolle zu; zur Akzentuierung der Bedeutung des individuellen Handelns leisten die Theorien der subjektorienterten Soziologie einen Beitrag. Denn durch das Handeln der Menschen werden Strukturen fortgeschrieben, erhalten und verändert[111]. Dieses wird bei makrosoziologischen Ansätzen oftmals vernachlässigt. Bis hin zur aktuell durch den Konstruktivismus stark belebten Diskussion um Objektivität und subjektive Konstruktion von Welt ist sowohl bei mikro- als auch makrosoziologischen Betrachtungen der Symbolcharakter von Dingen ein grundlegender Aspekt.

[111] Vgl. dazu auch Diskussion zu „Haushalte als Akteure": Thiele-Wittig 1992; Methfessel 2003b, S. 129ff.; Schlegel-Matthies 2003a.

Ein „Ding" kann durch Interaktion der Menschen in der konkreten „Welt" einen Symbolcharakter erlangen. Folgt man dieser Grundannahme[112], hängen Bedeutungen auch vom sozialen Kontext ab. Vorausgesetzt, die der Arbeit zugrunde liegende These, dass Jugendliche in mehreren „Welten" leben, trifft zu, leitet sich daraus ab, dass sich Bedeutungen des Essens in der häuslichen und außerhäuslichen Welt unterscheiden können. Wie bereits oben angemerkt, sind für den jugendlichen Entwicklungsprozess die außerhäusliche Welt der Peergroup und die häusliche Welt der Familie bedeutsam, weil sie in diesen Lebensbereichen mit den dazugehörigen sozialen Objekten bevorzugt interagieren und persönliche Beziehungen haben. Entsprechend des Entwicklungsprozesses sind für die Beziehung zu den Eltern Ablösung und zunehmende Unabhängigkeit wichtig, während im Zusammensein mit der Peergroup Distinktion und Integration im Vordergrund stehen. Abgeleitet heißt das, dass Bedeutungen des Essens auch durch Entwicklungsphasen beeinflusst werden, weil Interaktionen durch entwicklungsspezifische Beziehungen zu den jeweiligen Interaktionspartnern (wie Eltern und Peergroup) mitbestimmt werden.

Das vorliegende Kapitel exploriert Bedeutungen des Essens für Jugendliche in den Lebensbereichen Familie und Peergroup. Entsprechend der aufgestellten Hypothese, dass Bedeutungen des Essens kontextabhängig sind, werden häusliche und außerhäusliche Esssituationen im Hinblick auf deren Einfluss auf jugendliches Essverhalten untersucht und gegenübergestellt. Folgende Fragen werden dazu aufgeworfen:

- Unterscheidet sich Essverhalten von Jugendlichen im Zusammensein mit Familie und Peergroup?
- Welchen Stellenwert hat Essen in den Lebensbereichen Familie und Peergroup? Was ist Jugendlichen beim Essen zu Hause, was unterwegs mit anderen Jugendlichen wichtig?
- Gibt es für häusliches und außerhäusliches Essen jugendtypische Funktionen des Essens in Abhängigkeit von der jeweiligen Rolle der Jugendlichen in den Lebensbereichen Familie und Peergroup?

Entsprechend der „Theorie zur Soziologie des Essens" sind physische, psychische und soziale Qualität des Essens zu unterscheiden (Barlösius 1999, S. 3ff.). Um eine Ausgewogenheit von Natur- und Kulturwissenschaften bei der Bedeutungsexploration des Essens für Jugendliche zu erreichen, ist die Beachtung der von Barlösius gewählten Dreiteilung sinnvoll. In Anlehnung an dieses Konzept werden daher im Folgenden aus der Sicht der Haushalts- und Ernährungswissenschaft zur Bearbeitung von physiologischen,

[112] Grundlegend dargestellt z. B. bei Blumer (1973) in seiner Theorie zum Symbolischen Interaktionismus.

(entwicklungs-)psychologischen und soziokulturellen Aspekten Darstellungen aus den jeweiligen Fachdisziplinen herangezogen.

Um Essverhalten von Jugendlichen nach den Kontexten Familie und Peergroup zu differenzieren, wird zunächst nach der Rolle der Jugendlichen in der Familie und in der Peergroup mit Blick auf das Essen zu Hause und unterwegs gefragt. In einem Exkurs werden durch Medien vermittelte Essweisen dargestellt, da Familie und Peergroup nicht unbeeinflusst davon sind.

Besondere Aufmerksamkeit wird dem *„Snacken"* gewidmet, weil es besonders eng mit sämtlichen jugendtypischen Essweisen verknüpft ist. Deshalb wird „Snacken" als Charakteristikum herausgegriffen und vertiefend untersucht im Hinblick auf die Funktionen und Bedeutungszuschreibung des „Snackens" in den Lebensbereichen der Familie und der Peergroup. Neben einer allgemeinen soziokulturellen Bedeutungsexploration liegt ein zusätzlicher Fokus auf möglichen Bedeutungen des „Snackens" für die Entwicklungsphase Jugend.

4.2 Funktionen und Stellenwert des Essens im Kontext Familie

4.2.1 Häusliche Essensversorgung

Die Situation Jugendlicher im schulpflichtigen Alter ist im Allgemeinen durch ökonomische Abhängigkeit bei relativ hoher Autonomie in Bereichen der Freizeit- und Lebensgestaltung gekennzeichnet. Wie wirkt sich dies auf den Bereich des Essens aus? Die Essensversorgung liegt als Regenerationsfunktion in der Verantwortung der Familie und ist eine zentrale Haushaltsaufgabe (v. Schweitzer 1991, S. 221ff.; Piorkowsky 1997, S. 46ff.). Zunächst bestimmen Verfügbarkeit von Nahrungsmitteln in den Familien und deren finanzielle Ressourcen das Spektrum jugendlicher Essentscheidungen, die in der Tendenz weitgehend selbstständig von den Jugendlichen getroffen werden (können). Auf die konkrete Haushaltssituation bezogen bedeutet das häufig: Vorlieben und Wünsche der Heranwachsenden werden von der haushaltsführenden Person beim Lebensmitteleinkauf berücksichtigt[113] und ausgewählte Produkte wie Süßigkeiten, Knabbereien, Eis und Kleinigkeiten zum Essen zwischendurch kaufen die Jugendlichen selbst ein (Barlovic 1998, S. 13). Außerdem weigern sich Heranwachsende, bestimmte Lebensmittel zu essen (Barlovic 1999, S. 40; Barlovic 2001, S. 57ff.). Bedingt durch die generelle Verfügbarkeit von Lebensmitteln und den Wandel zur liberalen Erziehung haben sich die Machtverhältnisse am Familientisch verändert. Bartsch et al. (2004) konstatieren[114]: "In a historical perspective children took over

[113] Beispielsweise werden erstens Wünsche der 6- bis 13-Jährigen beim Frühstück bei 26,4 % immer, bei 58,2 % meistens und bei jeweils ca. 7 % selten bzw. nie erfüllt und zweitens werden beim Kauf einer TK-Pizza bei 37,9 % der 6- bis 13-Jährigen die Markenwünsche erfüllt (KVA 2004).

[114] Bartsch, S.; Methfessel, B. & Schlegel-Matthies, K. (2004). Pizza, Pasta, Döner Kebab – Mediterranean Dishes in the Everyday Life of German Young People. Vortrag. 15th International Ethnological Food Research

the father's role at the table." „Es wird gegessen, was auf den Tisch kommt", ist damit obsolet, denn Mütter seien bereits froh, wenn ihre Kinder überhaupt etwas essen würden − so lautet ein Ergebnis (Barlovic 1998, S. 10ff.; Barlovic 2001, S. 58; vgl. auch Methfessel 2004b). Gleichzeitig hinterfragen gerade jüngere Frauen die Versorgerinnenrolle oder lehnen diese auch ganz ab (Methfessel 1993, S. 91; Essen & Trinken 1998, S. 44). Das kann dazu führen, dass jedes Familienmitglied selbst – soweit möglich bei jüngeren Kindern − für die Versorgung die Verantwortung übernehmen muss (Essen & Trinken 1998, S. 44).

Haushalte reagieren auf den Wandel der Lebensbedingungen. Sie sind zudem eng mit dem Markt verflochten (Thiele-Wittig 2000, S. 86ff.). Thiele-Wittig analysiert die zunehmende Auslagerung von häuslichen Produktionsprozessen aufgrund der geringer werdenden Zeit und Arbeitskapazität von Haushaltsmitgliedern und der zunehmenden Zahl von Marktangebote (a. a. O., S. 86). Die damit zusammenhängende Öffnung der Haushalte für Marktangebote verändert die Anforderungen an die Alltags- und Daseinskompetenzen im Haushalt (a. a. O., S. 86ff.). Das gilt in besonderem Maß für den täglich zu organisierenden Bereich der Ernährungsversorgung, wie beispielsweise der steigende Konsum von Convenience-Produkten (Spiekermann 1999a, S. 48; Nestlé-Studie 1999) belegt. Der geringe Arbeitsaufwand führt zu einer hohen Flexibilität, die geringen Anforderungen an die küchentechnischen Fähigkeiten ermöglichen (fast) allen Haushaltsmitgliedern die Zubereitung dieser Produkte und gleichzeitig können individuelle Essenswünsche, auf deren Berücksichtigung in den Familienhaushalten viel Wert gelegt wird (Essen & Trinken 1998, S. 31), ohne viel Mehraufwand realisiert werden. An diesem Beispiel wird deutlich, dass eng mit der Versorgungsfunktion verknüpfte zentrale Haushaltsaufgaben wie Ernährungssozialisation und Kommunikation, in einer Kultur des Zusammenlebens neu bestimmt werden.

Jugendliche wachsen in ihren Familienhaushalten als Teil der heutigen Konsumgesellschaft auf. Sie verfügen im Vergleich zu den vorangehenden Generation über ein relativ hohes Taschengeld (Schlegel-Matthies 2001b, S. 42; KVA 2004). Sie werden vom (Lebensmittel-)Markt in ihrer Konsumentenrolle mit ihren Bedürfnissen ernst genommen, umworben und bedient (vgl. auch Barlovic 1999a, 1999b, 2001). Markt und dazugehörige Medienwelt agieren gegenwartsbezogen, das entspricht jugendlichem Lebensgefühl (vgl. auch 13. Shell Jugendstudie 2000; 14. Shell Jugendstudie 2002). Dabei werden Folgen des heutigen Essverhaltens ausgeblendet entsprechend dem im privaten Konsumbereich geltenden Motto „Lebe heute, bezahle morgen!". Nicht langfristige Prävention, sondern aktuell zufriedene Kundinnen und Kunden zählen. Dazu spürt Marktforschung latente

Conference, September 27th – October 3rd, 2004. Schriftfassung wird veröffentlicht im Tagungsband, herausgegeben von P. Lysaght.

Bedürfnisse auf und sucht nach verkäuflichen Lösungen, die als Angebot von Konsumentinnen und Konsumenten angenommen oder abgelehnt werden können. Marktangebote können deshalb von Jugendlichen auch als Hilfe zur Bewältigung in ihrer Lebensphase erlebt werden, denn erstens fühlen sich Jugendliche ernst genommen und zweitens werden ihnen (kurzfristig) wirksame Lösungen geboten. Dadurch bestimmen auch Jugendliche den (Lebensmittel-)markt mit (Thiele-Wittig 1992; Bartsch et al. 2001).

Mediale Einflüsse auf Konsumvorstellungen

Omnipräsente Medien, besonders das Leitmedium Fernsehen, beeinflussen Konsumkenntnisse und -einstellungen. Massenmedien vermitteln Vorstellungen darüber, „was man wie zu konsumieren hat" (Fauth 1999, S. 69), zum einen über die bewusste Einflussnahme der Werbung und zum anderen über Konsumvorstellungen, die im übrigen Programm veranschaulicht werden (DGE 2004, S. 348ff.). Die Grenzen zwischen direkter und indirekter Werbung[115] verwischen allerdings zunehmend. Augenscheinlich haben Werbebotschaften bei der Bildung von Konsumvorstellungen große Wirkung − und das, obwohl viele Jugendliche sich durchaus kritisch oder kritisierend zur Werbung stellen. Das gilt für die Werbewirksamkeit bei Nahrungsmittelpräferenzen (Tenzer 2002, S. 23) ebenso wie für die Konsumvorstellungen zum Aussehen von Lebensmitteln. Konsumstudien zeigen, dass marktgerechtes Aussehen (vgl. auch Kapitel 2) von Lebensmitteln und Speisen bei gleichzeitiger Verfügbarkeit von alternativen Produkten zu einem steigenden Anspruchsniveau bei Kindern und Jugendlichen führt (Barlovic 1998, S. 27; vgl. auch Essen & Trinken 1998, S. 76). Davon bleiben auch Kaufentscheidungen nicht unberührt. So sind ästhetische Aspekte insgesamt[116] bei der Auswahl der Lebensmittel ein wichtiges Entscheidungskriterium, das häufig andere qualitative Merkmale wie Geschmack, Herkunft und Produktionsweise zurückdrängt. Die Alltagsvorstellung, dass perfektes Aussehen ein qualitativ hochwertiges Produkt impliziert, ersetzt unter Umständen fehlende Warenkenntnisse[117].

[115] Es gibt direkte Werbebotschaften, d. h. jegliche Form von Reklame und Werbespots, und indirekte Werbebotschaften wie beispielsweise im Movie von James-Bond: der rasante Flitzer, mit welchem er die Verfolger los wird, die Uhr, auf die er guckt, den Martini, der gerührt und nicht geschüttelt genossen wird. Das geht im Übrigen soweit, dass Autofirmen den Produzenten von amerikanischen Serienfilmen (Dallas) Geld geben, damit ihre Automarke nicht in Unfälle verwickelt werden.

[116] Ästhetische Anforderungen an ein Lebensmittel umfassen sämtliche Wahrnehmungsbereiche, also Geschmack, Geruch, Gefühl, Aussehen, Geräusche (vgl. Anforderungskatalog bei Barlovic 1998, S. 24).

[117] Teuteberg weist bereits in den 1980er Jahren auf einen allgemeinen Verlust von Warenkenntnissen im Lebensmittelbereich hin, der mit dem Wandel der Essgewohnheiten und dem damit in Wechselwirkung stehenden Marktangebot zusammenhängt. „Brachte man ursprünglich ganze gebratene Tiere auf die Tafel, so sind es später nur noch Teile des Körpers. Heute sind es meistens nur appetitlich zurecht geschnittene Stücke, die den Ursprung vielfach gar nicht mehr erkennen lassen." (Teuteberg 1985, S. 35). Diese ursprünglich allgemein positiv gesehene Entwicklung galt als Verfeinerung der Esssitten im Rahmen des Zivilisationsprozesses. Der Verlust des Wissens um die Herkunft wird heute als Informationsdefizit aufgefasst.

„Medien gehören heute zum festen Bestandteil der Kinderwelt in Deutschland und sind damit eine wesentliche Sozialisationsbedingung heutiger Kindheit." (10. Kinder- und Jugendbericht[118] 1998, S. 70)[119]. Für den kindlichen Medienkonsum ist das familiäre Medienklima entscheidend; im Einzelnen sind es die vorhandene Ausstattung, das Vorbildverhalten, die erzieherische Bewertung und der Umgang mit den vorhandenen Medien (a. a. O.; vgl. auch Barthelmes & Sander 2000). Mindestens ein Fernseh- und Videogerät gehört heute zur Standardausstattung der deutschen Haushalte[120]. Fernsehen ist Leitmedium.

(Kinder und) Jugendliche leben parallel zur Realität des Alltags in einer alltäglich inszenierten, virtuellen Fernsehwirklichkeit, die ein Leben aus zweiter Hand ermöglicht. Medien schaffen eine irreale Welt, in der Ästhetik und aus subjektiver Sicht einfache „Lösungswege", die mehr an erfüllte Wünsche erinnern, dominieren. Visuelle Reize sind omnipräsent und prägen Vorstellungen, z. B. von in den Medien dargestellten Figurtypen. In den Medien praktizierte Lebens- und Essstile (vgl. Diehl 1999d, S. 40ff.; DGE 2004, S. 355ff.) sind ebenso unrealistisch wie die bevorzugten Schönheitsideale. Jugendliche werden durch sich wechselseitig beeinflussende Realität und Virtualität bzw. Wirklichkeit und Scheinwelt sozialisiert. Dabei greifen Bilder, wie sie von Medienprofis zu „Stylingprodukten" aufbereitet benutzt werden, auf die sinnlichen Erfahrungen zurück. Bilder wecken Geruchs- und Geschmackserinnerungen aus der realen Erfahrungswelt. So wird durch appetitliches Aussehen die Vorstellung von verführerischem Duft und Geschmack sichtbar, jedoch nur „erlebbar" durch Erinnerungen an tatsächlich stattgefundene Geruchs- und Geschmackserlebnisse.

In den Medien werden Äußerlichkeiten zur Darstellung des Inneren genutzt. Das wirkt sich auf Erwartungen und Ansprüche im Alltag aus, so haben Äußerlichkeiten heute einen hohen Stellenwert als Beurteilungskriterien. Das kann im Extremfall dazu führen, dass die Inszenierung des Ästhetischen zielführend ist bzw. zum Selbstzweck wird und Inhalte marginal werden. Design ersetzt das Sein, Makellosigkeit glättet die Spuren des Lebens. Hässlichkeit ist Schockmittel für so genannten „special effects". Daher wird das Schöne − das sich vorwiegend an den Geschmacksvorlieben der mittleren Volksmilieus (Vester 2001, S. 27) orientiert − hervorgehoben.

Sozialisationsbedingungen haben sich durch Massenmedien − nicht allein das Werbefernsehen − stark verändert. Jugendliche suchen in ihrer Umwelt nach Antworten auf ihre

[118] Herausgegeben vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

[119] Die Art der Medien hat sich allerdings verschoben, gehörten die Jugendlichen der 1990er noch zur „Fernsehgeneration", so zählen die heutigen Jugendlichen zur „Computer-Generation" (Barthelmes & Sander 2000). Anfänglich dominierten v. a. Spiele, heute kommt das Internet dazu.

[120] Laut Pressemitteilung vom 19.11.2004 des Statistischen Bundesamtes (Wiesbaden) verfügen 95 % aller deutschen Haushalte über mindestens ein Fernsehgerät, in rund 40 % der Haushalte gibt es zwei und mehr Fernsehgeräte; rund 70 % der Haushalte haben ein Videogerät und rund 36 % einen DVD-Player/-Recorder.

alters- und entwicklungstypischen Fragen und Lösungsmöglichkeiten. Die Medienwelt ist fester Bestandteil dieser Umwelt. So wählen Jugendliche gezielt Sendungen aus, die ihren handlungsleitenden Interessen entsprechen[121]. Neben Werbebotschaften beeinflussen folglich auch die in Fernsehserien (z. B. „Daily Soaps" etc.) und anderen Filmen gezeigten Gesellschaftsmodelle Konsum- und Essverhalten. Die Darstellungen sind meist stark schematisiert und wirken als geschlechts- und häufig schichtspezifische Schablonen. Dadurch werden Rollenbilder und -erwartungen, überwiegend traditioneller Art, verfestigt. Konsumstandards werden überhöht und unrealistisch abgebildet, so dass Kinder und Jugendliche oftmals überzogene Erwartungen entwickeln. Maßgeblich für den sozialisatorischen Effekt ist auch die Häufigkeit des Medienkonsums (Roth nach Fauth 1999, S. 69).

Abschließend soll darauf hingewiesen werden, dass Medien nicht ausschließlich durch die vermittelten Konsum- und Schönheitsvorstellungen und Essweisen ernährungssozialisatorisch Einfluss nehmen, sondern vielfältig auf das alltägliche Leben in Haushalt und Familie wirken. Zum Beispiel treffen Haushalte Entscheidungen über Dauer des Fernsehkonsums, die sich wiederum auf andere Freizeitaktivitäten auswirkt, Fernsehkonsum beim gemeinsamen Essen, über Essenszeit, die sich am Fernsehprogramm ausrichtet oder auch nicht. Die Auseinandersetzung mit expandierendem Medien- und Marktangebot ist eine zunehmend wichtige Aufgabe für Haushalte. Letztlich reagieren Haushalte auf Medienangebot und treffen damit (bewusst oder unbewusst) Entscheidungen, die ihrerseits wiederum auf das Medienangebot zurückwirken.

4.2.2 Aspekte des ernährungssozialisatorischen Einflusses der Familie

Der allgemeine Trend zur liberalen Erziehung wirkt sich auch auf die Entscheidungsfreiheiten von Kindern und Jugendlichen am Familientisch aus. Dabei werden − wie oben bereits ausgeführt und von verschiedene Studien (vgl. Barlovic 1998, 2001; Grimm 1996; KVA 2001, 2004; Gerhards & Rössel 2003a, 2003b) bestätigt − in den so genannten „Verhandlungsfamilien" die Vorlieben im Bereich des Essens von Heranwachsenden berücksichtigt. Gleichzeitig setzt sich der in der frühen Kindheit beginnende Trend der Zuständigkeit für die eigene Ernährung in der Jugendzeit fort. Durch die beginnende Ablösung vom Elternhaus und die Abgrenzung von den Eltern ändern sich jedoch die Bedeutungen für die Heranwachsenden. Beispielsweise ist die Nachahmung von elterlichen Essverhaltensweisen zur Abgrenzung nicht geeignet. Gestützt werden die hier

[121] Nach einer im 10. Kinder- und Jugendbericht (1998, S. 71) zitierten Studie von Theunert, Pescher, Best & Schorb (1992, S. 28) wissen 91 % der Kinder und Jugendliche genau, was sie warum an Medien konsumieren. Vgl. auch Barthelmes & Sander 2000.

dargelegten theoretischen Überlegungen durch neuere Daten, die zum Ergebnis kommen, dass der elterliche Lebensstil zwar wenig direkten Einfluss auf das Ernährungsverhalten der Heranwachsenden hat, wohl aber das eigene Lebensstilschema. Da das Lebensstilschema der Kinder überwiegend dem elterlichen gleicht, beeinflussen Eltern doch indirekt das Ernährungsverhalten ihrer Kinder (Gerhards & Rössel 2003a, S. 54ff. und S. 63ff.).

Folgt man dazu dem vereinfachten „Drei-Komponentenmodell des Eßverhaltens" (DGE 1988, S. 205), das Veränderungen des Stellenwertes der „Bedeutungen innerer Signale", „Bedeutung äußerer Reize" und „rationale (pseudo-rationale) Einstellungen" (a. a. O., S. 204ff.) im Verlauf des Lebens dargestellt, so zeigt sich für das Jugendalter eine übergroße Ausprägung der „Bedeutung äußerer Reize". Dadurch gewinnen Impulse aus der Welt der Peergroup und der Medien an Bedeutung.

Laut Marktforschung gilt für Jugendliche wie Erwachsene: „Beliebt ist, was schnell zubereitet ist und dabei prima schmeckt", d. h. Convenience-Produkte (Nestlé-Studie 1999; KVA 2001, 2004). Die Verbrauchsdaten von Convenience-Produkten, allen voran die Tiefkühlprodukte, belegen einen steigenden Konsum, besonders bei der jüngeren Bevölkerung (vgl. Centrale Marketing-Gesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft (CMA) 1998). „Beliebtestes Tiefkühlprodukt ist die Pizza", die im Backofen aufgebacken wird. „Hier hat sich der Haushaltsverbrauch in den letzten 10 Jahren mehr als verdreifacht." (Diehl 2000b, S. 61; vgl. auch Spiekermann 1999a). Der gleichzeitige Einzug der Mikrowelle in die Küche unterstütze den Trend zu Convenience-Produkten. 1999 hatten in den alten Bundesländern einschließlich Berlin-West 57,4 % der Haushalte eine Mikrowelle, in den neuen Bundesländern einschließlich Berlin-Ost waren es 41 % (VerbraucherAnalyse[122] 1999). Technische Haushaltsgeräte wie die Mikrowelle gehören für die viele Jugendliche zum Alltag. Neben Tiefkühlpizza sind Fertigsuppen, Fertiggerichte und Pudding zum Anrühren beliebte Convenience-Produkte (vgl. KVA 2001, S. 8-3). Einzeldaten (Beispiel von Tiefkühlprodukten in der nachstehenden Tabelle 1) belegen, dass über 60 % der Haushalte mindestens einmal wöchentlich auf Tiefkühlprodukte – als eine mögliche Form von Convenience-Produkten − zurückgreifen. Nur in Ausnahmefällen werden Tiefkühlprodukte überhaupt nicht verwendet. Die Daten verdeutlichen den Stellenwert von Convenience-Produkten in Verbindung mit einer entsprechenden Haushaltstechnik, die als schnell und unkompliziert zubereitete Halbfertigprodukte und Fertigprodukte in das Alltagsleben der Haushalte Einzug gehalten haben.

[122] Herausgegeben vom Axel Springer Verlag & Verlagsgruppe Bauer Mediaplanungs-Dialog-System MDS online.

Tabelle 1 Verzehrte Tiefkühlprodukte

Im Haushalt verzehrte Produkte	täglich	mehrmals pro Woche	ca. 1 Mal pro Woche	1-2 Mal pro Monat	seltener	nie
Tiefkühlprodukte	1,0 %	21,5 %	37,9 %	28,3 %	9,9 %	1,5 %

(Häufigkeit der im Haushalt verzehrten Tiefkühlprodukte verändert nach KVA 2001[123],S. 8-3)

Die Wahlfreiheit hinsichtlich Produkt und Zeitpunkt des Essens[124] wird als positiv erlebt. Bei Jugendlichen kommt hinzu, dass sie unabhängiger von mütterlicher Fürsorge und gemeinsamen Mahlzeiten werden. Eine US-amerikanische Umfrage − und dieses dürfte im Prinzip auf Westeuropa übertragbar sein − stellt fest: "92 percent said they either like or do not mind preparing their own meals, citing the ability to choose food they like, the fun of cooking, and the flexibility of eating when and as much or as little as they want." (Stoneman 1999). Angemerkt sei, dass Convenience-Produkte aufgrund ihrer Standardisierung exakte Angaben zu Energiegehalt und Inhaltsstoffe erlauben und damit kontrolliertes Essverhalten, zu dem beispielsweise vereinfacht gesagt das Bilanzieren von Kalorien zählt, unterstützt. Besonders von weiblichen Jugendlichen könnte das als vorteilhaft gegenüber frisch zubereiteten Mahlzeiten erlebt werden. Laut der o. g. amerikanischen Studie finden die Angaben auch Resonanz: "Some 35 percent of respondents said they often check labels for calorie counts or fat content" (ebd.).

Die Daten der Marktforschung deuten darauf hin, dass Jugendliche sich mit der Auswahl von Lebensmitteln und der Zubereitung von „Snacks" und Convenience-Produkten auseinander setzen (vgl. Kapitel 4.3.3). (Nicht nur) Jugendliche schätzen, dass ihre Vorlieben berücksichtigt werden bei gleichzeitig hoher Flexibilität und geringem Zubereitungsaufwand (vgl. dazu Schlegel-Matthies 2002, S. 209f.). Die Freude am „Kochen" ist groß, da der Erfolg aufgrund der geringen Anforderungen an die Fähigkeiten und Fertigkeiten meist garantiert ist. In den meisten Fällen decken sich Geschmackserwartung und -qualität aufgrund des hohen Standardisierungsgrades von Fertigprodukten[125]. Aus Sicht der Ernährungswissenschaft muss allerdings gefragt werden: Welche Vorlieben werden durch die Convenience-Produkte gefördert, was wird unter „Kochen können" verstanden und welchen Preis hat die hohe Flexibilität? Denn entsprechend jugendlichen Bedürfnissen

[123] Daten zur Konsumhäufigkeit von Tiefkühlprodukten liegen in der aktuellen KVA 2004 nur für Fischstäbchen vor.

[124] Oftmals wird die – auch aufgrund der Familienstrukturen notwendige − eigene Zuständigkeit für die Zubereitung einzelner Mahlzeiten von den Jugendlichen positiv erlebt, denn die Wahlmöglichkeiten und Flexibilität sind bei Convenience-Produkten groß (Stoneman 1999).

[125] Fertigprodukte werden erst bei einer mindestens 60prozentigen Akzeptanz der Konsumenten auf den Markt gebracht (Information von Nestlé anlässlich einer Diskussionsrunde der 14th International Food Research Conference in Basel und Vevey (Schweiz), 30. September – 6. Oktober 2002.

werden Informationen selektiv wahrgenommen, standardisierte Geschmacksmuster präferiert und spezifische Fähigkeiten erworben, die nicht gleichbedeutend mit „Kochen können" sind.

Überwiegend wird in der Alltagssprache „Kochen"[126] für Nahrungszubereitung, verwendet. „Kochen" im küchentechnischen Sinne schließt jedoch nur Garverfahren unter Hitzeeinwirkung bzw. speziell garen (d. h. schwimmend in Wasser von 100 Grad Celsius) ein und meint im eigentlichen Sinne nicht das Erwärmen bereits fertiger Speisen. Anders bei Jugendlichen, die die Zubereitung in vielen Fällen reduzieren auf erwärmen (z. B. in der Mikrowelle), aufbacken etc. Bereits unter „selbst gekocht bzw. gebacken" wird immer seltener aus Grundzutaten zubereitet assoziiert; die entsprechenden Kochkenntnisse nehmen besonders in den jüngeren Mittelschichtshaushalten ab (Teuteberg 2002, S. 186). Bei der Beschäftigung mit Produktinformationen zeigt sich die enge Wechselbeziehung zum Markt. So „staunt" Tschofen über die „fast durchgängig angewandte *'homemade'*-Rhetorik ganzer Branchen (wie beispielsweise der traditionsreichen Teigwarenindustrie) nicht weniger als über Fertig- und Halbfertigprodukte, deren 'high convenience' im selben Satz ausgewiesen wird wie ihr hausgemachter Geschmack ..." (Tschofen 2004, S. 135).

Zusammenfassend kann nach Ergebnissen der hier angeführten Studien eine hohe Entscheidungsfreiheit beim Essen bereits bei Heranwachsenden angenommen werden. US-amerikanische Daten (Stoneman 1999) deuten darüber hinaus auf eine hohe Zuständigkeit für die eigene Essensversorgung hin. Die zunehmende Erwerbstätigkeit beider Elternteile und die den Jugendlichen zugebilligte Autonomie begünstigen die Zuständigkeit der Jugendlichen für die eigene Essensversorgung oder für die der Familie. Hier wäre eine altersabhängige Zunahme zu erwarten. Einerseits versorgen sich Jugendliche partiell selbst, andererseits stellen sie Ansprüche an die häusliche Versorgung. Die Ambivalenz zwischen Versorgtheit und Unabhängigkeit ist typisch für die Altersphase Jugend. Da die jugendliche Entwicklungsphase prozesshaft verläuft und schließlich zu einer selbstständigen Lebensführung führen sollte, kann vermutet werden, dass Jugendliche mit zunehmendem Alter mehr für die Essensversorgung in der Familie verantwortlich sind.

Ernährungswissen und Esskultur

Jugendliche wachsen in eine bestehende Esskultur hinein, diese wird Teil ihrer Identität (Methfessel 2005). Wohl wissend, dass die alltägliche Esskultur im Allgemeinen als

[126] „Kochen" kann im dreifachen Sinne (vgl. dazu auch Fussnote 1 bei Methfessel 1999b, S. 6) verwendet werden: Als kulturgeschichtliche Errungenschaft als Zubereitung von Speisen mit Hilfe des Garens unter Hitzeeinwirkung (von der Feuerstelle bis zur Mikrowelle), als küchentechnischer Fachbegriff als Garverfahren und als alltagssprachlicher Begriff der Zubereitung von Speisen im weitesten Sinne, der auch Anrühren von Kaltspeisen und Zubereitung von Salate impliziert.

selbstverständlich hingenommen wird und eine hohe Beständigkeit zeigt (ebd.), interessiert der Einfluss von Ernährungswissen auf jugendliches Essverhalten. Auf welches Ernährungswissen greifen Jugendliche im Alltag zurück? Dazu werden im Folgenden Daten aus Studien dargestellt und diskutiert, die von der Annahme – ohne hier dieser These grundsätzlich zu folgen − ausgehen, dass Ernährungswissen die Voraussetzung für Essverhalten ist.

In einer kleineren Umfrage zum Ernährungswissen stellt vom Berg (1997) fest, dass Ernährung ein für Jugendliche interessantes Thema darstellt. Im Einzelnen wollen 70 % mehr Informationen über körperliche und psychische Auswirkungen der Nahrung, den allgemeinem Gesundheitswert von Lebensmitteln und praktische Nahrungszubereitung wissen. Diehls (1999b) Motivation zur Konstruktion eines Messinstrumentes (TEW-K) zur Ermittlung des Ernährungswissens von Kindern und Jugendlichen liegt in der Annahme, dass Wissen die Voraussetzung für Verhalten darstellt. Der TEW-K-Test umfasst folgende sieben Wissensbereiche: Nährstoffe und Nährstoffgehalt, Energiegehalt und Energiestoffwechsel, Vitamine und Mineralstoffe, Lebensmittelkunde, Süßmittel und Zahngesundheit, spezielle Begriffe und Ernährungsverhalten. Die vorgegebenen Antworten in dem als Multiple Choice aufgebauten Test beruhen überwiegend auf dem (natur)wissenschaftlichen Verständnis von „richtiger" und „falscher" Ernährung. In der Untersuchung befragte Diehl (ebd.) Schülerinnen und Schüler im Alter von 10 bis 19 Jahren. Er konstatiert einen bedeutsamen Zuwachs des Ernährungswissens mit zunehmendem Alter. „In der Regel nimmt ... die Fähigkeit der Kinder und Jugendlichen, die Frage korrekt zu beantworten, deutlich mit dem Alter zu." Dagegen tritt bei den „Misconceptions" dieser Alterseffekt kaum auf (a. a. O., S. 285). Ein Beispiel für „Misconceptions" wäre die Vorstellung, dass Honig gesünder sei als Zucker[127]. Diehl stellt fest: „... Fehlvorstellungen werden offensichtlich mit zunehmendem Alter nicht abgebaut, sondern zusammen mit dem größten Teil der erwachsenen Bevölkerung weiterhin geteilt." (ebd.; vgl. auch Winkler et al. 2004, B-22 und B-25). Mädchen verfügen über ein größeres Ernährungswissen als Jungen (Diehl 1999b, S. 286; vgl. auch Gerhard & Rössels 2003; Bayerische Verzehrstudie II (BVS II)[128]). Allerdings sind die „im Ernährungswissen vorliegenden Geschlechtsdifferenzen ... damit deutlich geringer als die im Bereich der Nahrungspräferenzen und ernährungs- und gewichtsbezogenen Einstellungen zwischen Jungen und Mädchen anzutreffende Unterschiede" (Diehl 1999b, S. 286).

Diese Ergebnisse lassen den Schluss zu, dass alltägliches Handeln − trotz geäußertem Interesse an Ernährungsfragen − nicht am altersabhängigen Zuwachs von Schulwissen

[127] Ob die Aussage „Honig ist gesünder als Zucker" als „Misconception", wie hier von Diehl (1999b), gewertet kann, kann nicht abschließend geklärt werden. Da in Fachkreisen dazu auch andere Positionen (z. B. Leitzmann 2001) vertreten werden. Deshalb ist das auch ein Beispiel für einen Expertenstreit.

[128] Herausgegeben vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz 2002. Vgl. auch DGE 2004, S. 68ff.

partizipiert. Offensichtlich wird Alltag unterteilt und in einzelnen Situationen erlebt. Im Sinne der oben aufgestellten These leben Jugendliche in der „Welt" der Schule, der der Familie, der der Peergroup etc. Weiter muss deshalb angenommen werden, dass ein Erfahrungs- und Wissenstransfer von einem Alltagsbereich auf einen anderen auch ausbleiben kann. Handlungen im Alltag beziehen selten Erkenntnisse der wissenschaftsorientierten Bildung − wie sie in der Schule vermittelt wird – ein. Und auch für schulische Lernprozesse ist ganz allgemein festzustellen: „Nur selten sind es Interesse und Begeisterung für Lerninhalte, eigene Fragen und Erfahrungen mit dem Thema, welche die Lernenden anspornen." (Schlegel-Matthies 2003, S. 27).

Auf die oben gestellte Frage nach alltagsrelevantem Ernährungswissen von Jugendlichen, lassen sich anhand der Literatur und der oben genannten Studien erste Thesen ableiten. Einerseits verfügen die Jugendlichen über abfragbares Ernährungswissen, das sich im Laufe der Schulzeit erweitert (vgl. Diehl 1999b). Andererseits erlernen Kinder und Jugendliche ein soziokulturell geprägtes Alltagswissen[129], das pragmatisch und weitgehend unreflektiert ist. Soziokulturelles Wissen ist implementiert in Alltagshandlungen und generiert sich aus den gemachten (Ess-)erfahrungen in einer soziokulturell bestimmten Umwelt (vgl. Methfessel 2005). Als vorhandenes Wissen strukturieren diese Wahrnehmungen, lenken Aufmerksamkeit und bilden den Interpretationsrahmen (Methfessel 2003, S. 34). Familie ist der Ort der primären Ernährungssozialisation und Enkulturation. Hier erleben Heranwachsende, wie über Auswahl von Lebensmitteln, Art der Zubereitung und des Verzehrs im Alltag mit seinen komplexen Anforderungen entschieden wird.

Die Bereiche Schule und Alltag stehen isoliert nebeneinander und werden meist nur partiell vernetzt (vgl. dazu auch Brandl 1999). Im Unterricht werden Schüler und Schülerinnen von Lehrkräften häufig als „Mängelwesen" betrachtet und damit einhergehend ihre Erfahrungen abgewertet. Dabei sind Erfahrungen eine zentrale Lernvoraussetzung (Methfessel 2003a, S. 34) und sollten daher über eine Auseinandersetzung mit dem Alltag in schulische Lernprozesse einbezogen werden (vgl. dazu Methfessel & Schön 2002; Methfessel 2003a; Schlegel-Matthies 2003; Schön 2003).

Der Bereich der primären Ernährungssozialisation in den Familien soll im Folgenden kurz charakterisiert werden. Gesellschaftsbedingte Anforderungen an den Familienalltag werden in den Haushalten gegenwartsbezogen mit Hilfe von traditionellen, kultur- und milieuspezifischen Verhaltensweisen pragmatisch bewältigt. Familiale Essentscheidungen sind

[129] Vgl. dazu weiterführende Literatur: Schulze (1993); Methfessel und Schön (2002); Methfessel (2003a); Schlegel-Matthies (2003); Schön (2003).

Methfessel und Schön (2002, S. 113) stellen dem schulischen Lernen das lebensweltliche Lernen gegenüber. Sie unterscheiden insgesamt in Anlehung an Schulze (1993) folgende drei Formen des Lernens: 1. lebensweltliches Lernen 2. schulisches Lernen 3. lebensgeschichtliches Lernen.

Haushaltsentscheidungen. Sie hängen mit vorhandenen sozioökonomischen und kulturellen Möglichkeiten eng zusammen, sind häufig tradiert und mitbestimmt vom jeweiligen sozialen Milieu. Zur Verfügung stehende finanzielle, zeitliche und humane Ressourcen bestimmen den Rahmen für Haushaltsentscheidungen. Haushalte entscheiden, welche Ressourcen für welche Essweise tatsächlich eingesetzt werden. Elterliches Konsumverhalten gibt Modelle zum außerhäuslichen Essens(konsum)verhalten vor. Über die Höhe des Taschengeldes und Vorgaben zu dessen Umgang beeinflussen Haushalte das außerhäusliche Essverhalten. Zum Beispiel limitieren die verfügbaren finanziellen Mittel[130] außerhäuslichen Essenskonsum, über den Jugendliche selbstständig entscheiden können.

Familien sind private[131] Rückzugsorte, die der Regeneration dienen. Unabhängig von der jeweiligen Familiensituation, die sich stets mehr oder weniger ändert, sind Familienhaushalte für die Essensversorgung (vgl. Kapitel 3) zuständig[132]. Aus dieser Versorgtheit resultiert auch Stabilität. Im Rahmen der primären Ernährungssozialisation wird auch der Umgang mit Essen zur Regulation von Emotionen[133] gelernt. Emotionale Bedeutungen kommen implizit in Handlungsmustern (auch Erziehungsmustern) vor, ohne dass sie den Handelnden bewusst sein müssen[134]. Gerade Nahrungsmittel werden oftmals mit emotionalen Konnotationen in Verbindung gebracht (Hüther 1999, S. 121; vgl. auch Winkler et al. 2004). Diese können individuell oder allgemein gültige Bedeutungen (Bsp.: Schokolade zum Trost, Süßes zur Belohnung) haben. Der psychischen und sozialen Funktion des Essens kann auch über den Symbolwert von Nahrungsmitteln begegnet werden. Grundsätzlich können nach Grunert vier Dimensionen von Essenssymbolen[135] unterschieden werden: Sicherheit, Lust, Geltung und Zugehörigkeit (Grunert 1993, S. 54f.).

Dass die „Einschätzung eines Lebensmittels Appetit und Eßbereitschaft sehr wohl beeinflussen", ist bekannt (DGE 1988, S. 210; vgl. auch Barlovic 2001, S. 64; Gerhards & Rössel 2003a, S. 47f. und 65ff.). Die Einschätzungen hängen von objektiven Merkmalen,

[130] Neben Taschengeld verfügen Jugendliche meist über weitere Einnahmen wie Pausengeld, Geldgeschenke, Verdienste über Nebenjobs etc.

[131] Privat wird hier im Sinne einer Abgrenzung von innerfamiliär und nicht-öffentlich gebraucht. Im Sinne Bourdieus (1999) ist die Grenze zwischen privat und gesellschaftlich fließend, da beispielsweise „privat" im Zusammensein mit einer Peergroup nicht gleichbedeutend mit „privat" in häuslicher Umgebung mit Familie sein kann.

[132] Wie diese Haushaltsaufgaben im Einzelfall bewältigt werden, ist hier nicht das Thema.

[133] In Anlehnung an Grunert (1993, S. 213) wird der Begriff der „*Emotion*" weitgefasst verwendet und umschließt Gefühle, Stimmungen und Affekte. Auf die Problematik der Begriffsbestimmung wird hier nicht eingegangen, da in diesem Zusammenhang die Verquickung von Bedeutungen des Essens und Ernährungssozialisation interessieren und nicht psychologische Mechanismen zur Emotionsregulierung diskutiert werden sollen.

[134] Emotionspsychologische Betrachtungen können im Rahmen dieser Arbeit nicht geleistet werden. Weiterführende Literatur: Grunert (1993; v. a. Aspekt der Emotionsregulierung); Setzwein (2004, S. 310ff.).

[135] „Symbol" wird von Grunert als allgemeiner Begriff im Sinne einer allgemein gültigen Bedeutung verwendet (vgl. Grunert 1993, S. 54).

Image eines Lebensmittels und subjektiver Einschätzung ab. Beispielsweise können bereits Grundschulkinder Lebensmittel in die Kategorien „gesund" und „ungesund" einteilen. (Weibliche) Jugendliche und Erwachsene unterscheiden dagegen eher zwischen „enthält viel Kalorien bzw. Fett" und „enthält wenig Kalorien bzw. Fett". Aktionen und Kampagnen zur Gesundheitsprävention wie die Pfundskur[136] unterstützen dieses duale Denken mit seinen fehlenden begrifflichen Differenzierungen[137]. Werbung greift eine solche Kategorisierung von Lebensmitteln gerne auf. Gestützt durch diese allgemeinen Vorstellungen „gesundes" bzw. „kalorienarmes Lebensmittel" wird ein Produktimage aufgebaut (vgl. Karmasin 2001). Die Einschätzung einzelner Lebensmittel ist beeinflusst durch die jeweilige Ernährungseinstellung, die wiederum Teil des Gesamtlebensstils darstellt. Im Rahmen dieser Arbeit kann nur allgemein auf diese Mechanismen, die Konsumentscheidungen nachhaltig beeinflussen, hingewiesen werden[138].

In der Entwicklung vom Kindes- zum Jugendalter nimmt laut DGE (1988) die Bedeutung äußerer Reize bei Essentscheidungen stark zu. Die Abhängigkeit von Außenreizen hängt „von familiären Traditionen, Gewohnheiten und Lebensmittelvorlieben sowie mütterlichen Werthaltungen und Überzeugungen, von kulturellen Normen, gesellschaftlich bedingten Organisationsformen der Nahrungsaufnahme und Mahlzeitenfrequenz und vielem mehr ab. Zusätzlich bildet sich im späten Kindes- und im Jugendalter eine kognitive Steuerung der Nahrungswahl und des Eßverhaltens heraus, also die bewußte Gestaltung der eigenen Ernährung, die dann vor allem im Erwachsenenalter auf das Ernährungsverhalten großen Einfluß nehmen kann." (DGE 1988, S. 205). Beispielsweise haben Gerhards und Rössel (2003a, S. 67f.) nachgewiesen, dass bei Jugendlichen eine „anspruchsvollere" Ernährungseinstellung (z. B. gesellige Mahlzeit und schön gedeckter Tisch) eine „gesundheitsbewusste" Ernährungsweise (mehr Obst, Gemüse und Vollkornbrot) fördert, während eine „notwendigkeitsorientierte Einstellung" (z. B. Essen soll satt machen und preiswert sein) mehr zu einem erhöhten Konsum von „Snacks" und Süßigkeiten führt. Angemerkt sei, dass Mädchen mehr als Jungen eine „gesundheitsorientierte", „anspruchsvollere" Einstellung haben und sich auch „gesundheitsbewusster" ernähren (Gerhards & Rössel 2003a, S. 68f.).

---

[136] Pfundskur 1996 und 2000 ist eine von der Allgemeinen Ortskrankenkasse (AOK) und dem Südwestrundfunk (SWR 1) in Baden-Württemberg durchgeführte Gesundheitsaktion zum Abnehmen.

[137] Beispiel: Die Vorstellung, dass Fett generell „ungesund" sei und „dick" mache, ist weit verbreitet. Differenzierte Alltagsvorstellungen sind trotz Margarine-contra-Butter-Diskussion und Werbung für „ungesättigte Fettsäuren" etc. eher selten und orientieren sich mehr an ausgewählten Produkten, die als „erlaubt" gelten. So sprechen aktuelle Ernährungsempfehlungen für eine mediterrane Kostform mit erhöhtem Fettanteil.

[138] Die Werbewirkungsforschung setzt sich eingehend mit dieser Thematik auseinander.

Im Zusammenhang mit Fehlernährung wird in der Ernährungswissenschaft über Haushalt bzw. Familie als Ort der primären Essenssozialisation diskutiert. Am Beispiel des multikausalen Entstehungshintergrundes von Adipositas (Logue 1995, S. 290ff., vgl. auch Pudel & Westenhöfer 1991, S. 92ff.; Westenhöfer 2002) wird deutlich, wie eng Haushaltsentscheidungen auf physischer, psychischer und sozialer Ebene zusammenwirken und Essbiografien beeinflussen. Die statistisch positive Korrelation zwischen Übergewicht der Eltern und der Kinder ist nachgewiesen (Diehl 1999; DGE 2001; Danielzik 2003; Kolip 2004; vgl. dazu Kapitel 5).

Beispielsweise beeinflussen Haushaltsentscheidungen über gemeinsame Mahlzeiten individuelles Essverhalten, denn die Anwesenheit einer oder mehrerer weiterer Personen wirkt sich ganz allgemein sowohl auf die Nahrungsmenge (geschlechtsspezifisch unterschiedlich) und auf Nahrungsmittelpräferenzen aus (Logue 1995, S. 310f.). Ergebnisse der Marktforschung belegen diese gegenseitige Einflussnahme. Alters- und entwicklungsabhängig wird allerdings der Einfluss Gleichaltriger wichtiger als der der Eltern. Barlovic (1998, S. 26f.) führt dazu aus, dass „... mit spätestens 8 Jahren die Macht der Clique beginnt".

Wenn gemeinsames Essen Entscheidungen über Auswahl und Menge beeinflusst und Bedeutungen abhängig von den Lebensbereichen sind – entsprechend der aufgestellten Grundannahme –, dann kann daraus gefolgt werden, dass Lebensmittelpräferenzen ebenfalls kontextabhängig sind. Folglich können sich individuelle Vorlieben im Lebensbereich der Familie von denen im Lebensbereich der Peergroup unterscheiden.

4.3 Funktionen und Stellenwert des Essens im Kontext Peergroup

4.3.1 Aspekte des ernährungssozialisatorischen Einflusses der Peergroup

Ernährungssozialisation beginnt in der Familie. Mit zunehmendem Alter gewinnen weitere Sozialisationsagenten wie Schule und Peergroup in der direkten Interaktion an Bedeutung. Der Peergroup kommt entwicklungsbedingt eine herausragende Rolle zu (Fend 2000; Oerter & Montada 2002). Ernährungsbezogene Aktivitäten der Gleichaltrigen erweisen sich beispielsweise im schulischen Umfeld als besonders wirksam (Winkler et al. 2004, B-25). In einer hochkomplexen Welt reicht die Sozialisation in der Familie nicht mehr aus (Berger & Luckmann 2000). Das Spektrum möglicher Handlungsalternativen erweitert sich durch Anregungen aus dem nicht-familiären Bereich, beispielsweise finden in der Schule Sozialisations- und Enkulturationsprozesse in enger Wechselwirkung zu Lehrkräften, Mitschülerinnen und Mitschülern, die Teil der Peergroup sein können, statt. Der Lernort Schule ist eben auch sozialer Treffpunkt. Dort können Peergroupbeziehungen insbesondere

in unterrichtsfreien Zeiten (Pause, Schulweg etc.) aufgebaut und gepflegt werden. Anders als bei nachmittäglichen Freizeitaktivitäten werden in der Schule Peergroupbeziehungen von institutionellen Bedingungen wie Unterricht, Pausenzeiten und -gestaltung, außerunterrichtliche Aktivitäten in Arbeitsgemeinschaften etc. beeinflusst. Ebenso bestimmen die institionellen Rahmenbedingungen eine schulische Esskultur mit, die nachhaltiger auf die Ernährungssozialisation wirkt als beispielsweise die Wissensvermittlung im Unterricht (vgl. z. B. Steen 1994, S. 111; Homfeldt & Schulz 1996, S. 229ff.).

Sozialisationsagenten sind nicht unabhängig voneinander. Beispielsweise führt Fauth (1999, S. 66; vgl. auch Oerter & Dreher 2002, S. 311) aus, dass homogene Peergroups gerade von jüngeren Altersgruppen bis 16 Jahren bezüglich Geschlecht, Alter und sozialer Lage[139] bevorzugt würden. Dadurch verstärkt sich das in den Familien vorgefundene Sozialisationsmilieu.

Die Jugendlichen leben in einem vergleichbaren sozialhistorischen Umfeld. Alle befinden sich in derselben Lebensphase des Erwachsenwerdens, folglich besteht − im Unterschied zu anderen Sozialisationsagenten − in der Peergroup zunächst ein Verhältnis von „Gleichheit und Souveränität" (Oerter & Dreher 2002, S. 310). In der Peergroup werden (soziale) Verhaltensweisen angewandt und unter Gleichgestellten erprobt. In der Peergroup findet eine soziale Positionierung, d. h. auch eine gesellschaftliche Verortung statt über Inszenierung der eigenen Person und Entfaltung von Kompetenzen, die wiederum eng mit dem Selbstbild verknüpft sind. In diesen Prozessen sind beispielsweise Durchsetzungsvermögen, „Insider-Wissen" über jugendspezifische Themen, Kenntnisse über „angesagte" Verhaltensmaximen etc. wichtig. Entsprechend des der Arbeit zugrunde gelegten Verständnisses sind Jugendliche Akteure in dynamischen Systemen wie der Peergroup, daher findet eine gegenseitige Einflussnahme der agierenden Personen statt. Die Beeinflussung kann auf informativer und normativer Ebene stattfinden. In der Realität vermischen sich beide Ebenen, denn Jugendliche sind Träger von Informationen, die in aller Regel in einem wertenden Zusammenhang an andere weitergegeben werden. Beispielsweise wird das Wissen, dass McDonald's ein günstig gelegener Platz in der Stadt für Verabredungen ist, häufig mit der Wertung verknüpft, dass dieser Treffpunkt in der ausgewählten Peergroup „angesagt" ist − oder auch nicht. Daher ist interessant, dass der soziale Druck, den die Gruppe auf den Einzelnen ausübt, umso höher ist, je homogener die Zusammensetzung in einer Gruppe ist und je mehr die Gruppenmitglieder untereinander interagieren (vgl. Fauth 1999, S. 66). Auf Ess(konsum)verhalten bezogen sind normative Einflüsse für die Akzeptanz in der Peergroup besonders im außerhäuslichen Bereich bedeutsam.

[139] Fauth spricht hier von „Schicht"; dieser Begriff wird hier und im Folgenden nicht übernommen, da „Schicht" nur partiell die jeweiligen Gruppen strukturiert. Vgl. dazu Kapitel 2.

Konsummuster, die der Selbstdarstellung und Anerkennung dienen und zusätzlich eine Abgrenzung zu den Erwachsenen erlauben, werden bevorzugt praktiziert (Fauth 1999, S. 65). Produktpräferenzen werden entwickelt, die Frage nach „in" und „out" spielt selbstverständlich für auffällige sowie vorzeigbare Konsumgüter (z. B. Kleidung, Handy) eine bedeutendere Rolle als für kurzfristige, eher unauffällige Verbrauchsgüter (z. B. Snacks, Eis). Aber auch „Speisen sind nach [Roland] Barthes Träger bedeutungsvoller Zeichen ... Und insofern sind Pommes Frites mehr als in Öl ausgebackene Kartoffelstäbchen, mehr als ihre Materie" (Barlösius 1999, S. 94). Lebensmittel und Speisen haben im jeweiligen soziokulturellen Umfeld symbolische Bedeutung (Setzwein 2004, S. 312f.; vgl. Barlösius 1999, S. 91ff.). Karmasin (1999) spricht vom „kulinarischen Code", der kulturspezifische Muster aufweist. Die Gültigkeit des kulinarischen Codes hängt u. a. von der (sozialen) Esssituation und den kulturspezifischen Mustern ab, die individuellen Brechungen unterliegen, z. B. aufgrund der jeweiligen Essbiografie. Bekannt ist, dass „soziales Prestige eines Lebensmittels" Ernährungsverhalten beeinflusst, da sich dadurch soziale Zugehörigkeit und Grenzen markieren lassen (Prahl & Setzwein 1999, S. 70; Barlovic 2001, S. 64). Nahrungsmittel und Getränke, die außer Haus mit Freunden und Freundinnen verzehrt werden, eignen sich daher besonders für die Entwicklung von Jugend typisierenden Präferenzen[140]. Dazu gehören Lebensmittel im Party- und Fast-Food-Bereich sowie „Snacks" und Riegel.

Der Entwicklungsprozess führt zu jugendspezifischen Brechungen des kulinarischen Codes, die durch die jeweilige Essbiographie modifiziert sind. Hier wird die Hypothese aufgestellt, dass im Kontext Peergroup ein jugendspezifischer kulinarischer Code gilt, der einem steten Wandel unterworfen ist. Nahrungsmittel und Speisen sind wie andere Konsumgüter ein Mittel zur (scheinbar) individualisierten Selbstinszenierung und sozialen Positionierung in der Peergroup. Beides gehört zur Identitätsentwicklung von Jugendlichen. Die den Nahrungsmitteln zugeschriebenen Bedeutungen helfen Jugendlichen, sich sowohl von anderen Altersgruppen als auch anderen Jugendstilgruppen zu distanzieren bzw. in eine Gruppe zu integrieren. Botschaften, die über den Konsum von Nahrungsmittel und Speisen ausgesendet werden, kommen an. Sie sind nicht uneingeschränkt identisch mit Werbebotschaften. Zwar sind für die Selbstinszenierung Produkte wie Kleidung, Handys, Sport, Musik wegen ihrer Sichtbarkeit und Außenwirkung besonders begehrt, schließen aber andere Bereiche nicht aus. Im Gegenteil, Jugendliche gelten als detailversessen (Barlovic 2001, S. 64) und machen ein Kopieren damit nahezu unmöglich. Authentizität und Aktualität, die einem beschleunigten Wandel unterworfen ist, bestimmen über die Zugehörigkeit zu

[140] Die Präferenzen sind auch geschlechtsspezifisch unterschiedlich. Dazu weiterführende Literatur: Prahl und Setzwein (1999, S. 77ff.); Setzwein (2002, 2004); Spiekermann (2002b); Methfessel (2004c).

einer Gruppe. Jugendliche nutzen mehr oder weniger sämtliche Lebensbereiche zur Distinktion, und sei es durch deren Geringschätzung.

Neben der Auswahl von Lebensmitteln und Speisen können Essstil und Tischregeln Ausdruck eines Lebensstils sein. Für den außerhäuslichen Bereich des Essens im Zusammensein mit der Peergroup wird in der hier durchgeführten empirischen Studie auch nach der Bedeutsamkeit ernährungsbezogener Elemente des Lebensstils gefragt, ohne jedoch Bedeutungen einzelner Lebensmittel etc. zu recherchieren. Ob Nahrungsmittel und Speise überhaupt bei Jugendlichen „IN-Status" haben können, ist auch Bestandteil der Untersuchung. Allgemeine Daten zu Nahrungsmittelpräferenzen (vgl. Kapitel 2) liegen vor, eigene Daten werden nicht erhoben.

Die konkrete Ausgestaltung des Essens ist soziokulturell bestimmt und dient auch der gesellschaftlichen Distinktion[141] (Bourdieu 1999; Barlösius 1999). Nach Bourdieu gilt das für den Bereich des Essens auf allen Ebenen, v. a. Lebensmittelauswahl, Essstil und Tischregeln. Lebensmittel und Speisen sind auch kulturelle Symbole (Barlösius 1999, S. 39f.)[142]. Deren Auswahl ist abhängig von sozialer Lage[143], Geschlecht und Alter (Barlösius 1999, S. 96f.; Schlegel-Matthies 2001a). Nahrungsmittel und Speisen haben − hier folgt Barlösius der These Bourdieus − sozial differenzierende Bedeutungen. Im Zusammenhang mit Jugendesskultur heißt das zum einen Abgrenzung zu allen nicht-jugendlichen Altersgruppen und zum anderen Abgrenzung der einzelnen jugendkulturellen Stilbildungen untereinander. Die Küchen spielen in der außerhäusliche Lebens- und Erfahrungswelt der Peergroup eine marginale Rolle, daher sind Nahrungsmittel und Speisen mehr geeignet, um deren jugendspezifische Bedeutsamkeit zu untersuchen.

Neben der Wahl von bestimmten Lebensmitteln bestimmt die Inszenierung des Essens den Essstil. Wie eingangs dargestellt, beeinflussen Bedeutungen von Nahrungsmitteln und Speisen Essweisen. Entsprechend der hier aufgestellten Annahme, dass Lebensmittel bei Jugendlichen als „in" oder als „out" gelten können, interessiert weiter deren Einfluss auf die jeweilige Essweise.

Die Mahlzeit wird als häusliches Essen in der Familie in einem gesonderten Kapitel thematisiert. Ein Teil der sozialen Situation „Mahlzeit" sind Tischregeln. Sie sind als Regelwerk bei Tisch ein Ergebnis familialer Sozialisation. In der Jugendphase können Regelverstöße als Abgrenzung von den Eltern verstanden werden. Welche Regeln gelten, wenn Jugendliche unter sich sind? Daten dazu liegen nicht vor. Tischregeln im außerhäuslichen

[141] „Selektiv ist jede Eßkultur, weil sie eine kulturelle Auswahl aus den natürlichen Möglichkeiten vornimmt." (Barlösius 1999, S. 39).

[142] Vgl. Fussnote 1 zum Begriff Esskultur.

[143] Barlösius (1999) verwendet „Schicht" anstelle „sozialer Lage".

Bereich der Peergroup können selbstbestimmt in der sozialen Auseinandersetzung mit anderen und der Situation (z. B. unterscheiden sich Tischregeln im Feinschmeckerlokal von denen im Fast-Food-Restaurant entsprechend der gesellschaftlich üblichen Konventionen) festgelegt werden.

Pizzeriabesuche mit Freundin bzw. Freund gehören zur Erfahrungswelt von älteren Jugendlichen. Darauf wird in der hier durchgeführten Befragung im Fallbeispiel[144] zurückgegriffen. Um möglichst authentische Einschätzungen für die Verhaltensweisen bei Tisch zu erhalten, wird *der Freund* bzw. *die Freundin* als handelnde Person ausgewählt, da hier eine hohe emotionale Betroffenheit bei Verstößen zu erwarten ist. Essen mit Freunden ist nach den ersten Beobachtungen eher unverbindlich und spontan. Unabhängig, ob diese Unverbindlichkeit und Spontanität Teil der Selbstinszenierung ist, stellt sich die Frage: Welche Regeln gelten für das Essen in der Peergroup? Werden ausgewählte Lebensmittel und Speisen tabuisiert bzw. präferiert? Ist das den Jugendlichen bewusst? Durch Körper und Kleidung definieren sich Jugendliche für ihre Außenwelt. In der heutigen Medien- und Bilderwelt wird der jugendliche Körper ästhetisch inszeniert und „zu Markte getragen" (Frohmann 2002[145]; dazu ausführlich im Kapitel 6). Welchen Stellenwert, welche Funktionen hat Essen dabei? Beobachtungen deuten darauf hin, dass mit Freunden und Freundinnen selten gemeinsam „richtig" im Sinne eines „proper meals"[146] gegessen wird. Daten zum Außer-Haus-Verzehr sind im folgenden Abschnitt zusammengefasst dargestellt. Jugendliche im Alter ab 15 Jahre essen häufiger als andere Altersgruppen außer Haus, dies aber eher im Sinne eines „Snacks". Ob und wie häufig in der Familie von Freundinnen bzw. Freunden mitgegessen wird, dazu fehlen Daten. Die der schriftlichen Befragung vorangegangenen Interviews liefern Hinweise[147].

Welche Beweggründe haben Jugendliche, außer Haus zu essen? Wird einfach nur der aufkommende Hunger gestillt, kann das außerhäusliche Essen die Mahlzeiten zu Hause ersetzen. Verabreden sich Freunde zum Essen, dient Essen als Kommunikationsanlass. Oder ist Essen − wie oben vermutet − Teil der Selbstinszenierung? Die Klärung der Frage

[144] Vgl. dazu die Frage B-5 in der empirischen Untersuchung (Fragebogen im Anhang).

[145] M. Frohmann: „Jugend − Körper − Mode: Aspekte einer körperbezogenen Jugendsoziologie". Vortrag am 22.02.2002 in Loccum auf der Tagung zum Thema „Jugendsoziologische Theorien − Standortbestimmung und Perspektiven" der Sektion Jugendsoziologie.

[146] Unter „richtig essen" werden im Allgemeinen Mahlzeiten verstanden, die ein so genanntes „proper meal" (Douglas 1972, S. 68) umfassen. Ein „proper meal" müssen entsprechend der gültigen kulturellen Mustern zusammengesetzt sein. Ausführliche Darstellung des Begriffs „proper meal" im Zusammenhang mit Mahlzeit in Kapitel 3.2 (siehe S. 40).

[147] So erzählte eine Gymnasiastin, dass sie sich hin und wieder zum gemeinsamen Kochen verabredet. Dieses wurden in der schriftlichen Befragung aufgegriffen (vgl. dazu die Frage B-6 in der empirischen Untersuchung).

nach der Motivation liefert wichtige Hinweise für eine kontextbezogene Bedeutungsexploration.

4.3.2 Außerhäusliches Essen

Aus den nachfolgend genannten Konsumstudien werden im Folgenden **Daten zum außerhäuslichen Essen** von Jugendlichen zusammengetragen, um erstens Stellenwert und Funktion des außerhäuslichen Essen für Jugendlichen differenzierter zu beschreiben, zweitens Erfahrungen der Jugendlichen in der Rolle als Konsumentinnen und Konsumenten von Nahrungsmittel und Speisen differenzierter darzustellen und drittens, um daraus schließlich Stellenwert und Funktionen in Abgrenzung zum häuslichen Essen abzuleiten.

Wie vielfach belegt (z. B. EVA 1998; DGE 2000, 2004; Diehl 1999c; vgl. auch Prahl & Setzwein 1999, S. 197ff.; Spiekermann 1999a, S. 46f.), erfreut sich Fast Food allgemein großer Beliebtheit. Unter *Fast Food* wird hier das (schnelle) Essen außer Haus (im Sitzen, Stehen und Gehen („Take-away") im engeren Sinne verstanden, d. h. das Essen in Einrichtungen der seit den 1960er Jahren in Deutschland expandierenden Systemgastronomie (z. B. Wiener Wald, McDonald's) und bei Schnellimbissen (Würstchenstand, Dönergrill, Stehcafés etc.). Nicht gemeint sind hier, die v. a. in den 1970er Jahren hinzutretenden Angebote der Kantinenverpflegung, die gehören streng genommen ebenso wie Catering-Verpflegung („Essen auf Rädern", „Pizzaservice") dazu (vgl. dazu auch Spiekermann 1999a, S. 46f.). Ebenso werden hier Convenience-Produkte, die als vorgefertigte Lebensmittel (Fertig- und Halbfertigprodukte) für den häuslichen Fast-Food-Verzehr auf dem Markt sind, begrifflich unterschieden.

Obwohl das „schnelle Essen" unterwegs weder eine Erfindung heutiger Zeit[148] noch auf Jugendliche begrenzt ist, wird im Allgemeinen Sprachgebrauch häufig Fast Food symbolhaft für *jugendliche Esskultur* verwendet. Entsprechend vielfältig sind dazugehörige fachwissenschaftliche wie populärwissenschaftliche Publikationen[149]. Fast Food ist − vielleicht anders als erwartet − kein Schwerpunktthema dieser Arbeit. Für die hier gestellte Frage ist vielmehr interessant, welchen Stellenwert und welche Bedeutungen Fast Food in der gesamten Jugendesskultur hat.

Verschiedene Studien (Lange 1997; Fauth 1999; Rosenberg 2000) belegen, dass heute nahezu jeder Jugendliche regelmäßig Taschengeld – in unterschiedlicher Höhe – erhält. Neben Taschengeld verfügen Jugendliche oftmals über unregelmäßige Einnahmen, z. B.

[148] Beispielsweise gab es bereits im Mittelalter Garküchen, im 19. Jahrhundert in England Fish-and-Chips-Angebote etc. (Prahl & Setzwein 1999, S. 197f.).

[149] Auf eine umfassende Darstellung der Fast-Food-Kultur wird daher hier auch verzichtet.

durch Nebenjobs, Geldgeschenke und „Pausengeld"[150]. Die Kaufkraft[151] der 6- bis 13-Jährigen ist seit 2002 laut KVA 2004 um mehr 10 % gestiegen auf den Spitzenwert von mehr als 6 Milliarden Euro. Lange (1997) untersuchte in seinen beiden Jugendkonsumstudien[152] das Konsumverhalten von ost- und westdeutschen Jugendlichen in den Jahren 1990 und 1996, um den Wandel des Konsumverhaltens zu beschreiben und Lebensstiltypisierungen mit Hilfe von Clusteranalysen vorzunehmen. Sowohl Fauth (1999), die in ihrer Konsumstudie das Ausgabeverhalten von Jugendlichen in Europa untersucht, als auch Lange (1997) und die KVA 2001 (vgl. KVA 2004) – eine jährlich durchgeführte Marktanalyse des Springer-Verlages über Art und Umfang der (Taschengeld-)Ausgaben − kommen zum Ergebnis[153], dass Jugendliche einen großen Teil ihres Taschengeldes für Süßigkeiten und Eis ausgeben (vgl. auch Feil 2003, S. 61). Nach Angaben der KVA 2001 (S. 14-2) geben 36,7 % der Kinder und Jugendlichen von 6 bis 19 Jahren (keine differenzierten Angaben nach Alter) ihr Taschengeld normalerweise für Süßigkeiten aus. Damit stehen Süßigkeiten an der ersten Stelle, gefolgt von 19,9 % für sonstiges. Immerhin 11,0 % geben an, dass sie ihr Taschengeld für Fast Food und Speisen verwenden.

Eine Differenzierung des Ausgabeverhaltens zeigt v. a. geschlechts-, alters- und bildungsspezifische Unterschiede. Mit zunehmendem Alter steigen die Ausgaben für Grundnahrungsmittel, Besuche in Gaststätten, aber auch für Theatervorstellungen und Bücher. Die Ausgaben für Süßigkeiten werden prozentual geringer (Lange 1997, S. 73ff.).

Bei den Süßigkeiten ergibt sich im Detail folgendes Bild: Tafelschokolade und Schokoriegel werden lediglich von etwa einem Fünftel aller Heranwachsenden im Alter von 6 bis 19 Jahren weniger als ein Mal pro Woche gegessen. Schokolade ist von den aufgeführten Süßigkeiten am beliebtesten, so essen 4,4 % täglich Schokolade, 36,5 % ein paar Mal in der Woche und 37,0 % einmal in der Woche. Bei Schokoriegeln und -waffeln sieht es ähnlich aus. Salzige Knabberartikel und Chips werden weniger konsumiert: 61,4 % knabbern wenigstens einmal wöchentlich, 37,4 % seltener und 1,2 % nie (KVA 2001, S. 4-2).

---

[150] Im Rahmen einer Seminararbeit an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg im Wintersemester 2000/01 zum Thema Jugend und Ernährung befragten Studentinnen Realschülerinnen und -schüler der 5. bis 10. Klasse zum Thema Pausenfrühstück in der Schule. Ein Ergebnis war, dass viele der Schüler und Schülerinnen zusätzlich zum mitgebrachten Pausenbrot Geld von ihren Eltern erhalten und der Geldbetrag mit höherer Klassenstufe steigt. Sowohl Pausenbrot als auch zusätzlich frei verfügbares Pausengeld sind beliebt.

[151] Die Höhe der Kaufkraft variiert in der Literatur. In der KVA wird die „direkte Kaufkraft" über eine Hochrechnung aus monatlichen Geldbezügen, Geldgeschenken und gespartem Geld ermittelt (vgl. Feil 2003, S. 77ff.).

[152] Die neueren Daten der Fortsetzungsstudie werden hier nicht berücksichtigt, da es sich nicht um eine sehr kleine Stichprobengröße handelt (Lange 2004).

[153] Das Taschengeld wird in Deutschland vorwiegend für Tonträger, Sparen, Hobbies, Kleidung, Süßigkeiten/Eis, Eintrittsgelder, Bücher und Zeitschriften ausgegeben (vgl. Fauth 1999). Die Datenlage bei Lange (1997) ergibt eine etwas andere Reihenfolge, nämlich 1. Kleidung 2. Tonträger 3. Kino, Disko etc., deckt sich aber in der Art der Ausgaben.

Kinder und Jugendliche konsumieren im Großen und Ganzen mit dem Einverständnis ihrer Eltern (KVA 2001, 2004). So dürfen laut KVA 2001 (S. 15-3) 59,6 % Süßigkeiten (fast) immer bzw. oft und soviel sie mögen kaufen. 15 % dürfen das nie. Ähnlich verhält es sich mit Besuchen ohne die Eltern in einem Fast-Food-Restaurant. Die fehlenden Angaben zu den einzelnen Altersgruppen schränken jedoch den Aussagewert stark ein. Bedenkt man, dass bereits 6-Jährige zur Untersuchungsgruppe gehören, schränken Eltern die Wünsche der Heranwachsenden nur wenig ein.

Insgesamt ergibt sich aus den Daten zum Nahrungsmittelkonsum von Jugendlichen folgendes Bild: Verfügbarkeit und Zugang zu Nahrungsmitteln stellen kein Problem für die Mehrheit der Jugendlichen dar. Jüngere Jugendliche im Schulalter geben ihr Geld hauptsächlich für Süßigkeiten und Fast Food aus. Interessant wäre an dieser Stelle auch der teilweise durch die Eltern finanzierte Fast-Food-Service für zu Hause (z. B. „Call A Pizza"), der bei Jugendlichen hoch angesehen ist, denn Jugendliche sind nicht nur aktive Käuferinnen und Käufer, sie bestimmen vielmehr wesentlich in den Haushalten über die Produktwahl[154] mit (Barlovic 2001). Aus den Studien zum Konsumverhalten von Jugendlichen lässt sich für den Bereich des Essens zusammenfassend folgern, dass sich der außerhäuslicher Essenskonsum von Jugendlichen auf wenige Lebensmittelsegmente wie Süßigkeiten und Fast Food konzentriert und damit die Annahme stärkt, dass die Versorgung weiterhin überwiegend zu Hause stattfindet.

Heidelberger Studentinnen haben im Rahmen des Seminars „JUGEND & ERNÄHRUNG" im Wintersemester 2000/01 Eindrücke bei Heidelberger Jugendlichen gesammelt. Dazu interviewte eine Gruppe von Studentinnen insgesamt 87 Jugendliche im Alter von 12 bis 18 Jahren bei McDonald's. 40 Jugendliche (20 Mädchen, 20 Jungen) füllten außerdem noch einen detaillierten Fragebogen aus. Fast Food sei bei den befragten McDonald's-Besuchern sehr beliebt, ersetze aber nicht die Mahlzeiten zu Hause, so lautet ein Ergebnis dieser Interviews. In den Fragebögen gaben 92,5 % an, dass täglich warmes Essen zu Hause gekocht werde. Dieses schmeckt laut Fragebogenergebnis 75 % „gut", 20 % „na ja" und 5 % „nicht gut". Auf die Gretchenfrage, wie sich die Jugendlichen entscheiden würden, wenn sie die Wahl zwischen einem Essen zu Hause und einem Essen bei McDonald's hätten, entschieden sich jeweils 47,5 % für zu Hause bzw. für McDonald's. Die restlichen 5 % wollten ihre Entscheidung von dem, was ihre Mutter an diesem Tag kocht, abhängig machen. Alle Befragten gingen mit der Kenntnis ihrer Eltern zu McDonald's.

Allgemeinen Beobachtungen zufolge könnte man folglich annehmen, dass außerhäusliches Essen − also auch Fast Food − zum regelmäßigen Ess-Alltag vieler gehört.

[154] Der Einfluss (ob und welche Marke) auf die von den Eltern gekauften Lebensmittel ist besonders hoch bei Frühstückscerealien, Süßigkeiten, Pizzen und Limonaden (vgl. auch Barlovic 1999a).

Aus der repräsentativen Erhebung zur Situation des Außer-Haus-Verzehrs (EVA 1998) in Deutschland Ende der 1990er Jahren ist für Jugendliche im Alter von 15 bis unter 19 Jahren bekannt, dass als Verzehrort „Schnellgaststätte, Imbissstube, Kiosk" die größte Rolle spielen. Männliche Jugendliche verzehren dort 2,9 Außer-Haus-Mahlzeiten von insgesamt 6,8 außerhäuslichen Mahlzeiten pro Woche. Mädchen in diesem Alter gehen 4,1 Mal pro Woche zur Schnellgaststätte etc. von insgesamt 10,1 Mahlzeiten außer Haus. Männliche Jugendliche geben durchschnittlich 20,07 DM, Frauen 22,64 DM pro Woche für den Außer-Haus-Verzehr aus. Die mittleren Anteile des Außer-Haus-Verzehrs am gesamten Lebensmittelverzehr ergeben für männliche Jugendliche (zusammengefasst: 10 bis 15 Jahre) einen überdurchschnittlich hohen Anteil bei den Lebensmittelgruppen: Fleisch, Käse und Quark, Kartoffel und Kartoffelprodukte, Brot und Backwaren, Süßwaren und alkoholfreie Getränke. Bei den Mädchen: Fleisch, Fleisch- und Wurstwaren, Kartoffel- und Kartoffelprodukte (nur bei den unter 13-Jährigen), Frischgemüse, Brot und Backwaren und bei den 10- bis unter 13-Jährigen noch alkoholfreie Getränke.

Trotz des hohen Anteils an Außer-Haus-Mahlzeiten (EVA 1998) bei Jugendlichen und der steigenden Nachfrage nach Fast-Food-Produkten im Wechselspiel mit einer allgemeinen Verfügbarkeit (Angebote zu jeder Zeit, an jedem Ort), stellt der Kinderernährungsbericht die These auf: „Gegessen wird am liebsten zu Hause und mit der Familie." (Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum Baden-Württemberg & Sozialministerium Baden-Württemberg 2002b, S. 13). Gestützt wird diese These durch die europäische Studie EEE4C (EveryDayEating in Europe 1998 − 1999), aus der Brombach (2001) resümiert, dass Familienmahlzeit zum Alltag in Deutschland gehört. Darüber hinaus liegen Ergebnisse aus unveröffentlichten Daten für alle Altersgruppen vor, die besagen, dass 80 % aller Mahlzeiten zu Hause stattfinden (Stix 2000, S. 14).

Insgesamt zeichnet sich ab, dass sich jugendliches Essverhalten nicht auf eine Fast-Food-Esskultur reduzieren lässt, sondern vielschichtiger ist. Neben der außerhäuslichen Fast-Food-Kultur ist nach wie vor eine häusliche Esskultur etabliert, bei der Convenience-Produkte einen hohen Stellenwert haben. Ohne auf Detaildaten zur Ausdifferenzierung der häuslichen und außerhäuslichen Ernährung von Jugendlichen zurückgreifen zu können, kann hier vermutet werden, dass sich häusliches und außerhäusliches Essverhalten bei Jugendlichen unterscheidet.

Die bei Methfessel (1999d) dargestellten wesentlichen Bestimmungsgründe von jugendlichem Essverhalten sind Alter und Geschlecht; beide werden als solche durch Einzeldaten zum Verzehr und zu Nahrungsmittelpräferenzen (s. o.) gestützt. Insgesamt liegen nur wenige altersspezifische Daten für Jugendliche zum Ernährungsverhalten vor.

Neben Alter und Geschlecht (z. B. Kienzle 1988; Kübler et al. 1997; Zusammenschau bei Methfessel 1999d) werden soziale Lage (z. B. Kienzle 1988; Wittenberg 1999; Barlösius et al. 1995) und Ernährungswissen (z. B. vom Berg 1997; Barlovic 1999a; BVS II; vgl. dazu auch DGE 2004, S. 68ff.) als Bestimmungsgründe für Essverhalten angeführt. Soziale Lage und Ernährungswissen werden v. a. im Zusammenhang mit den unterschiedlich verteilten Gesundheitsrisiken (z. B. Über- und Untergewicht) in der Bevölkerung diskutiert. Die vorliegenden Daten erlauben keine Ausdifferenzierung verschiedener Ernährungsweisen für Jugendliche.

Mit Ausnahme der neueren Daten von Gerhards und Rössel, die Korrelationen zwischen bevorzugtem Lebensstil und Ernährungsverhalten von Jugendlichen aufzeigen (Gerhards & Rössel 2003a, 2003b), gibt es für diese Altersgruppe nur wenige Ansatzpunkte zur Erklärung von unterschiedlichen Ernährungsweisen verschiedener Gruppen. Für Erwachsene zieht Leonhäuser als Konstrukt den von Individuen oder Gruppen bevorzugten Lebensstil als Erklärungsgröße von Elementen einer gesunden Lebensführung heran und zeigt darüber hinausgehend ein situativ unterschiedliches Essverhalten auf (Leonhäuser 1999, S. 326f.). In einer neueren Studie vom ISOE[155] (Institut für sozial-ökologische Forschung) werden ebenfalls bezogen auf Erwachsene sieben Ernährungsstile nach Interesse an Ernährungs- und Gesundheitsfragen und Verhaltensweisen im Essalltag unterschieden und im Zusammenhang mit Lebens- und Familienphasen diskutiert (Hayn & Empacher 2004c, 2004d; Methfessel 2004c; Stieß & Hayn 2005).

4.3.3 „Snacken" als ein Beispiel für jugendtypisches Essverhalten

Die Frage nach dem Stellenwert und der Funktion des Essens in den Lebensbereichen der Familie und der Peergroup kann anhand der angeführten Literatur und Studien nicht ausreichend beantwortet werden. Ebenso bleibt offen, ob es für Jugendliche Bedeutungen des Essens gibt, die bevorzugt im Zusammenhang mit der Familie oder der Peergroup auftreten. Für die weiterreichenden, theoretischen Überlegungen wird das Beispiel „Snacken" als jugendtypisches Essverhalten herangezogen, weil sich daran jugendspezifische Bedürfnisse hinsichtlich des Essens aufgrund seiner Unterschiedlichkeit in Abgrenzung zur tradierten Esskultur verdeutlichen lassen. „Snacken" gilt – unabhängig von seiner heute erreichten Beliebtheit in allen Altersgruppen – nach wie vor als jugendtypisch und ist Element der heutigen Jugendesskultur. Des Weiteren hat die „Snackkultur" die allgemeinen Esskultur verändert. Folgende zwei Hypothesen werden am Beispiel des „Snackens" hergeleitet:

[155] Vgl. Fussnote 7.

- Erstens Jugendliche praktizieren ein für ihre Entwicklungsphase charakteristisches Essverhalten,
- zweitens Jugendliche – und das ist historisch betrachtet neu – sind im Bereich des Essens vergleichbar mit anderen Bereichen (Mode, Musik etc.) Träger des Wandels.

Zunächst soll für die hier nachfolgenden Ausführungen der Snackbegriff kurz geklärt werden. Der Begriff „*Snack"* ist im deutschsprachigen Raum historisch neu und steht im Allgemeinen für den „kleinen Imbiss" zwischendurch. Der englischsprachige Begriff „Snack" kommt aus dem Marketingbereich. „Snacken" wird in der Werbung als Element von Lebensstil[156] (Diehl 1999d; DGE 2004, S. 366) propagiert. Fast Food und Convenience Food können als „Snack" ebenso dienen wie der Schokoriegel zwischendurch. Ein „Snack" erfüllt im Allgemeinen nicht die Kriterien eines „proper meals" (Douglas 1972; vgl. Kapitel 3, S. 40), sondern grenzt sich durch seinen „informellen Charakter" (in Anlehnung an Prahl & Setzwein 1999, S. 84) gerade davon ab. Wohl aber kann „Snacken" auch in das Konstrukt der Mahlzeit (vgl. Kapitel 3) eingeordnet werden, z. B. bei Tolksdorf (1975, S. 288), da die Mahlzeitendefinitionen recht unterschiedlich weit gefasst sind. Da es im Folgenden weniger um die Bestimmung dessen, was einen „Snack" ausmacht, geht, sondern vielmehr um Überlegungen zur Bedeutung des „Snackens" aus der Perspektive der Jugendlichen, wird „Snack" in dieser Arbeit weitgefasst als kleine Zwischenmahlzeit verstanden und umfasst Teilchen vom Bäcker, Minipizza, Riegel, Baguette, belegte Brötchen u. v. a. m. So verwendet, unterscheidet sich Naschen, das auf den Genuss zielt (vgl. S. 41), vom „Snacken" lediglich in der Absicht, das der „Snack" den „kleinen Hunger zwischendurch" stillen soll.

Nach Ergebnissen der Marktforschung hat sich das „Snacken" im Alltag in allen Altersgruppen durchgesetzt (Nestlé-Studie 1999, S. 23). Für die allgemeine Beliebtheit von Schokoriegel und herzhaften „Snacks" in allen Altersklassen gibt es zahlreiche Gründe, an erster Stelle sind zu nennen: Weitreichende Verfügbarkeit und hohe Unabhängigkeit von Zeit, Ort und anderen Personen. Die Verfügbarkeit von „Snacks" ist nahezu unbegrenzt, so werden Riegel und andere Snacks an jedem Kiosk, fast jeder Schulcafeteria, jeder

[156] Diehl führte 1999 eine Analyse des RTL-Werbefernsehen durch und kam zu folgendem Ergebnis: „Eine gute Ernährung besteht zu 60 % aus Süßigkeiten, Süßspeisen und fetten Knabberartikeln, der Ausgewogenheit halber ergänzt durch reichlich Fast Food und stark gezuckerte Frühstücksprodukte, wobei die Flüssigkeitszufuhr ausschließlich in Form von gezuckerten Limonaden und Säften erfolgen sollte." (Diehl 1999d, S. 42). Eine Vielzahl von Snackprodukten − bevorzugt solche mit hohem Zuckergehalt und/oder hohem Fettgehalt − soll spontan und möglichst häufig zwischendurch konsumiert werden, so könnten die Ernährungsempfehlungen aus der Werbewelt des Fernsehens zusammengefasst lauten. Auch in einer neueren Studie zur Darstellung von Ernährungsverhalten im Fernsehen (DGE 2004), deren umfassende Inhaltsanalyse 8 Sender einschließt, stehen Süßes und fette „Snacks" mit insgesamt fast 25 % an erster Stelle bei Darstellungen im Fernsehen (a. a. O., S. 359ff.). Je nach Sender und Fernsehgattung variiert die Häufigkeit, so werden „Snacks" und süße Naschereien v. a. durch das Werbefernsehen (bei Privatsendern) propagiert (a. a. O., S. 361f.) und kommen bevorzugt in Lifestyleframes vor (a. a. O., S. 366f.).

Tankstelle etc. offeriert. Auch eine Mitnahme ist problemlos wegen der üblicherweise aufwändigen, hygienisch sauberen Verpackung. Diese Charakteristika des „Snackens" wurden zunächst besonders von Jugendlichen geschätzt, da sie eine Abgrenzung und Loslösung vom „Familientisch" ebenso ermöglichen wie eine hohe Autonomie, denn Vorbereitung und Zubereitung entfallen bzw. reduzieren sich auf ein Minimum. Darüber hinaus sind keine Kenntnisse der Nahrungszubereitung notwendig. Der Verzehr läuft häufig nebenbei. Snack symbolisiert folglich auch (Zeit-)autonomie. Man könnte sogar noch weiter gehen und Snacken als Symbol einer weitgehenden Unabhängigkeit von der direkten Befriedigung physiologischer Bedürfnisse begreifen (Setzwein 2004, S. 311). Vom Berg spricht gar von einer „Infantilisierung" der Verbraucherinnen und der Verbrauchers (vom Berg 1999, S. 111 und S. 114ff.). Und Stix (2000, S. 14) interpretiert: „Dass Imbiß (snacking) heute so einen hohen Stellenwert hat, liegt an den Spielregeln der Gesellschaft, wonach z. B. Arbeit nach genormtem Leistungsprinzip funktioniert. Psychologisch wirkt sich das mit einem Pendelschlag ins evasive, permissive Lustprinzip beim Essen aus." Terminabsprachen für gemeinsame Essenszeiten entfallen bzw. diese können auf freiwilliger Basis getroffen werden. Aufgrund des hohen Energiegehaltes, in Form von Zucker und Fett, stillt ein „Riegel" schnell und erfolgreich den aufkommenden Hunger. Langfristige Folgen sind bekannt und werden hier nicht dargestellt.

Elterliche Kontrolle über das Essverhalten der Kinder wird durch „Snacken" erschwert[157]. Ebenso wird die eigene Kontrolle über Essverhalten schwieriger, da „Snacken" häufig nebenbei und unbewusst stattfindet. Essen hat heute keinen festen Platz im Alltag mehr, damit können sich Routinen unbemerkt einschleichen, deren Vermeidung ein hohes Maß an Selbstdisziplin erfordert (vgl. Kapitel 5). Umfassende Verfügbarkeit und unkomplizierte Handhabung fördern darüber hinaus ein als „Grazing"[158] (Westenhöfer 2002, S. 18) bezeichnetes Essverhalten. „Grazing" (d. h. übersetzt „grasen") ist ein durch mehr oder weniger pausenloses Kauen und ständiges Essen charakterisiertes Essmuster, das mit einer Auflösung von bestehenden Mahlzeitenmustern einhergeht (Prahl & Setzwein 1999) bzw. diese ignoriert und hier nicht gleichzusetzen ist mit der neuen US-amerikanischen „Wunderdiät".

Eine Auflösung von Mahlzeitenmustern und eine Emanzipation vom Familientisch wurde zunächst v. a. von den jüngeren Altersgruppen toleriert bzw. gefördert, während sich (ältere) Erwachsene eher an traditionellen Essmustern orientierten und gleichzeitig „Snacken" als

[157] Eine allgemeine „Snackkultur" kann für Jugendliche ein von Eltern unbemerktes Hungern oder übermäßiges Essen erleichtern.

[158] Heindl spricht von „kauender Nebenbeschäftigung" (vgl. Heindl 2003, S. 56f.) und bezieht sich auf das Transformationsschema von Falk nach Bayer et al. 1999, S. 113.

„jugendliches Essverhalten" zunächst häufig ablehnten und oft den „Verlust von Esskultur" beklag(t)en. Jugendtypisches Essverhalten wurde im Fall des „Snackens" zum Vorreiter einer Esskultur, die heute in allen Altersgruppen beliebt ist und praktiziert wird.

Individualität und Unverbindlichkeit sind weitere Charakteristika des „Snackens", die jugendlichen Bedürfnissen entgegenkommen. „Snacken" bleibt − wie überhaupt Außer-Haus-Essen − auf einer eher unverbindlichen Ebene und ist weniger restriktiv als eine herkömmliche Mahlzeit. Prahl und Setzwein (1999, S. 84) sprechen von „*informeller* Nahrungsaufnahme" (Hervorhebung im Original). Gemeinsames „Snacken" schafft Gemeinsamkeit, Gemütlichkeit, ohne jedoch die Verbindlichkeit eines gemeinsamen Mahles zu erzeugen. Die Unverbindlichkeit bleibt solange erhalten, wie Essen nebensächlich ist und das Erleben im Vordergrund steht. In der Nestlé-Studie (1999) wird dieses als „social moments" bezeichnet. Familienmahlzeiten konstituieren Familie (vgl. Kapitel 3). Welche konstituierende Bedeutung hat „Snacken" dann in der Peergroup? Die soziale Institution Mahlzeit schafft Gemeinschaft und symbolisiert Zugehörigkeit. „Snacken" in der Peergroup fördert das gemeinsame Erleben, ohne die Verbindlichkeit eines „proper meals" zu implizieren. „Snacken" und nebenbei Naschen in der Freundesgruppe können somit ebenfalls soziale Institutionen sein, die dazu dienen ein unverbindliches Gemeinschaftsgefühl zu erzeugen. „Snacken" und Naschen schaffen Zugehörigkeit zur Gruppe. Ein Beleg für diese Hypothese ist das Essen auf dem Weg von der Schule nach Hause. An dieser Stelle wird die Brüchigkeit der Mahlzeitendefinition als „proper meal" in der individualisierten Gesellschaft deutlich. Essen oder Nicht-Essen, Mitessen oder Nicht-Mitessen ordnen sich keinen allgemein verbindlichen Regeln mehr unter, sondern wird − trotz mancher Gewohnheiten − stets aufs Neue entschieden.

Jeder „Snack" hat ein Image, dadurch wird neben der Integration („Dazugehören") die Distinktion bzw. Selbstpräsentation möglich. Über den sichtbaren Verzehr des ausgewählten Produktes werden Botschaften übermittelt. Durch die Wahl eines Snackproduktes als Imageträger kann in der Peergroup der gewählte Lebensstil bzw. die momentane Befindlichkeit sichtbar gemacht werden. Die Sozialisation der Heranwachsenden findet in einer konsumorientierten Lebenswelt statt. Jugendliche beherrschen die „Sprache der Produktbotschaften" wie eine Muttersprache (vgl. Karmasin & Karmasin 1997; Karmasin 1998). Beispielsweise unterscheidet Karmasin mögliche Botschaften bei Nasch- und Snackproduktgruppen entsprechend ihres Widerstandes beim Verzehr. „Kindliches Dahinschmelzen" und Genießen versus „Durchbeißen" sind mögliche Interpretationen der Produktbotschaften (Karmasin 2001, S. 75f.). Kommunizieren Jugendliche über Snackprodukte, dann kann die ihnen zugeschriebene „Unverbindlichkeit" zu einer neuen „Verbind-

lichkeit" führen. Angemerkt sei, dass bei dieser Symbolsprache, vergleichbar mit anderen Jugendmoden (vgl. Vollbrecht 1995, S. 30), ein rascher Wandel anzunehmen ist. Zusammenfassend lässt sich vermuten, dass Snackprodukte zum nonverbalen Kommunikationssystem gehören und eine hohe Bedeutsamkeit für das außerhäusliche Essen bei Jugendlichen haben.

Interessant bleibt die Frage: Ersetzt der „Snack" zwischendurch die häuslichen Mahlzeiten? Wie erwähnt, ist aus Konsumstudien (z. B. KVA 2004; Barlovic 1999a, 2001) einerseits bekannt, dass sich der jugendliche Einkauf von Lebensmitteln überwiegend auf jugendtypische Produktbereiche wie Süßigkeiten und Fast Food eingrenzt − und das vorwiegend im außerhäuslichen Bereich des „Snackens". Daten zu den Zwischenmahlzeiten (vgl. Kapitel 3.2), Konsumstudien und erste Beobachtungen deuten anderseits daraufhin, dass Jugendliche hauptsächlich zu Hause essen. Aus den Ergebnissen der soziologischen Jugendforschung[159] kann abgeleitet werden, dass in der Peergroup gemeinsames Erleben und In-Szene-setzen der eigenen Person (Selbstinszenierung), um die Anerkennung der anderen zu erlangen, entwicklungsbedingt von großer Wichtigkeit sind. Zusammensein mit anderen dient nicht in erster Linie der Entspannung, sondern der Anerkennung und Integration in der Peergroup. Essen ordnet sich vermutlich den für die Jugendphase typischen Prioritäten unter. Außerdem erfordert außerhäusliches Essen finanzielle Mittel, die beschränkt sind durch das verfügbare Taschengeld und der Bereitschaft, Geld für Essen auszugeben.

Zusammenfassende Folgerungen

Nach den hier dargestellten Überlegungen findet die zentrale Essensversorgung im Kontext Familie (Kapitel 3 und 4.2) statt. Die Rolle der Jugendlichen im häuslichen Lebensbereich der Familie erlaubt ihnen, sich zu Hause zu erholen und zu entspannen. Anders als im Zusammensein mit der Peergroup müssen sich Jugendliche in der Familie nicht mehr verorten. Der häusliche Lebensbereich der Familie stellt damit einen Gegenpol zur außerhäuslichen Welt der Peergroup dar.

Andererseits findet ein Ablösungsprozess statt. Damit ist die häusliche Situation mehr durch Abgrenzung und Rückzug geprägt, die den Jugendlichen i. d. R. auch von den Eltern und anderen Familienangehörigen zugestanden wird. Bei gleichzeitiger Versorgtheit entstehen dadurch Freiräume, die Jugendliche nutzen können, um sich auch von ihrem

[159] Vgl. dazu z. B. Baacke 1994, Ferchhoff, Neubauer 1997, Hurrelmann 1994, Jugend 2000 (13. Shell Jugendstudie), Mansel & Klocke 1996.

außerhäuslichen Leben[160] zu erholen. So kann angenommen werden, dass häusliche und außerhäusliche Funktionen sich ergänzen und kompensatorisch wirken.

Zusammenfassend kann für die Funktionen des Essens im häuslichen Lebensbereich folgende Hypothese aufgestellt werden: Essen in der Familie dient hauptsächlich der Versorgung, dem Rückzug und der Regeneration. In Abgrenzung zu den vorrangigen Funktionen des häuslichen Essens wird folgende Hypothese für den außerhäuslichen Lebensbereich der Peergroup aufgestellt: Essen findet im Zusammensein mit Peergroup nebenbei statt. Essen ordnet sich dabei dem Erlebnis, Spaß und der Selbstinszenierung unter. Folgt man diesen Hypothesen, dann hat Essen in den Lebensbereichen der Familie und der Peergroup unterschiedliche Funktionen. Dabei ist familiale Versorgung ebenso notwendige Ergänzung zum „Nebenbei-Essen" bzw. „Snacken" mit der Peergroup wie Rückzug und Erholung zum Erlebnis, Spaß und Inszenierung. Häusliche und außerhäusliche Funktionen ergänzen sich und wirken kompensatorisch. Am Beispiel der im nachfolgenden Kapitel 5 diskutierten Figurmodellierung und den damit zusammenhängenden Dilemmasituationen kann eine Funktionsteilung zwischen häuslichem und außerhäuslichem Lebensbereich eine mögliche Lösung sein.

Die Frage, ob Fast Food mit Jugendesskultur gleichzusetzen sei, soll in diesem Zusammenhang nochmals aufgegriffen werden. Stimmen die Vorurteile vieler Erwachsener, dann ernähren sich Jugendliche hauptsächlich von Fast Food, besonders von „Big Mac" und „Doppel-Whopper". Zum Fast Food gehören weitere Produkte wie Döner, Minipizza etc. Auch dieses Essen wird als jugendtypisch betrachtet. Ins Schwanken geraten die meisten, wenn sie an den letzten Besuch an der Würstchenstand oder Pommes-Bude[161] − ein Fast-Food-Restaurant der ersten Generation − denken, denn dort sind kaum Jugendliche anzutreffen, bestenfalls in Begleitung von Eltern. Jugendliche bevorzugen ausgewählte Fast-Food-Restaurants wie McDonald's oder Döner-Imbiss im Zusammensein mit der Peergroup. Wird Fast Food im Zusammenhang mit den aufgestellten Hypothesen zur Bedeutung des außerhäuslichen Essens diskutiert, so zeigt sich, dass die Fast-Food-Kultur lediglich ein Bestandteil jugendlicher Esskultur ist. Sie hat jugendspezifische Bedeutungen im Kontext Peergroup und ist nicht gleichzusetzen mit jugendlichem Ernährungsverhalten insgesamt.

Ein Vergleich von McDonald's (und vergleichbaren Fast-Food-Restaurants) und Döner-Imbiss zeigt unterschiedliche Esssituationen. Döner und vergleichbare Gerichte (Schawarma, Falafel etc.) werden überwiegend im Stehen oder Gehen verzehrt, während in den anderen, amerikanisch geprägten Fast-Food-Restaurants wie McDonald's meist am

[160] Aus Gesprächen mit einem Mädchen, 17 Jahre: „Es ist ja **so** anstrengend, cool zu sein!"

[161] Fast Food ist nach den dazu gemachten Beobachungen Moden unterworfen. Beispielsweise sind „Big Pommes" neuerdings wieder sehr beliebt.

Tisch gegessen wird. Beobachtbar ist auch, dass in diesen Fast-Food-Restaurants nur etwas getrunken wird oder jemand dabeisitzt. Daraus resultieren unterschiedliche Funktionen für den Jugendalltag. Beispielsweise eignen sich Fast-Food-Restaurants wie McDonald's als Treffpunkt eher als ein Döner-Imbiss. Darauf weist auch die bereits erwähnten Befragung von Heidelberger Studentinnen[162] hin. Die aufgestellten Hypothesen lassen unterschiedliche Bedeutungen des Essens im Kontext Peergroup und Familie vermuten. Mögliche Bedeutungen des Essens müssten sich folglich hinsichtlich ihres Stellenwerts und ihrer Wichtigkeit entsprechend unterscheiden. Die Frage, ob sich jugendtypische Bedeutungsmuster für die Kontexte Peergroup und Familie feststellen lassen, soll in der hier vorliegenden Jugendesskulturstudie[163] explorativ erforscht werden.

[162] Im Rahmen einer Seminararbeit an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg im Wintersemester 2000/01 zum Thema Jugend und Ernährung.

[163] Vgl. dazu die Fragen B-1 bis B-6 der empirischen Untersuchung (Fragebogen im Anhang).

5 Bedeutung des Körpers für jugendliche Esskultur

5.1 Soziokulturelle Standards heutiger Körperideale

5.1.1 Vorbemerkungen

Es gibt in jeder Gesellschaft allgemein akzeptierte kulturelle Standards hinsichtlich des gültigen Schönheitsideals, unabhängig von individuellen Vorlieben. Jugendliche beobachten aufmerksam ihren sich rasch verändernden Körper. Der eigene Körper erscheint ihnen fremd; sie müssen lernen, ihn zu „bewohnen" (Fend 2000, S. 22), „ihn als zu einem selbst gehörig zu empfinden" (Fend 1994, S. 22). So beginnen bereits Kinder ab dem 8. Lebensjahr, sich an einem „Körper-Idealbild" zu orientieren (Kupfer et al. 1992, S. 158f.; Dauschek & Redler 1994, S. 108). Ideale stellen Vergleichsnormen für Jugendliche dar. Heutige Körperideale entstammen aus einer Erwachsenenwelt, die nachhaltig durch Medien beeinflusst ist. Sie sind omnipräsent und setzen Standards, denen sich in unserer Medienwelt niemand gänzlich entziehen kann. Es sind damit vorzugsweise perfekte, irreale Körperbilder, an denen sich Jugendliche orientieren. Professionelle Bilder − und das bedeutet überwiegend nachgebesserte, „geschönte" Bilder[164] − ersetzen häufig Realität. Selbst in Schulbüchern werden unverfälschte Darstellungen durch retuschierte Bilder bzw. Skizzen verdrängt. Zum Beispiel ersetzen schematische Zeichnungen bzw. retuschierte Bilder (häufig in Badekleidung) realistische Bilder von nackten Jungen und Mädchen. Reale Personen können als ergänzende Vergleichsmöglichkeiten helfen, mit den natürlichen Unzulänglichkeiten umzugehen; dennoch messen Jugendliche ihre eigene Attraktivität auch an bestehenden Idealvorstellungen durch sehr intensive Selbstbeobachtung und durch Feedback ihrer sozialen Umwelt (Fend 1994, S. 136). Beides führt zur einer mehr oder weniger positiven Selbsteinschätzung, die ebenso wie Vorerfahrungen aus den Kinderjahren (ebd.) die Akzeptanz des eigenen Körpers mitbestimmen.

5.1.2 Vorstellungen zur Idealfigur

Pudel et al. hat für den Ernährungsbericht 1992 eine repräsentative Erhebung zu den Idealvorstellungen sowohl bezüglich des Körpergewichts als auch der Körperform jeweils bei Frauen und Männern durchgeführt. Dazu wurden 2000 Personen ab 14 Jahre aus den alten Bundesländern befragt. Zur Ermittlung der attraktivsten Körperform dienten jeweils zwölf weibliche und männliche Silhouetten (vgl. Abbildungen 2 und 3). Jugendlich-sportlich und

[164] Häufig produzieren Bilder perfekte Ideale einer künstlichen Welt. Dargestellte *Bodies* sind ein künstliches Resultat von individueller Disziplin (der Modelle), Manipulation und Nachbearbeitung in den Bildmedien − und daher in der Alltagsrealität vom Einzelnen unerreichbar. So sind tausende „Shoots" von immer jüngeren, vermutlich meist essgestörten und durchgestylten Modellen Ausgangsmaterial zur Schaffung von perfekten Darstellungen, die durch technische Bildbearbeitungen wie sie die Computerbearbeitung ermöglicht, perfektioniert werden. Das Ergebnis ist ästhetisiert, stilisiert, künstlich.

superschlank, jedoch nicht dünn, sind die Attribute des in den 1990er Jahren eindeutig bevorzugten Idealbildes. Weiter werden extrem „weibliche" bzw. extrem „männliche" Formen[165] favorisiert. Die Auswertung ergibt, dass gerade jüngere Altersgruppen zu extremen Attraktivitätsvorstellungen neigen (Pudel et al. 1992, S. 201). In einer Untersuchung zu jugendlichen Medienerfahrungen wurde festgestellt, dass „die Suche nach Bildern des Männlichen und Weiblichen" einer von zwei präferierten Themenbereichen ist, der die Auswahl von Filmen leitet (Barthelmes & Sander 2000, S. 20). Mediale Bilder, die zu stereotypen Überzeichnungen neigen, beeinflussen jugendliche Vorstellungen (s. o.) und sind damit eine mögliche Erklärung dieser alterstypischen Vorstellungen.

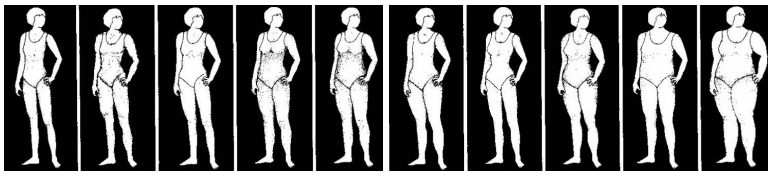


Abbildung 2 Weibliche Figur-Typen von links nach rechts: „*Twiggy-Typ", muskulöse „Body Builderin", sportlich-androgyne Typ, „statistische Normalfrau", „normal mit Bauch", „Birnentyp", „Wespentaillentyp", vollschlanker Typ, Typ „dicker Oberkörper, dünne Beine" und adipöse Typ* (Silhouetten und Bezeichnung verändert übernommen aus DGE 1992, S. 190).

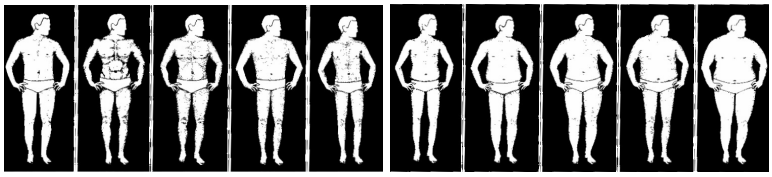


Abbildung 3 Männliche Figur-Typen von links nach rechts: „*statistischer Normalmann", extrem muskulöser „Body Builder", mäßig muskulöser, sportlicher Typ, kaum muskulöse, übertriebene Y-Form, dünne Typ, dünner Typ mit Bauchansatz, „normaler" Typ mit Bauchansatz, „Birnentyp", Typ „dicker Oberkörper, dünne Beine" und adipöser Typ* (Silhouetten und Bezeichnung verändert übernommen aus DGE 1992, S. 192).

Bei den weiblichen Figurtypen werden sowohl von Frauen als auch Männern die *sportlich-androgyne*[166] Figurform (über 30 %) und der *Wespentaillentypus* (über 20 %) bevorzugt. Der (sportlich-)androgyne Typ entspricht den Modell-Standards in den 1990er Jahren. Modische Details wie Schulterpolster verstärken die Y-Figur. Die als *normal* bezeichnete Frauenfigur (Pudel et al. 1992, S. 196f.), erreicht bei den Frauen 12,1 % und bei den Männern 14 %

[165] Mit „weiblich" und „männlich" sind hier Körperformen gemeint, die als geschlechtstypisch gelten (vereinfacht bei Frauen: Verhältnis von Brust, Taille und Hüfte; bei Männern: breite Schultern, schmale Hüften).

[166] Figurtypbezeichnungen der DGE-Umfrage von 1992 werden für das Fragebogendesign (Jugendesskulturstudie 2001) übernommen und in kursiver Schrift dargestellt.

Zustimmung. Figurtypen wie *normal mit Bauch*, *vollschlank*, *oben dick und unten dünn* etc. finden nur sehr wenige attraktiv (a. a. O., S. 194ff.).

Bei den Gewichtsdimensionen wählen Frauen wie Männer für beide Geschlechter eindeutig die *sehr schlanken* Silhouetten (a. a. O., S. 196ff. und 199ff.). Für die weibliche Bevölkerung wirkt sich der Wunsch nach extremer Schlankheit auf die Beurteilung des eigenen Gewichtes aus: „Obwohl nur rund 27 % der befragten Frauen nach eigenen Angaben tatsächlich übergewichtig sind, stufen knapp 46 % ihr Ist-Gewicht in den übergewichtigen Gewichtsklassen ein. Weiter findet nur rund die Hälfte (55 %) der weiblichen Befragten ihr Gewicht ‚richtig' und ca. 38 % stufen sich als ‚zu dick' ein." (a. a. O., S. 202). Die Selbstwahrnehmung der Frauen unterscheidet sich von den gemessenen Gewichtswerten.

Die Datenerhebung der DGE liegt über ein Jahrzehnt zurück und bezieht sich auf die „erwachsene" Bevölkerung ab 14 Jahre. Die weiblichen Modelle sind heute vergleichsweise noch dünner. Die gängige Mode bevorzugt Kleidung, die den Körper betont und teilweise unbedeckt lässt; die im Zeitraum der DGE-Studie gefragte modische Verbreiterung der Schultern, z. B. durch Schulterpolster ist dagegen heutzutage weniger aktuell. Spezifische Daten für pubertäre Jugendliche liegen nicht vor.

Interessanterweise überschätzen sowohl Frauen als auch Männer die Beliebtheit der *Body-Builder-Figur*, so nimmt etwa jeder zweite junge Mann an, dass Frauen und Männer einen extrem muskulösen Männerkörper am attraktivsten finden (Pudel et al. 1992, S. 198). Die in den 1990er Jahren aus dem Boden schießenden Fitness- und Krafttraining-Studios belegen die Auswirkungen solcher Vorstellungen. Dieses Männer(leit-)bild scheint allerdings im Umbruch. Deutlich anders als bei den Frauenidealen tritt bei den Männern eine Typenvielfalt[167] auf. Einerseits spiegelt sich Individualisierung und Pluralisierung in der Gesellschaft wider, andererseits mag es auch als Zeichen einer gesellschaftlichen Verunsicherung über das Männer(selbst)bild gedeutet werden. Eine vertiefende Diskussion kann hier nicht geführt werden. Die Befürchtung der DGE, dass die Unzufriedenheit mit dem eigenen Gewicht aufgrund des gesellschaftlichen Drucks zunimmt, bestätigt sich (vgl. Anderson et al. 2001; Westenhöfer 2002). So steigt die Zahl der essgestörten Männer kontinuierlich an[168] (Schek 2002).

[167] Ein Blick in die verschiedenen Mode- und Fitnesszeitschriften verdeutlicht, dass sich neben dem extrem muskulösen „Schwarzenegger-Typus" eine schmalbrüstige, knabenhafte „Leonardo Di Caprio-Fraktion", eine sportlich schlanke „Joop-Fraktion" und „Armani"- und „Versace-Typen" stellen.

[168] Essgestörte Männer unterscheiden sich von essgestörten Frauen nur wenig im Essverhalten, aber es gibt erhebliche Unterschiede im Körpererleben und in der Persönlichkeitsstruktur. Interessant ist auch ein späterer Krankheitsbeginn bei Männern (Grabhorn et al. 2003, S. 15f.). Zu den gefährdeten Männern zählen insbesondere diejenigen, die beruflich auf ihre Figur achten müssen oder achten zu müssen glauben − etwa Tänzer und Leistungssportler (z. B. Skispringer).

Zusammenfassend ist festzustellen:

- Männer bevorzugen eher Frauen mit typischen „weiblichen" Körpern, Frauen bevorzugen sportliche bis muskulöse Männerfiguren.
- Unabhängig vom favorisierten Figurtyp hält der Trend zur extremen Schlankheit bei jungen Mädchen an.
- Der Wunsch nach fettfreiem und gleichzeitig muskulösem Körper erfasst zunehmend die männlichen Jugendlichen.
- Pubertierende Jugendliche neigen zu extrem „weiblichen" bzw. „männlichen" Idealvorstellungen bezüglich des anderen und des eigenen Geschlechtes.
- Aufgrund der von Medien favorisierten Idealvorstellungen wächst die Diskrepanz zwischen Idealvorstellungen und eigenem (empfundenen) Körperbild.

5.1.3 Gewichtsstatus und gesellschaftliche Distinktion

„Geschmäcker" sind nicht nur hinsichtlich des Essens unterschiedlich, sondern auch bezüglich des bevorzugten Körperbildes. „Geschmack klassifiziert" (Bourdieu 1999, S. 25) und ist daher ein Mittel zur Positionierung in der Gesellschaft. Hier findet ein Wechselspiel zwischen Individuum und Gesellschaft statt, d. h. Geschmack ist stets auch gesellschaftlich determiniert (a. a. O., S. 104). Bourdieu (a. a. O., S. 305f.) führt aus: „Der Geschmack für bestimmte Speisen und Getränke hängt im weiteren sowohl ab vom Körperbild, das innerhalb einer sozialen Klasse herrscht, und von der Vorstellung über die Folgen einer bestimmten Nahrung für den Körper, das heißt auf dessen Kraft, Gesundheit und Schönheit, als auch von den jeweiligen Kategorien zur Beurteilung dieser Wirkungen." Aufgrund klassen- bzw. schichtspezifisch unterschiedlicher Kategoriensysteme erstellt Bourdieu dazugehörige Rangstufen: So sind es die unteren Schichten bzw. Klassen, „denen mehr an der Kraft des (männlichen) Körpers gelegen ist als an dessen Gestalt und Aussehen". In Folge werden nahrhafte, billige Lebensmittel bevorzugt im Gegensatz zu den „leichten" und energiearmen Lebensmitteln, die als gesundheitsfördernd und geschmackvoll bei den Angehörigen der freien Berufe gelten (ebd.).

Prahl und Setzwein (1999) konstatieren auf der Grundlage aktuellerer Verbrauchsstatistiken – d. h. mehr als zwanzig Jahre nach Bourdieus Erhebung –, dass Ernährungsverhalten und Sozialstatus korrelieren: Sie fassen zusammen, „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." (Prahl & Setzwein 1999, S. 68). Darüber hinaus ist das Ernährungsverhalten der oberen

sozialen Lagen eher von einer Vielfalt und einer höheren Affinität zu Diätprodukten und Modeprodukten gekennzeichnet, während sozial Schwächere Kartoffeln, Butter, Zucker Weißbrot bevorzugen (ebd.). Grundsätzlich gilt: „Die gesellschaftliche Definition der jeweils angemessenen Speisen und Getränke setzt sich nicht allein durch die quasi bewußte Vorstellung von der verbindlichen äußeren Gestaltung des wahrgenommenen Körpers und zumal seiner Dickleibigkeit oder Schlankheit als Norm durch; vielmehr liegt der Wahl einer bestimmten Nahrung das gesamte Körperschema, nicht zuletzt die spezifische Haltung beim Essen selbst zugrunde." (Bourdieu 1999, S. 307).

Nach Bourdieus Verständnis von *Habitus* ist der Körper „... nicht nur Träger, sondern auch Produzent von Zeichen, die in ihrem sichtbar-stofflichen Moment durch die Beziehung zum Körper geprägt sind" (Bourdieu 1999, S. 310). Essverhalten, körperliches Training, Körperpflege, Umgang mit Rauschmitteln und inzwischen auch schönheitschirurgische Eingriffe bestimmen nachhaltig das Aussehen. Kleidung, Frisur und dekorative Kosmetik sind Mittel der kurzfristigen Gestaltung und Manipulation. Im Zusammenspiel mit Gestik, Mimik und Auftreten ergibt sich ein Mosaik von Symbolen, die gesellschaftlich (bewusst und unbewusst) distinguieren. Kultur, Familie, soziales Milieu und Umwelt (wie Medien) prägen in diffiziler Weise die Geschmacksbildung des Individuums. Gewählte Präferenzen in fast allen Lebensbereichen (Essen, Wohnen, Musik etc.) symbolisieren letztendlich Lebensstile und Milieuzugehörigkeit.

Folgt man Bourdieu, dienen neben praktiziertem Essverhalten, Körper und Vorstellungen zu bevorzugten Körperformen als weitere Distinktionsmittel. Nach wie vor besteht eine positive Korrelation zwischen Übergewicht und niedrigem Bildungsstand[169] (z. B. Diehl 1999; DGE 2001). Allerdings entspricht die reale Körperform nicht zwangsläufig der Idealvorstellung; so bevorzugen Personen in sozial schwächeren Lagen durchaus auch schlanke Körperformen. Daher trifft man hinsichtlich der präferierten Körperideale neben Bourdieus Distinktionskonzept immer wieder auf die These, dass Medien als gesellschaftliche Gleichmacher (z. B. Diehl 1999) fungieren. Medien und Markt sind seit Bourdieus Untersuchung in den späten 1970er Jahren mehr und mehr in die Alltagswelt eingedrungen. Die in den Medien verbreiteten Bilder sind nahezu omnipräsent. So stellt Diehl in seiner Befragung von 11- bis 16-Jährigen nach ihren ernährungs- und gewichtsbezogenen Einstellungen und Verhaltensweisen fest, dass diese „praktisch unabhängig" von der

[169] DGE-Daten weisen generelle Korrelation zwischen sozialer Schicht (Indikatoren sind Ausbildung, Einkommen des Familienvorstandes) und Gewichtsstatus für Erwachsene nach. Für Kinder und Jugendliche gilt lediglich eine etwas geringere Prävalenz von Übergewicht in höheren sozialen Schichten (DGE 2000a, S. 129).

Daten der Iglo-Forum-Studie '95 zeigen Einfluss des Gewichtsstatus der Eltern auf Gewichtsstatus und Risikofaktoren bei den Kindern (Iglo-Forum-Studie '95, S. 23). Ebenso Diehl 1999; Danielzik 2003, S. 16ff. und S. 93ff.; Kolip 2004, S. 235 (s. o.).

Vgl. auch Buddeberg-Fischer 2003, S. 152f.; Wittenberg 1999, S. 44ff.

Sozialschicht sind (a. a. O., S. 168f.). Diehl ist nicht weiter überrascht, da „... die in der Gesellschaft und ihren Medien vorherrschenden Figur-Modelle schon seit langem für alle Kinder die gleichen sind." (a. a. O., S. 169).

Die zunehmende Verbreitung und Bedeutung von Massenmedien bieten zwar Erklärungsansätze für die weit verbreitete Favorisierung von Schlankheit. Durch die Medialisierung werden heute Geschmacksvorstellungen relativ schnell in vielen Bevölkerungsschichten transportiert, mit denen allerdings milieuspezifisch unterschiedlich umgegangen wird. Vester et al. (2001), die drei gesellschaftliche Stufen unterscheiden, sehen hier jedoch Ambivalenzen. Wohl wird versucht, „durch die Anlehnung an höhere Milieus soziale Anerkennung zu gewinnen" (Vester et al. 2001, S. 28; vgl. auch Simmel 1986), auf der anderen Seite werden distinguierende Eigenschaften aus unteren Milieus positiv gewertet, z. B. in der Sportwelt körperliche Kraft (vgl. Vester et al. 2001, S. 28). Ähnliches ist in der Werbewelt beobachtbar. Das Männerideal veränderte sich vom „Bonvivant zum Ironman" (Zahlmann 2000, S. 245f.). Bevorzugt wird in den 1990er Jahren ein „nackter Mann", der den Stellenwert des Werbelogos einnimmt und als bloßes Symbol zum Ort „freier Zuschreibbarkeit" für eine Vielzahl immaterieller Werte wird (a. a. O., S. 278). Damit entstehen Projektionsflächen für mögliche Identitätskonzepte, die verschiedene Lebensstile aus unterschiedlichen Milieus zulassen.

Bourdieus Unterscheidung zwischen „Notwendigkeits-" und „Luxusgeschmack" kann heute geltende Schönheitsideale nicht ausreichend erklären, wohl aber bestehende Differenzen verschiedener Milieus und kulturelle Unterschiede. So lässt sich beispielsweise die allgemeine Idealvorstellung von extremer Schlankheit nicht einfach durch die fehlende Notwendigkeit eines fülligen Körpers ableiten. Denn „schlank sein" ist heute in fast allen sozialen Lagen positiv assoziiert, obwohl in einigen Berufsbereichen nach wie vor durchaus körperliche Kraft (und Ausdauer) gefordert ist. Hier ist Simmels Erklärungsansatz immer noch aktuell. Menschen orientieren sich an Vorstellungen gesellschaftlich „höher stehenden Schichten", so dass allgemein von einem „Trickle-Down-Effekt" gesprochen wird (Simmel 1986, S. 176ff.). Schlankheit, noch von Bourdieu in den 1970er Jahren als Distinktionsmerkmal der „oberen Schichten" beschrieben, ist (nicht erst) heute allgemeines Ideal, allerdings mit milieuspezifischen und kulturellen Brechungen. Bereits vor über zwanzig Jahren galt eine generelle Präferenz für Schlanksein (Pudel et al. 1992, S. 196f. und S. 199f.). Gleichzeitig werden verschiedene Figurtypen bevorzugt (a. a. O., S. 189ff.). Folgt man Bourdieu, könnte das als Hinweis auf milieudifferente Brechungen und Konnotationen gewertet werden. Daten zur sozialen Lage wurden in der DGE-Studie 1992 jedoch nicht erhoben.

Zusammenfassend kann in Anlehnung an Bourdieu auch heute angenommen werden, dass sowohl Essverhalten als auch Körper distinguieren. Essverhalten beeinflusst wie auch andere Lebensstil determinierenden Verhaltensweisen (langfristig) das körperliche Aussehen. Daraus wird hier eine doppelte Distinktionsfunktion des Essens abgeleitet. Trotz des Einflusses der Medien, die gleiche Figurvorstellungen in allen sozialen Schichten fördern, werden hier milieudifferente Vorstellungen bezüglich präferierter Körperideale angenommen. Dazu soll im empirischen Teil untersucht werden, welche „Traumfigur" Jugendliche heute präferieren[170].

Weiter liegen allen Überlegungen zu den Idealvorstellungen der Körperfigur auch Vorstellungen zum Umgang mit dem Körper zugrunde; dabei wird ein Zusammenhang zwischen Körperumgang, Idealvorstellung und Körperfigur gesehen. Im nachfolgenden Kapitel wird daher zunächst der Körperbegriff geklärt und der Körperumgang heute skizziert.

5.2 Körperumgang heute

5.2.1 „Bodyculture" − Begriff einer neuen Körperkultur

Der *Körperbegriff* wird unterschiedlich gebraucht. Aus Sicht der Naturwissenschaften stehen die physiologischen Funktionen im Vordergrund, während die philosophisch-religiöse Perspektive auf die Abhängigkeit des Menschen vom Körper gerichtet ist. Der Geist-Körper-Dualismus ist dafür eine mögliche Betrachtungsperspektive. Der Körper hat auch eine ästhetische Dimension, allerdings mit unterschiedlichem Stellenwert in den unterschiedlichen Bevölkerungsgruppen.

Der Körper wurde in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts „neu entdeckt"[171] und mutierte zum „Body". Wortschöpfungen wie *„Body-culture", „Body-styling", „Body-building", „Body-shaping", „Body-shop", „Body-check", „Body-painting"* etc. kommen heute häufig vor. Gesellschaftlicher Wandel impliziert auch den Wandel des Körperideals in Wechselbeziehung zur Mode. Der Begriff „Body" wurde durch die Medien, besonders in der Werbung, eingeführt und mit einer neuen Bedeutung von Körperkultur verknüpft. Dabei haben sich „[k]örperliche Gesundheit, Fitness und Jugendlichkeit ... zu einem gesellschaftlichen Imperativ entfaltet, der mit dem Status von Personen verbunden ist" (Setzwein 2004, S. 51). Umgangssprachlich ist „Body" ein Begriff, der die Präferenz für einen ästhetisierenden Umgang mit Körper signalisiert und Körper als einen vorzugsweise gestylten und damit präsentablen Teil des Selbst versteht. Begriffe, die diese Art des Körperumgangs implizieren, sind in der Werbe- und Medienwelt zu finden, meist als Anglizismen.

[170] Vgl. dazu die Fragen C-1 und C-2 in der empirischen Untersuchung (Fragebogen im Anhang).

[171] Das gilt auch für die Kultur- und Sozialwissenschaften. Vgl. auch Setzwein 2004, S. 49ff.

So wird hier Körperkultur als Oberbegriff, „Bodyculture" als eine Form von Körperkultur, die im Folgenden skizziert wird, verwendet. Um diese Konnotationen beizubehalten, werden Anglizismen für „Bodyculture"-typische Phänomene der in Deutschland üblichen Werbesprache benutzt, wohl wissend, dass dieses nicht dem allgemeinen Sprachgebrauch in den englischsprachigen Ländern entspricht. Die Ambivalenz zwischen „Body als Stylingprodukt" und „Body" als (realem) Körper wird dadurch zwar nicht aufgehoben, denn eine Aufspaltung zwischen „Body" und Körper ist naturgegeben unmöglich, wohl aber zeigen sich sprachlich unterschiedliche Konnotationen zwischen *Funktionseinheit Körper, Stylingeinheit Body* und *Erlebniseinheit Soul*. „Soul" bedeutet in diesem Kontext nicht Seele, sondern steht − wie „Body" − stellvertretend für eine Lebensrichtung, die gegenwartsbezogen nach Erlebnissen hungert.

Die Ästhetisierung des Alltags und im besonderen Maße die des Körpers wird heute von der Medien- und Konsumwelt vorangetrieben. Die Auseinandersetzung mit dem Körper ist allerdings vielschichtig. „Die Konsumgesellschaft hat die Stilisierung des Körpers als Marktlücke entdeckt und mit dem Attribut Gesundheit versehen. (...) Wo der Körper zum Gegenstand des Heils wird, resultiert entweder die verbissene Sucht nach unaufhörlicher Fitness oder ein ständiger Kampf gegen den Körper" (Faltermaier 1994, S. 12). Der Körper ist auch Objekt gesundheitsbezogenen Handelns. In der medizinisch ausgerichteten Prävention werden Risikofaktoren und daraus abgeleitete Maßnahmen zur Vermeidung von Krankheiten diskutiert. Strategien zur Gesundheitsstärkung werden partiell vom Markt aufgegriffen. So werden einer Vielzahl von Lebensmitteln und einzelnen Inhaltsstoffen schützende oder stärkende Eigenschaften für einzelne Teilbereiche des Körpers zugeschrieben und insbesondere als „Functional Food" vermarktet. Der Körper wird dabei gedanklich in Körperteile bzw. Funktionseinheiten unterteilt. In der sprachlichen Trennung kultiviert „Bodyculture" lediglich den „Body" und nicht den „Körper". Der „Body" wird zum „Stylingprodukt" in einer Welt, in der „nichts unmöglich"[172] ist.

Es ist also nicht allein die Amerikanisierung der Sprache, die an sich als schick gilt. Folgt man den in den Medien und inzwischen auch bei der Allgemeinheit bevorzugten Begriffen, dann hat in ästhetischer Hinsicht niemand mehr einen „Körper". „Körper" gilt ebenso wie Leib[173] (Bartsch & Methfessel 2000) als unästhetisch, also nicht vorzeigbar und z. T. schämenswert. Die mit „Körper" assoziierten Bilder und Begriffe, die für den Körperumgang wichtig sind, bleiben davon nicht unberührt. Diese eher einseitigen Assoziationen werden

[172] Werbeslogan von Toyota. Vgl. Fussnote 28 im Zusammenhang mit Kapitel 2.1.

RTL plant im Herbst 2004 eine Sendung „Alles ist möglich". In einer so genannten „Doku-Soap" unterziehen sich einige öffentlich Schönheitsoperationen (Berliner Zeitung vom 19.07.2004: „Absaugen und aufpolstern", S. 30.).

[173] Weiterführende Literatur zur Begriffbestimmung, z. B. Douglas (1991); Setzwein (2004).

auch durch den schulischen Gebrauch des Begriffes „Körper" begünstigt, so wird der Körper im Unterricht verstärkt als physiologische Funktionseinheit behandelt. Die Etablierung der Ernährungswissenschaft als naturwissenschaftliche Disziplin dokumentiert diese einseitige Ausrichtung. Emotionale, sinnliche Assoziationen bleiben in den meisten Fällen unberücksichtigt. „Body" wird dagegen mit „Feelings"[174], Erlebnissen, ästhetischem Genuss und Inszenierung in Verbindung gebracht. „Body" sollte hohen ästhetischen Maßstäben genügen: Er sollte schlank (fettfrei), fit und schön sein! „Body" ist das Stylingprodukt der eigenen Arbeit und Disziplin, die geschlechtsspezifisch[175] unterschiedlich ausgeprägt sind.

Der Anglizismus „Body" wird dann statt „Körper" verwendet, wenn semantisch „Bodyculture" als die heute in westlichen Industrienationen übliche Körperkultur gemeint ist. Im Wesentlichen ist ein „Body" in dem hier verwendeten Sinn durch drei Merkmale gekennzeichnet:

- „Body" ist ein „Stylingprodukt".
- „Body" steht im Dienst von „Soul", d. h. von „Feelings".
- „Body" ist ein inszenierter Teil der Persönlichkeit.

5.2.2 Attribute des heutigen Schönheitsideals

Ein Blick auf Einzelheiten des heute gängigen Schönheitsideals erscheint an dieser Stelle lohnenswert, da dessen Attribute damit assoziierte Wertvorstellungen stark tangiert, besonders auch das Verhältnis des Menschen zum Essen und zur Genussfähigkeit. Außerdem kann Essverhalten der Herstellung von Attraktivität und Gesundheit dienen. Schönheitsideale wandeln sich und hängen mit dem sozialhistorischen Kontext[176] zusammen. Vorstellungen von Schönheit[177] haben folglich auch Symbolcharakter und ihre Details spiegeln oftmals das gesellschaftliche Umfeld wider. In der nachfolgenden Aufstellung werden zusammenfassende Leitmotive für die heute geltenden Schönheitsvorstellungen abgeleitet, ohne einen Anspruch auf Vollständigkeit zu erheben.

---

[174] „Feelings" sind nicht gleichzusetzen mit Gefühl. Es geht um eine Inszenierung von Gefühls- und Erlebnisausdrücken, oftmals „eventhaft". Ebenso wie sämtliche Anglizismen rund um das Thema „Body" wird eine auf Darstellung und Äußerlichkeiten gerichtete Perspektive ausgewählt. Dabei steht „Body" im Dienst der „Feelings", denn „Body" ist sichtbarer Teil der Persönlichkeit, der „Feelings" visualisiert.

[175] So bleiben archaische Essstrukturen heute im Dienste einer „Bodyculture" erhalten. Beispielsweise bevorzugen Jungen und Männer „kraftspendende" Lebensmittel wie Fleisch (s. o.), Mädchen und Frauen essen weiterhin lieber fleischarme bzw. -freie Kost und kleinere Portionen. Statt dem Mann unterwirft sich die Frau von heute ihrem Körper; die mit dieser Kostform verbundenen Intentionen haben sich verändert.

[176] Sozialhistorische Bedeutungen von Schlankheit können im Rahmen der Arbeit nicht dargestellt werden. Zur Vertiefung eignet sich beispielsweise Klotter 1990.

[177] Schönheit ist ein Ausdruck von Harmonie in „Übereinstimmung von Schein und Wesen" (Schmidt (Begründer) 1991). Streben nach Schönheit gab es zu allen Zeiten, aber wurde früher als Privileg oder Geschenk Gottes angesehen. Dagegen wird aus der Machbarkeit heute ein Anspruch auf Schönheit abgeleitet.

„Body under control"

Ein künstlich geschaffener „Body" symbolisiert die Beherrschung der Natur, das Überwinden, zumindest aber die Kontrolle von Naturgesetzen. „Body under control" beinhaltet, dass Natur kontrolliert wird. Gleichzeitig ist das Image der Natürlichkeit des Körpers ein Wert an sich. Die dargestellte Natürlichkeit orientiert sich an ästhetischen Maßstäben, die einen hohen Perfektionsgrad implizieren und in der Natur die Ausnahme darstellen.

Schlankheit

Eine „Vorratshaltung" mit Hilfe der Fettreserven des Körpers ist heute in der westlichen Welt überflüssig geworden. In der Menschheitsgeschichte ist das ein Novum. Schlankheit war früher nur für wenige eine Option, für die meisten Folge unzureichender Ernährung. Dagegen ist Schlankheit heute ein unhinterfragtes Ziel vieler, das Willensstärke und Einsatz dokumentiert. Muskulöse Schlankheit steht für individuelle Leistung, Selbstbeherrschung, Modernität, Flexibilität, Dynamik etc. in einer Welt des Überflusses.

In den heutigen Alltagsvorstellungen ist Schönheit der Schlüssel zum Glück. Weibliche Schönheit wird mit Schlankheit gleichgesetzt, und Glück verkürzt sich auf den ökonomischen Erfolg. Erfolgreiche Männer sind mit Geld und Macht ausgestattet, und sollten sie auch nicht gut aussehen, so können sie es sich leisten, sich mit einer attraktiven, jugendlichen Frau zu schmücken − so ein gängiges Klischee, das allerdings von zunehmendem Druck auf Männer eingeholt wird. Auch Männer achten zunehmend auf ihre Figur (Essen & Trinken 1998, S. 67). Alltagserfahrungen[178] verstärken Vorstellungen, dass ein Zusammenhang zwischen Schlanksein und (ökonomischem) Erfolg besteht.

Es ist auf den ersten Blick ein Circulus vitiosus[179], in der Schönheit − meist verkürzt auf Schlankheit − Erfolg[180] bedeutet und gesellschaftliche Distinktionsfunktion übernimmt. Die Realität ist komplexer; Milieuzugehörigkeit offenbart sich nach Bourdieu über den gesamten Habitus[181]; Körperform wirkt im Zusammenspiel mit der Gesamterscheinung. Inwiefern diese These vor dem Hintergrund des Einflusses durch die Medien für den deutschen Raum heute so gilt, kann nicht mit den aufgeführten Daten (Vester et al. 2001) abschließend geklärt werden.

[178] Vgl. Der Tagesspiegel, 25.11. 2000 mit folgender Schlagzeile zu einer britischen Studie: „Dicke verdienen weniger". Vgl. auch Zusammenhang zwischen Übergewicht und sozialer Lage (s. o. ad: „Gewichtsstatus und gesellschaftliche Distinktion").

[179] Nietzsche schreibt bereits 1899: „Wonach sehnen wir uns beim Anblick der Schönheit? Danach, schön zu sein: wir wähnen, es müsse viel Glück damit verbunden sein."

[180] Erfolg durch Schönheit ist nicht auf Frauen begrenzt. Auch für Männer ist Schönheit ein Erfolgsförderndes Element, unabhängig davon, dass sich Vorstellungen zur männlichen und weiblichen Schönheit im Einzelnen natürlich unterscheiden.

[181] Der Habitus wird auch von den milieuspezifischen Schönheitsvorstellungen (Körperform, Kleidung etc.) beeinflusst.

Medien arbeiten mit standardisierten Körperidealformen, die typentsprechende Rollen zugeschrieben bekommen. „Dicke" sind eben entweder „lustig" und „komisch" oder „dümmlich" bis „tapsig". Rundum erfolgreiche Typen sind ästhetisierte und manipulierte Kunstformen, die der natürlich auftretenden Vielfalt von Körperformen meist widersprechen und damit für die Mehrheit unerreichbare Idealformen bleiben (müssen).

Jugendlichkeit

Jugendlichkeit wird ebenso wie Schlankheit derzeit in allen Altersgruppen angestrebt. Frauen und Männer wollen unabhängig vom Alter schlank sein wie junge Mädchen bzw. muskulös und fit wie junge Männer. Die Hoffnung auf ewige Jugend ist alt. Mit den steigenden Möglichkeiten, das Altern − nicht das Alter − hinauszuschieben, werden Zeichen sichtbaren Alterns gesellschaftlich missbilligt. Jugend als eine als „gesund" geltende Bevölkerungsgruppe steht für die „Blüte des Lebens", d. h. für volle Funktionsfähigkeit. Dieses ist in einer Leistungsgesellschaft sozial erwünscht und bringt individuell Erfolg. Der Druck auf den Einzelnen wächst, gegen das Altern (erfolgreich) anzukämpfen.

Dies kommt bezogen auf die Jugendlichen deren Enteignung gleich, denn der jugendliche Körper wird von älteren Altersgruppen als Ideal okkupiert. Zwar bleibt eine Annäherung an dieses Ideal Jugendlichen vorbehalten, weil nur sie beispielsweise über eine noch naiv unverdorbene Frische verfügen, die altersbedingt verloren geht. Dennoch versuchen Jugendliche einer „Enteignung des Jungseins" entgegen zu wirken, indem sie durch Extreme diese Idealvorstellungen − auch um den Preis des Hungerns und des langfristigen Risikos zum Übergewicht sowie gefährlichen Schönheitsoperationen – überhöhen.

Sexualisierung des Körpers

Körper werden zu sexualisierten Objekten, die als besonders werbewirksam gelten, wie der Slogan „sex sells" plakativ zum Ausdruck bringt. Geschönte, sexualisierte Bilder gehören zum visuellen Alltag in Mitteleuropa. Im Bereich der Körperlichkeit und Sexualität fielen zunehmend alle vorstellbaren Schamgrenzen weg. Der Darstellungsdrang vieler lässt jegliche Intimität vermissen. Durch einschlägige Talkshows findet diese Art von „Seelenstriptease" und „Perversität" auch Eingang in die Kinderzimmer. Medienwirksame Anomalitäten werden durch ihren Platz im Fernsehprogramm teilweise mit Normalität verwechselt. Sekundärerfahrungen treten an die Stelle des Entdeckens von „Geheimnissen", des selbstständigen Erkundens und Ausprobierens. Verstärkend tritt die zunehmende „Unsichtbarkeit" des realen Erlebens hinzu. Medienkritiker (z. B. Postman 1983) leiten

bereits in den frühen 1980er Jahren daraus die These ab, dass diese Entwicklung zum Verschwinden der Kindheit führe.

Androgynität

Die Zuordnung von weiblich und männlich wird schwieriger, da sich Kraft und Zartheit als Geschlechtsstereotypen auch zwischen den Geschlechtern vermischen. Dennoch tritt in einer sich als emanzipiert gebenden Welt Androgynität[182] besonders hervor. Der Eindruck einer androgynen Figur wird gerne durch die Art der Darstellungen z. B. Blickwinkel noch verstärkt. Obwohl zur Erreichung einer solchen Körpersilhouette den meisten Frauen vor allem die biologischen Voraussetzungen fehlen, ist dieser Typus eine der bevorzugten Traumfiguren von Frauen und Männern (Pudel et al. 1992). Damit wird in der Entwicklung vom Mädchen zur Frau ein Ziel vorgegeben, das wesentliche körperliche Seiten der Weiblichkeit (Fettpolster an Hüften, Bauch, Gesäß, Oberschenkeln) negiert (Buddeberg-Fischer 1997, S. 635). „Mit dem neuen Schönheitsideal hat sich auch der neue Frauenkörper verändert. Einerseits hat er sich den männlichen Körperformen und -normen angepasst. Er soll schlank und athletisch sein und signalisiert nichtreproduktive Sexualität sowie ökonomische und emotionale Unabhängigkeit. Anderseits spiegelt ein schlanker Frauenkörper mit seiner Zartheit, kindlichen Zerbrechlichkeit, Passivität, Schutzbedürftigkeit und Sanftmut traditionelle Weiblichkeit wider (...). Dies geschieht in einer Zeit, in der immer mehr Frauen in so genannte Männerdomänen eindringen.” (Stahr 1998, S. 103).

Die von mehr als einem Drittel der weiblichen Bevölkerung bevorzugte *androgyne* Figur als Weiblichkeitsideal deutet auf die ambivalente Frauenrolle in unserer Gesellschaft hin. Zartheit und Zerbrechlichkeit, die nach einem schützenden, starken Mann verlangt auf der einen Seite, männliche Formen, die beruflichen Erfolg und ökonomische Unabhängigkeit symbolisieren auf der anderen Seite. Erwachsene bevorzugen nach den DGE-Daten von 1992 sowohl *sportlich-androgyne* als auch sehr weibliche Frauentypen und muskulöse Männertypen − in jedem Fall aber schlank bis extrem schlanke Figuren. Zu den von Erwachsenen vorgegebenen Normen können sich Jugendliche unterschiedlich verhalten, anpassen oder abgrenzen und zu Trägerinnen und Träger des Wandels werden.

5.2.3 Körpersozialisation in den Familienhaushalten

Die primäre Körpersozialisation findet in den Familien statt. Dabei wirken Eltern als Sozialisationsagenten auf verschiedenen Ebenen. Eltern sind Vorbilder, die auch als

[182] „Androgyn, ach mein Gott, androgyn. Das müssen Sie sich vorstellen wie mit diesen Nimm-Zwei-Bonbons: Wickelst du's aus, ist doch nur eins drin.” Georgette Dee (Chansonette), 2002 im Jubiliäumsprogrammheft der Berliner „Bar Jeder Vernunft”, S. 9.

Konkurrenten oder als Verbündete agieren können. Eltern wirken als Vorbilder durch ihre real existierende Figur und ihre (Un-)zufriedenheit mit ihrer Figur. Die Beziehung der Eltern zu ihrem eigenen Körper und zur Körperlichkeit allgemein ist bedeutsam. Damit ist Körpersozialisation auch Teil der Ernährungserziehung, und zwar im Allgemeinen geschlechtsdifferent (Setzwein 2004, S. 244ff.) Selbstverantwortliche Ernährungsversorgung kann als ein Sozialisationsziel nicht unabhängig von Körperbildern diskutiert werden. „Hinführung zu einer gesünderen Ernährungsweise bei größtmöglicher Selbstständigkeit und Umsetzung innerhalb der Familie" − so lautet die Zielformulierung eines Konzeptes[183] zur stationären Rehabilitation von adipösen Kindern und Jugendlichen. Eine Einbindung der Ernährungs- und Körpersozialisation in Familie und deren Haushaltsstil ist notwendig.

Körper und Schönheitsideale stehen immer auch in Wechselwirkung mit Haushaltsrollen und Familie. Eltern werden in ihren Rollen als Mutter bzw. Vater, als Hausfrau/-mann, als Versorger/in, als Ehefrau/-mann und als Erwerbstätige/r etc. wahrgenommen. Entsprechend ihren Rollen finden sich generell „Standardtypen", die z. B. in der Werbewelt „verkörperlicht" werden. Beispielsweise hat eine Mutter die Fähigkeiten, ihre Familie zu verwöhnen, eine Ehefrau und Geliebte fürchtet um den Verlust ihrer Schönheit, die sie als ihr Kapital (Setzwein 2004, S. 248f.) empfindet, eine erwerbstätige Frau verdient eigenes Geld durch ihren Einsatz außer Haus. Wie sieht aber eine „Multirollenfrau" (Buddeberg-Fischer 1997, S. 633) aus, die sämtliche Rollen in einer Person vereint? Der gesellschaftliche Wandel führt zu Diskrepanzen zwischen Ansprüchen und Realität. In den Medien präferierte Schönheitsideale ignorieren häufig Haushaltsrollen und kreieren „Superfrauen". Zunehmende Realisierungsmöglichkeiten körperlicher Idealvorstellungen bringen Individuen in Dilemmasituationen. So sind Reinigungsarbeiten schlecht mit manikürten, lackierten und langen Fingernägeln zu vereinbaren.

In ihren Familien erleben Jugendliche, wie mit diesen Ansprüchen umgegangen wird. Umgang mit Körper und Rollenbild können dabei sehr unterschiedlich in Abhängigkeit von Lebensstil und sozioökonomischer Lage sein. Denn zunächst sind Menschen als Individuen in Haushalts- und Familienstrukturen eingebunden. Meier (2000, S. 58ff.) spricht deshalb von Haushaltsstilen anstelle von Lebensstilen und erweitert das Lebensstilkonzept bzw. Milieukonzept um die Komponente Haushalt. Körper ist für Sozialisation und Regeneration − zwei wesentliche Haushaltsaufgaben − Thema. Körperliche Voraussetzungen für haushälterische Alltagsarbeit und außerhäusliche Erwerbsarbeit werden im Haushalt über Ernährung, Stärkung und Pflege geschaffen. Für schulpflichtige Jugendliche bedeutet dieses beispielsweise auch, dass durch die Regeneration im Haushalt eine wichtige Voraussetzung

[183] Empfehlungen des Verbandes Deutscher Rentenversicherungsträger vom Februar 1998.

für das Lernen in der Schule geschaffen wird. Diskussionen um die Notwendigkeit, in sozialen Brennpunkten Schulfrühstück einzuführen, zeigen, wie schwierig dieses teilweise für Haushalte sein kann. Ziel der Daseinsvorsorge ist allerdings sowohl eine physische als auch eine psychische Regeneration. Die Verknüpfung von Körper und Psyche, die als Einheit fungieren und somit zur Gesundheit des Menschen beitragen, bewirkt Authentizität und Identität eines Menschen. Diese Vorstellung weicht vom Begriff „Body" entscheidend ab, denn Schönheitsnormen werden durch Medien definiert, ohne die Maßstäbe der Realität anzulegen. Trotzdem kann gerade in der Jugendphase eine körperbetonte Ästhetisierung verlockend sein, denn erstens hat Körperlichkeit entwicklungsbedingt für die Findung der (Geschlechts-)Identität zentrale Bedeutung und zweitens ist ein jugendlich-frischer Körper als Kapital der Jugend für Ältere unerreichbar. Die Suggestion, dass durch einen perfekten „Body" ein glückliches Leben erreichbar sei, kann außerdem bei der Bewältigung entwicklungsbedingter Ängste helfen. Um eine langfristig positive Einstellung zum eigenen Körper entwickeln zu können, sind weitere Modelle des Körperumgangs wie das der Eltern etc. hilfreich.

Elterlicher Umgang mit Schönheitsidealen zeigt sich in deren Haltung gegenüber dem eigenen Körper, dem ihres Kindes und dem anderer Personen. Eltern, zu denen Heranwachsende eine wichtige emotionale Beziehung (positiv und negativ) haben, beeinflussen die Wirkung der Bilder auf die Heranwachsenden aus den Medien durch ihre persönliche Einstellung nachhaltig. Beispielsweise können Eltern in den Medien präferierte Figurideale (indirekt) kommentieren. Dass dabei auch Eltern von den gängigen Schönheitsidealen nicht unbeeinflusst bleiben, zeigt sich z. B. darin, dass Eltern das Gewicht ihrer Kinder nicht immer realistisch einschätzen. So werden Töchter dicker wahrgenommen als Söhne (Graber & Brooks-Gunn 1999, S. 55). Die Attraktivität der Tochter für das andere Geschlecht scheint für Mütter und Väter unabhängig von den emanzipatorischen Vorstellungen nach wie vor eine herausgehobene Rolle zu spielen, so dass junge Mädchen doppelt unter Leistungsdruck stehen. Körpersozialisation findet auch über eine Reglementierung des Essverhalten geschlechtsspezifisch unterschiedlich statt (Setzwein 2004, S. 244ff.). So werden Jungen bei Mahlzeiten öfters dazu aufgefordert nachzunehmen als Mädchen (Diehl 1996, S. 54).

Individuelle Körpervorstellungen bestimmen auch individuelles Essverhalten und beeinflussen somit den Haushaltsalltag. Beispielsweise lassen Jugendliche gerne das Frühstück ausfallen (vgl. Kapitel 3), dieses wirkt sich auf den gemeinsamen Frühstücksalltag in den Familien aus. Wenn im Haushalt eine jugendliche Vegetarierin (nur wenige Jungen verzichten auf Fleisch) lebt, so wird sie nicht alle Speisen mitessen und andere Lebensmittel-

zubereitungen werden ausgewählt. An dieser Stelle wird deutlich − unabhängig wie in den Haushalten auf die veränderten Anforderungen reagiert wird –, dass Jugendliche als Akteure auch Haushalte verändern. In der Jugendzeit steht der Körper im Mittelpunkt des Interesses. Körpervorstellungen von Jugendlichen determinieren deren Essbedürfnisse, die in Familie und in Peergroup umgesetzt werden. Zum Beispiel haben Mädchen und Jungen bereits in der Pubertät unterschiedliche Bedarfe; und der von Medien geförderte und von den Jugendlichen präferierte Umgang mit dem Körper begünstigt eine Ernährung, die physische und psychosoziale Funktionen erfüllt und die für eine individuelle Körpergestaltung funktionalisiert wird. In den Haushalten treffen diese und weitere unterschiedliche Bedürfnisse, die durch Nahrung befriedigt werden sollen, zusammen und stellen neue Herausforderung an die Versorgung dar. Gleichzeitig ist von den Heranwachsenden ein selbstbestimmender Umgang mit Essen zu entwickeln, der einer ausgewogenen Ernährung dient. Diese zentrale Haushaltsaufgabe gewinnt vor dem Hintergrund des individuellen Essverhaltens an Wichtigkeit, stellt aber auch eine zusätzliche Herausforderung für die Sozialisationsinstanz Haushalt dar.

Eine weitere Haushaltsaufgabe der modernen Kernfamilie besteht in der „Platzierung der Nachkommen, die ihrerseits Kernfamilien bilden" können (Piorkowsky 2000, S. 19). Im Allgemeinen gilt das Äußere als förderlich für privaten und beruflichen Erfolg in unserer Gesellschaft. Entsprechend fühlen sich Eltern auch für das Aussehen ihrer Kinder verantwortlich, denn ein „vorzeigbares" Kind wird von der Umwelt als Erziehungserfolg honoriert. Zwar begegnen Eltern den Lebensvorstellungen ihrer Kinder heute meist mit großer Offenheit und unterstützen sie. Bei jungen Mädchen bezieht sich der Ehrgeiz der Eltern, besonders der Mütter, auch auf die berufliche Entwicklung. Auf der anderen Seite hat die Schönheit der Töchter trotz aller Offenheit einen hohen Stellenwert, und die Anforderungen an das Aussehen steigen. Elterliches Verhalten kann daher durchaus ambivalent sein. Beispielsweise werden sich Mütter in Bezug auf die eigene Person angesichts des Aufblühens der Tochter zur Frau ihrer eigenen Vergänglichkeit bewusst. Trotz ihres Ehrgeizes und Stolzes bezüglich der Tochter begeben sie sich gerne auch in Konkurrenz. Ein anderes Beispiel: Gerade Mütter fördern gerne berufliche Leistung und „innere Werte" ihrer Töchter. Gleichzeitig investieren sie in die „Schönheit"[184]. Ambivalente Gefühle der Konkurrenz des gleichgeschlechtlichen Elternteils werden in den wissenschaftlichen Disziplinen (z. B. Kolip 1995; Buddeberg-Fischer 1997) unterschiedlich diskutiert, können hier jedoch nicht vertieft werden. Ebenso wenig können in diesem Rahmen Aussagen über die Solidarisierung von

[184] Beobachtung auf einer Frauenmesse: Der Stand für die Rentenvorsorge für Frauen bleibt fast ohne Nachfrage, während der gegenüberliegende Stilberatung stark frequentiert wird.

Müttern und Töchtern getroffen werden, wie sie beispielsweise aus gemeinsam durchgeführten Diäten (gemeinsame Betroffenheit) abgeleitet werden könnte.

5.3 Körperliche Veränderungen in der Pubertät

5.3.1 Körperliche Entwicklung von Mädchen und Jungen

Die biologische Entwicklung vom Kind zum Erwachsenen lässt sich zeitlich eingrenzen, weicht hinsichtlich Beginn und Tempo im Einzelfall[185] auch ab (Grob & Jaschinski 2003, S. 36; vgl. auch Oerter & Dreher 2002, S. 280ff.). Sie dauert durchschnittlich etwa vier Jahre. Körperliche Veränderungen umfassen Wachstum, Gestaltwandel und Sexual- bzw. Geschlechtsreife. Größe, Gewicht und Proportionen verändern sich nicht gleichmäßig, sondern sind durch asynchrones Wachstum gekennzeichnet. Dieses führt zu den typischen „Pubeszentendisharmonien" (Remschmidt 1992, S. 30) wie „Babyspeck(reste)", lange Nasen etc. Der Gestaltwandel umfasst in erster Linie die Ausbildung der primären und sekundären Geschlechtsmerkmale, die mit dem Erreichen der Geschlechtsreife − biologisch gesehen − den erwachsenen Menschen ausmachen. Dieser biologische Reifungsprozess ist im Allgemeinen mit spätestens 20 Jahren abgeschlossen (Methfessel 1999d, S. 44ff.; vgl. auch Remschmidt 1992; Oerter & Dreher 2002, S. 276ff.).

Für das Aussehen sind Längenwachstum im Zusammenspiel mit dem Körpergewicht und die Veränderung der Proportionen interessant. Der den Beginn der Pubertät kennzeichnende Wachstumsschub mit jährlichem Größenzuwachs bei Jungen von bis zu 9,5 cm und bei Mädchen bis zu 8 cm, erfolgt bei Mädchen mit 8 bis 10 Jahren durchschnittlich zwei Jahre früher als bei Jungen (vgl. Oerter & Dreher 2002, S. 277f.). Im Resultat sind erwachsene Männer insgesamt circa 12 bis 13 cm länger als Frauen. Die Proportionen verändern sich geschlechtstypisch nach einem biologisch determinierten Entwicklungsplan, beginnend mit den Extremitäten (vgl. auch Remschmidt 1992). Für das figürliche Erscheinungsbild ist die geschlechtsdifferenzierende Entwicklung des Muskel- und Körperfettanteiles wichtig. Jungen erlangen bis zum Ende der Pubertätsphase etwa die dreifache Muskelmasse im Vergleich zum Fettgewebe (Grob & Jaschinski 2003, S. 34). Dieses hat zur Folge, dass Körperkraft bei Jungen stark ansteigt. Bei Mädchen bilden sich aufgrund einer nahezu gleichen Verteilung von Fettgewebe und Muskelmasse (ebd.) typische weibliche Rundungen, die in Abhängigkeit von ihren Ausprägungen dem gängigen Schlankheitsideal widersprechen können.

Ein Thema der Ernährungsbildung und -prävention (BzgA 1998, S. 117) ist die Vermeidung von Über- und Untergewicht mit dem Inhalt und Ziel der Prävention von

[185] So ist beispielsweise der Zeitpunkt des Auftretens der erste Menstruation für Mädchen durchaus von großer Bedeutung, unabhängig davon, ob es biologisch als „normal" gesehen wird. Das biologische Zeitintervall reicht von 8 bis 18 Jahre.

körperlichen Folgeerkrankungen. Für Betroffene selbst sind kurzfristige Beeinträchtigungen des physischen, psychischen und sozialen Wohlbefindens meist dringlicher als eine langfristige Gesundheitsprophylaxe. Störungen der psychosozialen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen, die durch die Stigmatisierung in einer Gesellschaft mit Schlankheitsdiktat verstärkt werden, sind daher ebenso bedeutsam.

5.3.2 Über- und Untergewicht im Jugendalter

Der Body Mass Index[186] ist ein inzwischen weltweit akzeptiertes Maß zur Abschätzung des Körperfettanteils[187] und wird in Screeninguntersuchungen bei Erwachsenen genutzt. Für Kinder und Jugendliche gilt der Body Mass Index nur begrenzt; zwar empfehlen die Childhood Group, der International Obesity Task Force (IOTF) und der European Childhood Obesity Group (ECOG), den Body Mass Index bei Screeninguntersuchungen und Verlaufsbeobachtungen heranzuziehen, aber zur individuellen Spezifikation von Über- bzw. Untergewicht sollten weitere Kriterien beachtet werden. In den nachfolgenden Darstellungen bleibt der Konstitutionstypus unberücksichtigt, da dies im Allgemeinen bei epidemiologischen Betrachtungen unüblich ist. Die fehlende Beachtung sagt nichts über dessen Bedeutung in diesem Zusammenhang aus.

„Da der BMI im Kindes- und Jugendalter entsprechend den physiologischen Änderungen der prozentualen Körperfettmasse von deutlichen alters- und geschlechtsspezifischen Besonderheiten beeinflusst wird, muss man bei seiner Beurteilung Alter und Geschlecht berücksichtigen." (DGE 2001a). Mit Hilfe von populationsspezifischen Referenzwerten, die alters- und geschlechtsspezifisch in Perzentilen dargestellt werden, findet die Einordnung des individuellen Body-Mass-Index-Wertes statt[188]. Es wird eine statistische Verteilung der Referenzwerte nach Alter und Geschlecht in der Population aufgestellt. Die Überschreitung des 90. Perzentils (etwa eine Standardabweichung) und des 97. Perzentils (etwa zwei Standardabweichungen) gelten als auffällig bzw. sehr auffällig. Mit 18 Jahren gelten die spezifischen Werte für Erwachsene. „Eine Adipositas liegt vor, wenn der Körperfettanteil an der Gesamtkörpermasse pathologisch erhöht ist." (DGE 2001a). Für Erwachsene[189] wird ein Body Mass Index größer 25 als Grenze zum Übergewicht und größer 30 als Grenze zur

[186] Body Mass Index = BMI = Körpergewicht in kg/Körpergröße^2 in Quadratmeter (m²).

[187] Die exakte Bestimmung des Körperfettanteils ist aufwändig und kostspielig. Die für den Body Mass Index notwendigen Daten, Körpergröße und Körpergewicht, sind leicht zu ermitteln. Da der Body Mass Index eine grobe Einschätzung des Körperfettanteils erlaubt, ist es weltweit üblich, diesen bei Screeninguntersuchungen einzusetzen (vgl. DGE 2001a).

[188] Weiterführende Literatur: Klotter (1990).

[189] Mit zunehmendem Alter werden höhere Werte für den Body Mass Index für das Normalgewicht angesetzt (Pudel et al. 1992).

Adipositas gesehen. Ein Body Mass Index kleiner 18 bei Erwachsenen wird als Grenze zum Untergewicht betrachtet.

Der Ernährungszustand wird üblicherweise zunächst anhand des Körpergewichtes eingeschätzt. Um Entwicklungen bezüglich des Gewichtszustandes zu erkennen, werden für den Ernährungsbericht 2000 die ermittelten Referenzwerte des Ernährungsberichtes 1984 für Jungen und Mädchen vergleichend herangezogen. Dieser Vergleich ergibt keinen nennenswerten Anstieg der Gesamtprävalenz von Übergewicht und Adipositas in Deutschland (DGE 2000). In Untergruppierungen kommt die DGE zu abweichenden Ergebnissen: „Die Prävalenz adipöser Mädchen zwischen 6 bis unter 10 Jahren hat von 3 auf 7 % zugenommen, ebenso bei Jungen von 5 auf 10 %. Untergewicht bei Mädchen über 13 Jahre verringerte sich von 17 auf 3 %, bei Jungen von 5 auf 3 %. Verwendet man hingegen die Klassifikationsgrenzen nach ROLLAND-CACHERA so ergibt sich ein Anstieg der Adipositashäufigkeit von 12 bis 14 % bei Jungen und Mädchen. Da jedoch das Größenwachstum weiter zugenommen hat (Akzeleration), stellt sich die Frage, ob diese Kinder wirklich als adipös einzustufen sind.” (DGE 2001a).

Die World Health Organization (WHO) stellte im Zusammenhang mit dem MONICA-Projekt[190] fest, dass knapp ein Drittel der Jugendlichen bereits übergewichtig sei (nach DGE 2001). Adipositas ist das derzeit am „rasantesten steigende” Gesundheitsrisiko, so dass die WHO von „Adipositasepidemie” spricht[191] (DGE 2001b). Ursachen für Übergewicht und Adipositas (nicht nur) im Jugendalter sind multifaktoriell. Die Zunahme von übergewichtigen und adipösen Menschen wird auch als Folge der in der Industriegesellschaft vorherrschenden „adipogener Umweltbedingungen” (Heseker 2005, S. 29) diskutiert. Hauptursachen sind erhöhte Energiezufuhr (u. a. durch den Wandel der Ernährungsgewohnheiten) und körperliche Inaktivität, meist in Kombination. Genetische Dispositionen spielen neben zahlreichen weiteren physiologischen und psychosozialen Einflussfaktoren (Logue 1995, S. 295ff.) eine wichtige Rolle. Letztlich ist die Ätiopathogenese jedoch in der Diskussion (Pudel & Westenhöfer 1991, S. 115).

Laut Ernährungsbericht 2000 (Pudel 2000, S. 118ff.) sind gesundheitsbezogene Einstellungen von Kindern zur Ernährung unabhängig von deren jeweiligen Gewichtsstatus. Aber die Prävalenzraten für Übergewicht und Adipositas sind für sozial benachteiligte Kinder deutlich erhöht (Kolip 2004, S. 235). Weiter besteht ein erhöhtes Adipositasrisiko für Kinder, deren Eltern übergewichtig sind, deren Eltern Hauptschulabgänger sind und für Kinder mit

[190] MONItoring trends and determinants in CArdiovascular disease (MONICA-Projekt)

[191] Die Prävalenzangaben sind je nach Literatur unterschiedlich. So liegen die Angaben für Adipositashäufigkeit bei deutschen Schulkindern zwischen 6,3 und 13 %, die für Übergewicht zwischen 17 und 30 % (Barnow et al. 2003, S. 8; vgl. auch Wirth 2004, S. A1746; BzgA 1998).

geringer körperlicher Aktivität. (Danielzik 2003, S. 16ff. und S. 93ff.). Der tägliche Fernsehkonsum korreliert signifikant positiv mit erhöhtem Körpergewicht (z. B. Pudel 2000, S. 129; Wirth 2004, A 1748; Heseker 2005). Hauptverantwortlich scheinen somit Bewegungsmangel und ungünstiges Essverhalten zu sein. Für 13 bis 16-Jährige konnte empirisch nachgewiesen werden, dass eine fernsehorientierte Freizeitgestaltung den Konsum von hochenergiehaltigen Produkten wie Süßigkeiten, Süßgetränken etc. fördert, während ernährungsphysiologisch günstigere Lebensmittel wie Obst, Gemüse etc. weniger häufig von jugendlichen Vielsehern gegessen werden (Gerhards & Rössel 2003a, S. 55). Nebenbei bemerkt ist interessant, dass eine positive Einstellung zur gesunderhaltenden Ernährung ebenfalls mit der Fernsehdauer korreliert (DGE 2004, S. 380).

Bereits in den 1980er Jahren stellte beispielsweise Logue einen Zusammenhang zwischen Fernsehkonsum bzw. auch Werbeeinfluss und Adipositas her (Logue 1995, S. 300). Neuere Studien (Pudel 2000, S.133ff.; Hastings et al. 2003, S. 13) weisen besonders auf verändertes Essverhalten der Kinder durch vermehrt konsumierte Werbung hin. Anders als Hastings et al. (2003, S. 13) schränkt Pudel (2000, S. 145) ein, dass andere Einflüsse − wie das Essensangebot zu Hause oder das Essverhalten von Freunden − eine noch stärkere Wirkung als die Werbespots an sich haben. Auch im Ernährungsbericht 2004 wird ein direkter Einfluss der Werbung auf ungünstiges Essverhalten weitaus vorsichtiger diskutiert. Das Zusammentreffen von ungünstigem Ernährungsverhalten und intensiver Fernsehnutzung bei Bevölkerungsgruppen mit niedriger formaler Bildung und geringerem Haushaltseinkommen korreliere zwar, müsse jedoch nicht kausal zusammenhängen (DGE 2004, S. 382).

5.3.3 Körper(un)zufriedenheit

Körper(un)zufriedenheit ist ein Faktor, der zunehmend im Zusammenhang mit Essen diskutiert wird, denn „Körper" − d. h. hier das Verhältnis zum Körper und der Umgang mit dem Körper − ist eine Determinante des Essverhaltens. „Der alltägliche Umgang mit dem Körper ist für die Entwicklungsphase Jugend ein zentrales Problem" (Engel & Hurrelmann 1998, S. 280) und die Mehrzahl aller Jugendlichen ist mit ihrem Körper unzufrieden (Anderson et al. 2001, S. 111ff.; Bongers 1995; Fend 1994, S. 164; Fend 2000; Pope et al. 2001, S. 235ff.; Roth 1998; Rosenblum & Lewis 1999). Die Zufriedenheit ist geschlechtsspezifisch unterschiedlich (Kolip 2004, S. 238).

So erleben Mädchen ihren sich zur Frau entwickelnden Körper eher als Bedrohung, da der entwicklungsbedingt relativ rasche Fettzuwachs bei den Mädchen ab dem 10. Lebensjahr (Grob & Jaschinski 2003, S. 35; vgl. auch Buddeberg-Fischer 1997) dem gängigen

Schönheitsideal widerspricht. Mädchen sind daher vergleichsweise unzufrieden mit ihrem Aussehen. Und ihre Unzufriedenheit steigt mit zunehmendem Alter (Rosenblum & Lewis 1999; Anderson et al. 2001[192]). Dabei spielt Körpergewicht besonders für Mädchen eine herausragende Rolle (Fend 1994, S. 171; vgl. auch Roth 1998, S. 214), teilweise empfinden sich Mädchen trotz bestehenden Untergewichts als zu dick (Kolip 1995, S. 105f.; vgl. auch Rathner & Waldherr 1997; Diehl 1996, S. 57; Oerter & Dreher 2002, S. 282; Kolip 2004, S. 238). Im Durchschnitt wären sie lieber 2 bis 3 kg leichter (Grob & Jaschinski 2003, S. 35).

Mädchen orientieren sich bevorzugt an „perfekten" Vorbildern, besonders aus den Medien (vgl. Fend 2000 und Abbildung 4), die sich nicht allein auf Gewichtsnormen reduzieren lassen und einen auf „Body" ausgerichteten Körperumgang implizieren.

„Wie grausam der Attraktivitäts-Standard sein kann, illustriert der folgende Text von zwei Mädchen:

»Wenn wir den Mann von Welt für uns gewinnen wollen, müssen wir ...

... die Zähne zusammenbeißen und radikal abnehmen,

... uns das Vergnügen am Essen verbieten,

... problemlos sein,

... zierliche Füße,

... wohlgeformte Waden,

... enthaarte Beine,

... straffe Schenkel,

... knackige Hintern,

... abgezirkeltes Dreieck,

... flachen Bauch,

... einen möglichst großen, festen, nicht hängenden, glatten Busen mit rosigen Brustwarzen,

... sauber rasierte Achseln,

... samtiges Dekolleté,

... langen Hals,

... kleine Ohren mit weichen Läppchen,

... kleine, zierliche Nase,

... große, ausdrucksvolle Augen,

... lange Wimpern,

... feine Augenbrauen,

... strahlend weiße Zähne,

... sinnlichen Mund,

... warme Stimme,

... glänzend, füllige Haare,

... einen erotisierenden Duft haben,

... kurz: nicht wir sein! «

Carlotta Baehr, 20 Jahre, Carola Meinecke, 18 Jahre". (Fend 1994, S. 128, Fussnote 21, Hervorhebungen im Original).

Abbildung 4 Schönheitsideal nach Studie von Fend 1984

[192] Anderson et al. stellen bei 75 % der befragten Mädchen fest, dass sie mit ihrem Körper unzufrieden sind, davon wollen 69 % abnehmen (Anderson et al. 2001, S. 110). Zum Vergleich: 50 % der Mädchen im Alter von 7 bis 16 Jahren finden sich zu dick oder viel zu dick (Westenhöfer 2002, S. 20).

Eine Abhängigkeit von der (realen oder eingebildeten) Differenz zwischen Körpererleben und angestrebtem Körperbild kann problematische Folgen für das Körperselbstbild haben (Roth 1998). So schämen sich dann auch Mädchen häufiger für ihren Körper als Jungen. Für Mädchen heißt sich „im eigenen Körper wohlzufühlen" meistens, sich als schön zu empfinden, während „sich unwohl fühlen" oft damit zu tun hat, dass sie sich für dick bzw. nicht attraktiv genug halten (Helfferich et al. 1986, S. 139ff.; Seiffge-Krenke 1994; Kupfer et al. 1992, S. 161; Rathner & Waldherr 1997). Der Begriff des „normal-verrückten" Ernährungsverhaltens von Mädchen und Frauen (Schmidt-Waldherr 1984) charakterisiert beide Seiten des Verhaltens: Auf der einen Seite bekommt die Unzufriedenheit mit der Figur schon die Bedeutung einer Norm im Sinne eines erwarteten Verhaltens. Auf der anderen Seite verweist die in der Sache nicht begründete Kritik auf eine „ver-rückte" Wahrnehmung des eigenen Körpers. „Die bei der Mehrheit der Frauen bestehende (oder eingebildete) Diskrepanz zwischen dem eigenen Körper(gewicht) und dem der Modelle hat dazu geführt, dass bereits bei Mädchen in der vierten Klassenstufe und von dort bis zu Frauen im hohen Alter der überwiegende Teil mit Gewicht und Körperform (extrem) unzufrieden ist und massiv abnehmen möchte, wobei dies im erheblichen Umfang auch für weibliche Personen gilt, bei denen objektiv keine Überschreitung der Gewichts- und Figurnorm festzustellen ist. Ernährung und Essen, Gewicht und Körperbau sind für viele zur Quelle ständiger Sorgen und Schuldgefühle geworden." (Diehl 1996, S. 57). Diese seit den 1980er Jahren − zunächst bei Mädchen und Frauen − beschriebene Entwicklung dürfte weiter fortgeschritten sein.

Jungen erleben ihren Körper dagegen eher als Potential, weil die altersgemäße Entwicklung ihrem Wunsch kräftig, stark und muskulös gebaut zu sein, entgegenkommt (Buddeberg-Fischer 1997, S. 635); Jungen entwickeln ein entsprechend positives Körperselbstbild (Oerter & Dreher 2002, S. 282). Rosenblum und Lewis können in ihrer Studie zeigen, dass "... in contrast to girls, pubertal development generally serves to bring boys' bodies closer to the masculine ideal of larger size and muscularity" (Rosenblum & Lewis 1999, S. 58; vgl. auch Schmidt-Waldherr 1984; Pudel et al. 1992; Anderson et al. 2001).

Allerdings nimmt − wie Methfessel (1999d) in ihrem Überblick über die Studien zum Thema festgestellte − auch bei Jungen aufgrund einer erlebten Diskrepanz zwischen Körperrealität und Körperideal die Unzufriedenheit zu. Neuere US-amerikanische Untersuchungen[193] untermauern diese These. Es zeigt sich, dass „... viele Jungen tatsächlich Hemmungen in Bezug auf ihren Körper haben und unglücklich über ihr Aussehen sind." (Pope et al. 2001, S. 240). Ihre Unzufriedenheit bezieht sich hauptsächlich auf ihr Körper-

[193] Das Ergebnis einer weiteren amerikanische Studie zeigt, dass 42 % von rund 900 befragten männlichen Jugendlichen unzufrieden mit ihrem Gewicht, 33 % unzufrieden mit ihrer Figur sind. Rund ein Drittel der normalgewichtigen Jungen waren unzufrieden mit seinem Körpergewicht, davon glauben gut zwei Drittel, sie hätten Untergewicht (Dan Moore Studie nach Pope et al. 2001, S. 240).

gewicht, ihre Körpergröße, ihren Muskelzustand (Wunsch nach breiter Brust, kräftigen Armen, schmaler Taille) und ihre Hautunreinheiten. So sind 72 % der Jungen mit ihrem Gewicht unzufrieden, davon wollen 49 % an Gewicht zulegen und 23 % wollen abnehmen (Anderson et al. 2001, S. 110; vgl. auch Westenhöfer 2002).

5.4 Wunschfigur und Jugendalltag − Körperideal und Realität

5.4.1 Figurmodellierung als Teil einer Jugendkultur

Der gesellschaftliche Druck wenigstens zur Schlankheit, die häufig mit sozialem Erfolg assoziiert wird, wirkt auf beide Geschlechter. Daher rückt im Folgenden die Frage nach der Verwirklichung in den Mittelpunkt. Schlank (und schön) sein, gibt Jugendlichen Sicherheit im Umgang mit anderen. In subjektiven Vorstellungen von Jugendlichen, besonders von Mädchen, besteht eine enge Korrelation zwischen Aussehen und sozialer Akzeptanz in der Peergroup (Fend 1994, S. 136). Fend untersuchte in seiner 2. Züricher Replikationsstudie 1992 (a. a. O.) Jugendliche im Alter von 12 bis 16 Jahren. Er stellt in seiner Erhebungsgruppe Diskrepanzen zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung von physischer Attraktivität fest. In den subjektiven Vorstellungen der Jugendlichen hängen soziale Erwartungen und Attraktivität zusammen. Fend leitet daraus zirkuläre Folgen für das jeweilige Selbstkonzept ab (a. a. O., S. 127), und zwar unabhängig davon, dass tatsächliche soziale Akzeptanz multifaktorielle Ursachen hat und „Aussehen" lediglich einen Teilaspekt darstellt (a. a. O., S. 115ff.).

Die Möglichkeiten zur Nutzung von körperbezogenen Handlungsmöglichkeiten sind Teil der erlebbaren Umwelt. Ernährungs- und Bewegungsverhalten sind vergleichsweise einfache Steuerungsmöglichkeiten, deren Bedeutung und Einsatz hier von Interesse sind. Nach dem hier zugrunde liegenden Verständnis suchen Jugendliche als aktiv Handelnde nach alltagsadäquaten Lösungen; daher wird zunächst ein Überblick über körperbezogene Handlungsmöglichkeiten gegeben.

Exkurs: Modellierungstechniken

Essverhalten und Aussehen stehen in engem Zusammenhang. Die Intention, durch kalorienreduzierte „Diäten" und bestimmte Nahrungsmittel Einfluss auf das Aussehen und die physische Befindlichkeit zu nehmen, also zu „manipulieren", ist kulturspezifisch different seit jeher vorhanden. Generell gehen Möglichkeiten der Körpermanipulation über die des Essens hinaus. „Manipulationen" dienen im Wesentlichen drei Funktionen, die der hier vorgenommenen Einteilung[194] zugrunde liegen:

[194] Die hier vorgenommene Einteilung dient lediglich zur Einordnung für die hier vorliegende Arbeit. Sie basiert nicht auf Strukturierungen aus der Literatur.

1. Ästhetische Inszenierung (schmückende Funktion)
2. Perfektionierung (Verbesserungsfunktion)
3. Restaurierung (Wiederherstellungsfunktion)

Methoden der ästhetischen Inszenierung stellen den schmückenden Charakter der Veränderung vor die Funktionalität. Ziel derartiger Manipulationen ist die Sichtbarkeit der ästhetischen Veränderung. Neben der schmückenden Funktion gewinnt die Perfektionierung des Körpers als „Body" und die Restaurierung (Eliminierung von Alltags- und Altersspuren) mehr und mehr an Bedeutung. Anders als bei ästhetisierenden Formen sollen Außenstehende die Mühen und Qualen der Manipulationen nicht erkennen. Weit verbreitet sind sämtliche Praktiken der Manipulationen durch das Essen: Reduktion der Nahrungsaufnahme, einseitige Kostformen, medikamentöse Unterstützung etc. Der Wunsch nach Anerkennung durch äußerliche Schönheit ist gerade im Jugendalter eine hohe Motivation, auch zu radikalen, qualvollen Methoden zu greifen. Die zunehmende Verbreitung von Essstörungen[195] (Stahr 1999; Buddeberg-Fischer 2000) ist ein Beleg dafür. Im Zusammenhang mit Schönheitsidealen muss über die Tabuisierung des Weges zum perfekten „Body" diskutiert werden. Ergebnisorientiert wird ein „Body" präsentiert, auf dem Weg zum „Body" ist jeder für sich allein. So fördern nicht hinterfragte Idealvorstellungen eine Kasteiung des Einzelnen, der mit seinen Unzulänglichkeiten allein gelassen wird. Den körperlichen Manipulationen durch das Essen sind naturgegeben Grenzen gesetzt. Die körperlichen Voraussetzungen für den Figurtypus sind genetisch determiniert. Figurtypen sind in den Ethnien unterschiedlich disponiert und unterscheiden sich. Wie erwähnt fehlen der Mehrheit der Frauen die körperbaulichen Voraussetzungen zur Erreichung beispielsweise eines androgynen Körpers. Ernährungs- und Bewegungsverhalten beeinflussen Gewicht und Muskulatur, die genetisch determinierte Disposition limitiert dabei die Möglichkeiten der Machbarkeit.

Durch Training von ausgewählten Muskelgruppen und Bearbeitung von „Problemzonen" und auch durch Einnahme von z. B. Eiweißpräparaten können in Grenzen Veränderungen erreicht werden. Hinzu kommen weitergehende Maßnahmen wie kosmetische und operative Eingriffe, die – von Ausnahmen (z. B. Fernsehsendungen „The Swan" beim Privatsender ProSieben) abgesehen – ebenso im Verborgenen stattfinden. Manchen selbst ernannten Experten ermöglicht die Tabuisierung ein gewinnbringendes Geschäft, das für die Kunden oftmals mit hohen (gesundheitlichen und ästhetischen) Risiken verknüpft ist. Im Verborgenen

[195] Essstörungen werden im Rahmen dieser Arbeit nicht weitergehend thematisiert.

gedeiht, was unausgesprochen immer mehr als Standard gilt[196]. Zu beobachten ist allerdings gerade bei jungen Mädchen und Frauen auch der Versuch, Eingriffe gesellschaftsfähig[197] zu machen. Wie immer wieder zu hören und lesen ist, lassen sich beispielsweise weibliche Jugendliche einen „neuen Busen" schenken.

Unter „Verzicht" werden hier Reduktion der aufgenommenen Energiemenge verstanden, dieses kann sowohl durch den Wegfall einzelner − meist energiereicher − Lebensmittel oder durch Auslassen von Mahlzeiten als auch durch energiereduzierte „Diäten" erreicht werden. In einer repräsentativen Umfrage antworteten auf die Frage „Wie verhalten sie sich momentan?", 4 % der Befragten „Diät", 48 % „Disziplin" und 48 % „Essen, was schmeckt" (Nestlé Studie 1999). „Verzicht", „diszipliniertes Essen" und „Diät" implizieren nicht satt werden und werden als „gezügeltes Essverhalten", d. h. eine bewusst über kognitive Kontrollmechanismen eingeschränkte Nahrungsaufnahme, bezeichnet. „Ungezügeltes" Essen unterscheidet sich durch die spontane Reaktion auf Hunger-, Appetit- und Sättigungsgefühle (vgl. DGE 1988, S. 213). Gängige Strategien des gezügelten Essens sind beispielsweise, Lebensmittel in „gute" und „schlechte" einzuteilen und Essensmengen zu reduzieren. Häufig treten beobachtbare Veränderungen im Essverhalten auf, die die Entstehung von Essstörungen begünstigen durch Dispositionen wie Steigerung der Außenreizabhängigkeit, streßinduzierte, hyperphage Reaktionen, Störung des Sättigungserlebens und verzögerter Appetenzverlust (vgl. dazu auch Grunert 1993). Gezügeltes Essverhalten ist besonders häufig bei jungen (schlanken) Mädchen und Frauen anzutreffen; dies ist ein Teil von „normal-verrücktem" Essverhalten (Schmidt-Waldherr 1984).

Vermehrte Bewegung und gezieltes Training sind weitere Möglichkeiten der Figurmodellierung. Diese Techniken können neben der Reduktion von Körpergewicht, v. a. zum gezielten Muskelaufbau und zur Kräftigung eingesetzt werden.

Figurmodellierung im Alltag der Jugendlichen

Betrachtet man die Daten zum Ernährungsverhalten von Jugendlichen, zeigt sich folgendes Bild. Auf der Grundlage der bereits Ende der 1970er Jahren durchgeführten DGE-Umfrage (1978/79) sprechen schon Pudel und Westenhöfer (1991, S. 142) vom „kollektiven Diätverhalten". Dieses gilt nach neueren Zahlen gerade auch für Jugendliche. Entsprechend der Daten für Deutschland im HBSC Survey (Currie et al. 2000 [HBSC Survey der WHO], S. 95; vgl. auch Ravens-Sieberer & Thomas 2003; Hurrelmann et al. 2003) bejahen 47 %

[196] Zum neuen „Mainstream" gehört „Authentizität" – ein populäres Beispiel ist der Rechtsstreit um Gerhard Schröders Haarfarbe.

[197] Beispiele sind die o. g. Schönheitsoperationen in Fernsehsendungen, Sparen auf eine Schönheitsoperation und Botox-Partys, die als Party-Fahrten nach Polen organisiert werden, weil sie in Deutschland verboten sind.

der Mädchen und 48 % der Jungen im Alter von 13 Jahren, dass sinngemäß „sie gerade eine Diät machen oder eine Diät machen sollten"[198] (Currie et al. 2000, S. 95). Von den 15-Jährigen sind es noch 41 % der Mädchen und 45 % der Jungen, die dieses für sich angeben. Roth (1998, S. 49ff.) sieht jugendliches „Diätverhalten" als Ausdruck der beschriebenen Unzufriedenheit mit dem Körper (vgl. Kapitel 5.3.3), das aufgrund einer wahrgenommenen Diskrepanz (die nicht mit der tatsächlichen gleichzusetzen ist) zum Idealbild motiviert ist. Dabei hängen Körperbilder und gesellschaftliche Vorstellungen über geschlechtstypisches Essverhalten (Setzwein 2004) eng zusammen. Abweichend von der o. g. WHO-Studie (Currie et al. 2000, S. 95) weisen andere Daten deutliche Geschlechtseffekte auf. „Je älter die Mädchen, desto häufiger haben sie Erfahrungen mit gewichtsreduzierenden Diäten. Sind es bei den 12-jährigen Mädchen 23,5 %, die Diäterfahrung haben, steigt der Anteil bei den 16-jährigen auf 40,7 %." (Kolip 1995, S. 107). Darüber hinaus lassen auch Mädchen häufiger eine Mahlzeit ausfallen als Jungen, meist das Frühstück, dann (in abnehmender Reihenfolge) das Mittag- und das Abendessen (Kolip 1995; Kolip 2004, S. 238). Beobachtungen in Schulklassen bestätigen dieses[199].

Jungen sind – wie in Kapitel 5.3.3 beschrieben – an der Zunahme von Kraft, Gewicht und Größe interessiert; dies hat Auswirkungen auf die Wahrnehmung des Körpers als Potential, das „Mann" aufbauen kann und auf das Verhältnis zur Ernährung. Essen kann eher als potentielle Hilfe zur Zielerreichung wahrgenommen werden. Wunschgewicht und tatsächliches Gewicht nähern sich mit zunehmendem Alter an und Unterschiede liegen nach einer anderen internationalen Studie ab 16 Jahren keine mehr vor (Grob & Jaschinski 2003, S. 35). Anders als Mädchen kontrollieren junge Männer kaum ihr Körpergewicht. Nicht so leicht ist der gewünschte Aufbau eines (extrem) muskulösen Körpers zu erreichen. Nach neueren internationalen Untersuchungen (Pope et al. 2001) greifen zunehmend mehr Jungen auch zu Nahrungsergänzungsmitteln.

Vor dem Hintergrund, dass Mädchen Essen als potentielle Bedrohung für Schlankheit und damit Schönheit empfinden, dagegen Jungen Essen als eine Voraussetzung für Muskelaufbau und Stärke sehen, gilt: „Altersspezifische (Ernährungs-)Verhaltensweisen sind so (spätestens) in der Pubertät nicht vom Geschlecht der Person zu trennen, sie sind für Mädchen und Jungen durchaus unterschiedlich." (Methfessel 1999d, S. 31). Zartheit, Schlankheit, Feingliedrigkeit werden mit Weiblichkeit assoziiert. Kräftig, muskulös und schlank soll ein Mann sein. Das spiegelt sich in geschlechtstypischen Ernährungscodes wider. Ein Beispiel ist der Mythos rund um das Nahrungsmittel Fleisch: Fleisch sei männlich,

[198] Im Original: "They are dieting or feel that they should be on a diet."

[199] Eine Auswertung von Schülerfragebögen im Rahmen der Betreuung von Schulpraktika ergab, dass in einer Lerngruppe der 8. Klasse mit 14 Jugendlichen nur 1 Mädchen gefrühstückt hatte.

Gemüse sei weiblich (Schlegel-Matthies 1998, 2001a; Karmasin 1999, S. 35; Schmid & Methfessel 1999, S. 95 und 2004c; Setzwein 2000, S. 19; Spiekermann 2002b, S. 68). So gilt Fleisch auch als Kraft und Potenz spendendes Lebensmittel (z. B. Prahl & Setzwein 1999, S. 79). Vor diesem Hintergrund ist erklärbar, warum viele junge Mädchen, aber nur sehr wenige Jungen eine fleischarme (oder gar vegetarische) Ernährungsweise präferieren (12. Shell Jugendstudie 1997, S. 352f.).

Mädchen und Jungen nutzen unterschiedlich die körperbezogenen Handlungsmöglichkeiten entsprechend der geschlechtsspezifisch unterschiedlichen Ziele. Die Entwicklung, dass Mädchen für ihre Schlankheit gegen ihren eigenen Körper arbeiten (Fend 2000, S. 235) und Jungen zum Aufbau der gewünschten körperlichen Kraft und Stärke neben Sport zunehmend auch Eiweißpräparate und Medikamente wie Anabolika einnehmen, ist problematisch, weil damit eine schleichende Unterversorgung mit lebenswichtigen Nährstoffen einhergehen kann. Überdies wird schon sehr früh, in den Wachstumsphasen, die Fähigkeit gestört und schließlich zerstört, den Körper mit seinen Bedürfnissen und Signalen wahrzunehmen. Die kognitive Kontrolle des Essverhaltens begünstigt den Verlust der Steuerung durch die Körperbedürfnisse und kann ein Einstieg in die Essstörung über kontrolliertes Essverhalten bis hin zu Anorexia und Bulimie sein. Beispielsweise belegt eine Hamburger Studie, dass 3,7 % der Mädchen Erbrechen (ein wesentliches Symptom der Bulimie) als Maßnahme zur Beeinflussung ihres Körpergewichts anwenden (Westenhöfer 2001[200]).

Mit zunehmendem Alter verändert sich das Verhältnis zum Körper. Die Akzeptanz des eigenen Körpers steigt und Erwartungen an den eigenen Körper orientieren sich zunehmend an realistischen Zielen (vgl. Kolip 1995; Bast 1988). Ältere Jugendliche wissen meist genau, was sie mit welchem Einsatz für ihren Körper erreichen können. Schönheitsideale, wie sie in den Medien propagiert werden, werden mit steigendem Alter als unrealistisch und unerreichbar eingeschätzt und verlieren im fortschreitenden Entwicklungsprozess an Bedeutung, da beispielsweise durch eine gelungene Positionierung in einer sozialen Gruppe eine Identitätsbildung gestärkt und Sicherheit gewonnen wird. Nichtsdestotrotz darf die lange Phase der Verunsicherung mit ihrer Anfälligkeit für Essstörungen und einer Entwicklung eines gestörten Körperbildes nicht unterschätzt werden.

[200] Vortrag J. Westenhöfer auf der Arbeitstagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. zum Thema „Ernährungsprobleme im Kindes- und Jugendalter", 25. und 26.9.2001 Bonn (vgl. DGE 2001b).

5.4.2 Hintergründe für „kollektives Diätverhalten"

In der Gesamtschau ist v. a. eine Zunahme von Übergewicht bereits im Kindes- und Jugendalter festzustellen, die gleichzeitig mit einer Zunahme von „Diäten" einhergeht[201]. Dies erscheint so widersprüchlich. Zunächst sei darauf hingewiesen, dass Untergewicht im Kindes- und Jugendalter ebenfalls eine problematische Entwicklung darstellt, die im Zusammenhang mit dem gesellschaftlichen Schlankheitsdiktat einerseits und der Zunahme von Armut andererseits zu diskutieren ist. Als Ursachen für Übergewicht und Adipositas werden neben genetischen Dispositionen und dem Ess- und Bewegungsverhalten auch sozioökonomische und kulturelle Zusammenhänge erörtert.

Wie oben beschrieben, werden Diskrepanzen zwischen Körpererleben und Körperidealbild von Einzelnen häufig als Schande erlebt und als persönliches Versagen gewertet. Nach der aufgestellten Annahme steckt dahinter eine hier als *Erfolgsformel nach Drolshagen* bezeichnete gesellschaftliche Vorgabe. Drolshagen (1996) legt ausführlich dar, wie sich ein perfekter „Body", der dem jugendlichen Schlankheitsideal genügt, erreichen lässt. Im Einzelnen bedarf es „Bodywork" (Arbeit), Ausdauer (Disziplin), Enthaltsamkeit (Askese) und der dafür notwendigen Zeit. Vereinfachend wird hier folgende *Erfolgsformel* (nach Drolshagen 1996, S. 249ff.) aufgestellt*: Arbeit* + *Disziplin* + *Askese* + *Zeit* = *Erfolg.* Alle vier Erfolgsfaktoren sind weder delegierbar noch käuflich. Alle müssen selbst aktiv werden. Erfolg drückt sich im präsentierten äußeren Erscheinungsbild einer Person aus. Erfolgreich bedeutet im Sinne der Erfolgsformel, sich und seinen Körper im Griff haben, keinem (natürlich vorkommenden) Phlegma nachgeben und über eigene Zeit so verfügen zu können, dass genügend für harte und zeitraubende Körperarbeit übrig bleibt[202]. Zeitsouveränität ist ein Symbol für Luxus und Selbstbestimmung, d. h. eben auch gesellschaftlichen Erfolg. Die Frage nach den (Zeit-)Zwängen des Alltags oder auch der für die Mehrzahl der Menschen notwendigen Erwerbs- und Hausarbeit wird hier nicht gestellt (vgl. Methfessel 1992, S. 85ff.).

Ein weiterer Aspekt wird bei einer Durchsicht von Mode-, Fitness- und Jugendmagazinen deutlich. Hier dominiert ein Perfektionismus in allen Bereichen der körperlichen Schönheit und des körperlichen Leistungsvermögens. Abweichungen von einem vorgegebenen (unrealistischen) Idealbild wird mit folgender Botschaft begegnet: „Wenn Du nur willst und genug investierst (Erfolgsformel nach Drolshagen oder die „richtigen" Produkte, Schönheitschirurgen etc.), dann ist alles erreichbar!" Unmittelbar daneben finden sich pseudowissenschaftliche Ratschläge von Experten wie „Dr. Sommer" in der Jugendzeitschrift

[201] Vgl. Tagesspiegel vom 29.06.2002. Schridde, Imke: Bloß nicht dick werden. Eine Folge des Schlankheitswahns: Schon bei Vierjährigen kommt es zu Essstörungen. „Rund ein Viertel der unter zehn Jahre alten Mädchen hat schon einmal eine Diät gemacht − oder auch mehrere."

[202] Nach Pressemeldungen traininert beispielsweise Madonna (Popikone) 2 Stunden täglich.

„Bravo", die bei ausbleibendem Erfolg oder mangelhaften Anstrengungen empfehlen: „Bleib wie du bist! Nimm dich an!"

Erlebnis- und Genussorientierung stehen im Widerspruch zur disziplinierenden „Bodyculture". In den Auswirkungen auf das Verhältnis der modernen Jugendlichen zum Essen scheint das alte deutsche Sprichwort „Essen hält Leib und Seele zusammen" an Gültigkeit zu verlieren. Drolshagen (1996, S. 250) sieht angesichts des Schlankheitsideals Essen gar als Keil, der sich zwischen „Leib und Seele" schiebt. Die hedonistisch orientierte Jugend[203] lebt in einer so genannten Erlebnisgesellschaft, für die Spaß − besser „FUN" − Priorität hat. „Food for Fun" widerspricht jedoch der Disziplin, um den „Body" zu er- bzw. behalten. Daraus erwachsen für Jugendliche alltägliche Dilemmata in Esssituationen.

In der Werbung sind *egozentrisch*, *erlebnishungrig* und *genusssüchtig* häufig Attribute einer Inszenierung des „Bodies". Damit werden die drei Jugendmaximen „Spaß haben, gut drauf sein, gute Laune verbreiten" (sinngemäß nach Ferchhoff & Neubauer 1997, S. 29) bedient. In vielen Produktwerbungen stehen affektive Komponenten mit Stimmungen, Emotionen und Lebensgefühlen im Vordergrund und das Produkt wird zur (wichtigsten) Nebensache. Esserlebnis und -genuss können ebenfalls − vermutlich vergleichsweise nebensächlicher − Teil des Erlebnisses sein. Umgekehrt sind „Fun", „Erotik", „Feelings" und „Emotions" häufig Begleiter des Essens in der Werbung. Geschmackserlebnis und Lifestyle werden dabei priorisiert (DGE 2000a, S. 145). Essen fungiert lediglich als ein Mittel zur Selbstverwirklichung und Selbstdarstellung (vgl. auch DGE 1988, S. 208). In der Werbewelt sind vorzugsweise auf sich selbstbezogene „Körper" als Teil eines „Events" zu sehen; ein „gestylter Body" ist hierbei Voraussetzung.

Nicht nur in der Werbewelt, sondern allgemein ist seit den 1960er Jahren eine Beziehung zum Körper feststellbar, „in der Körpererfahrung und Körperlust immer mehr *zum Mittelpunkt der Lebensperspektive selbst*" (Preuss-Lausitz 1983, S. 104) werden. Bis heute scheint sich das in den Jugendkulturen fortzusetzen (vgl. Überblick bei Methfessel 1999d). Die Bedeutung der Körperlichkeit hat in der westlichen Welt allgemein stark zugenommen; Körper ist mehr denn je Ausdrucksmittel und steht als Teil des Selbst im Vordergrund für die Gesamtpersönlichkeit − zumindest in der Öffentlichkeit. Das gilt für Frauen und Männer, wenn auch qualitativ und quantitativ unterschiedlich.

Gutes Aussehen bedarf einer hohen Selbstdisziplinierung des Körpers bezüglich des alltäglich wiederkehrenden Ess-, Bewegungs- und Pflegeverhaltens. Das scheint so im Widerspruch zum „Body" als Mittel zum „Erlebnis" zu stehen. Dieses Dilemma besteht prinzipiell für alle Altersgruppen. In der Jugendphase, in der der sich verändernde Körper

[203] Große Teile der Jugend sind heute vorrangig materialistisch und hedonistisch eingestellt. Dies wird vielfach und mit unterschiedlicher Konnotation und Begründungen festgestellt. Vgl. z. B. Hepp 1996.

eine herausragende Bedeutung hat und Schlüsselkategorie für Gesundheits- und Ernährungsverhalten ist (vgl. Methfessel 1999d, S. 44ff.), bekommt dieser Widerspruch eine besondere Brisanz. Zunächst resultieren divergierende Anforderungen an den Körper, die zu Dilemmasituationen im Verhältnis von Lebensorientierung zu Körperbeziehung und Ernährung führen. Dem Bedürfnis nach Erholung, Geborgenheit und Angenommensein steht der Zwang, „sich selbst in Szene zu setzen" und sich selbst „zu verwirklichen" entgegen. Der Zwang ist strukturell und gemeinschaftsbildend (Ferchhoff & Neubauer 1996, S. 32).

Eine zusätzliche Problematik entsteht durch eine Verknüpfung von Essstörung mit medikamentösen Maßnahmen (z. B. der Einnahme von Appetitzüglern und Abführmitteln). Schon in den 1980er Jahren bekennen sich bei einer Erhebung in Nordrhein-Westfalen 5 % der 12- bis 13-Jährigen und 7 % der 16- bis 17-Jährigen zum Konsum von Appetitzüglern (Hurrelmann 1988, S. 47). Aus folgenden zwei Gründen ist anzunehmen, dass heute noch mehr Jugendliche zu medikamentösen Maßnahmen greifen: Zum einen ist die Bedeutung des Schönheitsideals für Jugendliche eher größer geworden, zum anderen sind Aufputschmittel (z. B. Amphetamine, Ecstasy) „up to date" und haben meist auch eine Appetit mindernde Wirkung. Die Rollenfindung ist eng verknüpft mit dem Aussehen und dem Essverhalten als Frau bzw. als Mann. Verhaltensweisen, die der Erhaltung oder Erreichung von Schönheit dienen, werden als weiblich bezeichnet. Setzwein (2000, S. 18) führt aus: „Weibliches Diätverhalten ist alltäglich, kaum ein kulinarisch begangener Anlass, kaum ein Gespräch über das Essen, bei dem Frauen nicht mit ihrem restriktiven Essverhalten kokettieren würden – und dies unabhängig vom ‚Emanzipationsgrad'." Umgekehrt gelten körperbetonte Verhaltensweisen wie Gewichte stemmen, Armdrücken etc. als männlich. Jungen stellen sich gerne dem offenen Wettkampf, der offenen Konkurrenz und haben Freude am Kräftemessen untereinander. Allerdings ist ebenfalls ein verändertes Körperverhalten von Männern hinsichtlich Kosmetik und Schlanksein und von Frauen hinsichtlich Fußball und Bodybuilding beobachtbar. Bilden (1998, S. 285) interpretiert dieses als Angleichungstendenzen zwischen den Geschlechtern. Unabhängig von sich wandelnden gesellschaftlichen Rollenvorstellungen hängt mit den eingenommenen Rollen wiederum die Akzeptanz in der Peergroup zusammen. Zu unterscheiden sind hier geschlechtsgleiche und geschlechtsdifferente Peergroups.

Erste Ansatzpunkte zum jugendlichen Umgang mit solchen Dilemmasituationen finden sich in der Literatur und in Jugendstudien. In Anlehnung an das von Fend 2001 dargestellte handlungstheoretische Paradigma werden hier Jugendliche als „Essentscheider" verstanden, die mithilfe ihrer personalen und sozialen Ressourcen jugendspezifische Alltagsprobleme lösen.

Daten zum Essverhalten von Jugendlichen, z. B. kalorienreduzierte „Diät" durchzuführen (Pudel & Westenhöfer 1991; Currie et al. 2000), deuten daraufhin, dass Jugendliche Essentscheidungen mit erwarteten Folgen für ihr Aussehen in Verbindung bringen. Jugendliche handeln vorzugsweise „egotaktisch" (vgl. Ferchhoff & Neubauer 1997, S. 29; 14. Shell Jugendstudie 2002). Anzunehmen ist daher, dass Jugendliche entsprechend ihres Wissens und ihrer Möglichkeiten alltagspragmatische Vorgehensweisen zur Lösung des beschriebenen Dilemmas bevorzugen. Die im Kapitel 4 herausgearbeitete Funktionsteilung zwischen den Lebensbereichen Familie und Peergroup, können auch hier eine Alternative sein. Zum Beispiel verzichten Jugendliche auf Essgenuss, treiben Sport etc. (s. o.), um eine höhere Attraktivität zu erzielen. Entsprechend der angenommenen Funktionsteilung wären diese Verhaltensweisen Situationen zuzuordnen, die frei von Peergroupaktivitäten sind. Demgemäß ist im außerhäuslichen Kontext im Beisein der Peergroup eine Instrumentalisierung des Körpers zur Inszenierung eines spaßorientierten Erlebnisses denkbar. „Körper" (in dem Fall besser „Body") bekäme in diesem Kontext eine Funktion als „Erlebnismaschine", da auch dieser Teil einer Inszenierung sein kann. Eine Teilhabe an Erlebnis und Spaß kann durch gesellschaftlichen Druck zwanghaften Charakter annehmen.

6 Empirische Untersuchung: Jugendesskulturstudie

6.1 Begründung der empirischen Untersuchung

Die im Folgenden dargestellte Studie zur „Jugendesskultur" dient als Ergänzung der theoretischen Arbeit und hat explorativen Charakter. Dazu werden auch die aus dem Stand der Forschung generierten Hypothesen weitestgehend einer ersten empirischen Prüfung unterzogen. Die Arbeit soll der Zielgruppenanalyse zur Weiterentwicklung der fachdidaktischen Diskussion für die schulische Ernährungsbildung dienen. Dazu wird Familienmahlzeit aus jugendlicher Perspektive interpretiert, aus Sicht von Jugendlichen Bedeutungen des Essens in häuslichen und außerhäuslichen Lebensbereichen gesucht und Aspekte des reflektierten Umgangs mit dem eigenen Körper erfragt.

Spannend für die Diskussion der Forschungsfragen ist daher die Sichtweise der Jugendlichen selbst. Um einen ersten Vergleich zwischen zwei Altersgruppen zu ermöglichen und Hinweise auf entwicklungspsychologische Einflüsse zu erhalten, sollen jeweils Jugendliche der 8. und der 10. Jahrgangsstufen befragt werden. In der 8. Jahrgangsstufe sind die Jugendlichen überwiegend 14 Jahre, in der 10. Jahrgangsstufe 16 Jahre alt. Diese Altersstufen werden gewählt, weil davon ausgegangen werden kann, dass die gerade in die Pubertät gekommenen 14-Jährigen sich aufgrund unterschiedlicher Geschlechterrollen (Bilden 1998; Fend 2000; Oerter & Montana 2002) von den 16-Jährigen unterscheiden. Es wird angenommen, dass die Bedeutung des Essens mit solchen Geschlechtsrollendifferenzen variiert. Darüber hinaus setzt die schriftliche Beantwortung des Fragebogens ein gewisses Reflexionsvermögen und ein konzentriertes, selbstständiges Vorgehen über circa eine Stunde und die Fähigkeit zum sinnentnehmenden Lesen des Fragebogens voraus, so dass sich der Sekundarbereich I mit Jugendlichen anbietet.

Als Untersuchungsregion ist Berlin prädestiniert, da Großstädte in der wissenschaftlichen Diskussion als Indikatoren für zukünftige gesamtgesellschaftliche Entwicklungen fungieren (vgl. auch Sellach 1996, S. 10). Im Allgemeinen werden Trends, die zuerst in Stadtgebieten zu beobachten sind, auch von ländlichen Jugendlichen übernommen. Aufgrund des explorativen Charakters der Untersuchung sind Trendsetter von besonderem Interesse.

Ein weiterer Grund für die Auswahl Berlins besteht darin, dass keine andere Stadt in Deutschland in das Zusammenwachsen beider deutscher (Ess-)Kulturen so involviert ist. Darüber hinaus hat sich Berlin zu einer multikulturellen Gesellschaft entwickelt, wie sich dies insbesondere auch in den unterschiedlichen (Ess-)Kulturen ihrer Stadtteile zeigt. Berlin hat in diesen gesellschaftlichen Prozessen als (ehemals) „geteilte Stadt" und durch die multikulturelle Bevölkerungszusammensetzung[204] eine herausragende Stellung. Die damit

[204] Nach Auskunft des Büros der Ausländerbeauftragten leben zurzeit rund 180 Nationalitäten in Berlin.

verbundenen soziokulturellen Einflüsse sind hier zwar nicht Untersuchungsgegenstand, aber die befragten Jugendlichen sind Agierende in diesen komplexen Prozessen und somit Trägerinnen und Träger dieser gesellschaftlichen Entwicklungen bzw. Wandlungen.

Der Blick dieser Studie liegt auf den kumulierten Auswirkungen der beschriebenen soziokulturellen Einflüsse auf die Gruppe der Jugendlichen im ehemaligen Westberlin. Angestrebt wird keine vergleichende Studie zwischen den Ethnien bzw. west- und ostdeutscher Jugendesskultur. Vielmehr werden durch die Eingrenzung der Untersuchungsregion soziokulturelle Unterschiede der Untersuchungsgruppe möglichst eingeschränkt und lassen bei dieser vergleichsweise kleinen Stichprobengröße noch aussagekräftige Ergebnisse zu. Da die Befragung in einer Klassensituation stattfinden soll, werden aus pädagogischen und ethischen Gründen unabhängig von ihrer Herkunft alle Jugendliche befragt. Die Auswertung erstreckt sich jedoch ausschließlich auf diejenigen, die in Deutschland aufgewachsen sind, deutsche Eltern haben und im ehemaligen Westberlin zur Schule gehen.

Die Schul- und Berufsbildung ist ein Indikator der sozialen Lage (z. B. Bourdieu 1999; Vester et al. 2001). Um erste Anhaltspunkte für sozialdifferenzierende Einflüsse zu erhalten, werden Klassen aller Schulzweige der Berliner Oberschule[205] (Hauptschule, Realschule, Gymnasium und Gesamtschule) mit Ausnahme der Sonderschule befragt. Darüber hinaus sollen die Schul- und Berufsbildung der Eltern erfasst werden.

6.2 Hypothesen und zentrale Fragestellungen

Nach dem Stand der Literatur kann für den häuslichen Bereich der Familie angenommen werden, dass dieser nach wie vor hauptsächlich zur Versorgung dient. Studien (vgl. Kapitel 3, z. B. Sellach 1996; Heyer 1997; Ziemann 1998; Nestlé-Studie 1999; Meyer 2002; DGE 2004) liefern Anhaltspunkte für jugendtypische Mahlzeitenmuster. Die Frage nach der tatsächlichen Häufigkeit von gemeinsam mit der Familie eingenommen Mahlzeiten, die im Rahmen der vorliegenden Befragung beantwortet werden soll, blieb offen.

Der derzeitige Erkenntnisstand lässt auf einen Funktionswandel bei den Familienmahlzeiten schließen. Dabei verliert die Versorgungsfunktion bei den gemeinsamen Mahlzeiten an Bedeutung, gleichzeitig wird die Kommunikationsfunktion wichtiger. Für Jugendliche bedeutet dies, dass die Teilnahme an gemeinsamen Mahlzeiten überwiegend freiwillig ist und eine Option für Familiengespräche darstellt. Deshalb sollen Daten zum Stellenwert und zur Bedeutung der Familienmahlzeiten aus jugendlicher Sicht exploriert werden.

[205] Im Berliner Schulsystem umfasst der Begriff „Oberschule" alle Schulen, in denen die Jahrgangsstufen 7 bis 10 unterrichtet werden.

Studien (vgl. Kapitel 3, z. B. Sellach 1996; Heyer 1997; Essen & Trinken 1998; Zeiher 2000; DGE 2004) stellen zwar eine Verantwortlichkeit der Mütter für die Essensversorgung fest, weisen aber auf Veränderungstendenzen der häuslichen Arbeitsteilung hin. Unabhängig von der Erwerbstätigkeit der Eltern kann bei Jugendlichen mit zunehmendem Alter eine Zuständigkeit für die häusliche Essensversorgung angenommen werden. Dazu sollen Daten erhoben werden.

Nach derzeitigem Kenntnisstand zeichnet sich ein vielfältiges Jugendessverhalten ab, das sich sowohl von Kindern als auch von Erwachsenen unterscheidet. Diese Annahme soll einer ersten Prüfung unterzogen werden. Dabei kann ein nach Lebensbereichen Familie und Peergroup differenziertes Essverhalten vermutet werden; dazu sollen Daten zum Stellenwert und zu Funktionen hinsichtlich einzelner Merkmale des Essens für diese beiden Lebensbereiche erhoben werden.

Bekannt aus der Jugend- und Gesundheitsforschung ist ein geschlechtsspezifisch unterschiedlicher Umgang mit „Körper" (Helfferich et al. 1986; Kupfer et al. 1992; Hurrelmann & Kolip 1994; Kolip 1995; Engel & Hurrelmann 1998), der eng mit dem Gesundheitsverständnis und Risikoverhalten der Jugendlichen zusammenhängt. Ebenso gibt es eine Diskussion um die Problematik des Schlankheitsdiktats und die Folgen für die Gesundheit (Schmidt-Waldherr 1984; Pudel et al. 1992; Methfessel 1999d; Rosenblum & Lewis 1999; Anderson et al. 2001). Vorstellungen über attraktive Körperformen von Erwachsenen wurden letztmals in den 1980er Jahren (Pudel et al. 1992) untersucht. Ob diese Attraktivitätsvorstellungen für Jugendliche heute griffig sind oder ob (und wie) sie sich gewandelt haben, soll daher überprüft werden.

Die Entwicklung des eigenen Körpers hat in der Adoleszenz zentrale Bedeutung. In Anbetracht der heute kultivierten „Bodyculture", konnotiert mit der gesellschaftlichen Anerkennung eines ästhetisierenden Umgangs des Körpers, ist nach dem Einfluss auf jugendliche Esskultur zu fragen. Ernährungs- und Bewegungsverhalten sind einfache Steuerungsmöglichkeiten, die nach Aussage der Literatur (Pudel & Westenhöfer 1991; Kolip 1995; Westenhöfer 2001 etc.) zur bewussten und unbewussten Figurmodellierung geschlechtsdifferent von Jugendlichen eingesetzt werden. Dazu sollen ebenfalls Daten erhoben werden.

7 Methode

7.1 Auswahl und Beschreibung der Untersuchungsgruppe

Da die Studie explorativen Charakter hat, sollte die Stichprobe nicht allzu umfangreich sein. Im Rahmen des ressourcenbegrenzten Dissertationsvorhabens wurde eine Stichprobe von etwa 200 Schülerinnen und Schülern angestrebt, wobei Schülerinnen und Schüler aller Schulzweige[206] (Hauptschule, Realschule, Gymnasium und Gesamtschule – ausgenommen Sonderschule) erfasst werden sollten, um möglichst das gesamte Spektrum sozialdifferenter Gruppierungen abzubilden.

Der angestrebte Stichprobenumfang erlaubt nicht, die verschiedenen Einflussfaktoren wie den kulturellen Hintergrund aufgrund nicht-deutscher Abstammung oder aufgrund der Sozialisation in der ehemaligen DDR zu prüfen. Solche Einflüsse des Faktors „kultureller Hintergrund" sollten daher möglichst konstant gehalten werden. Schülerinnen und Schüler mit anderer Muttersprache als Deutsch und bzw. oder ausländischer Nationalität wurden daher ausgeschlossen. Darüber hinaus wurde die Auswahl der Schulen auf das ehemalige West-Berliner Gebiet beschränkt. Insgesamt nahmen 196 deutsche Schülerinnen und Schüler an der Untersuchung teil, davon 93 Mädchen und 103 Jungen. 25 % der Jugendlichen gingen zur Hauptschule, 13,8 % zur Realschule, 32,1 % zum Gymnasium und 29,1 % zur Gesamtschule (vgl. Tabelle *2*). Es wurden weniger Mädchen als Jungen befragt; die Häufigkeitsunterschiede sind aber nicht signifikant ($p = 0{,}068$). Von den Mädchen gingen 18,3 % zur Hauptschule, 10,8 % zur Realschule, 37,6 % zum Gymnasium und 33,3 % zur Gesamtschule. Von den Jungen besuchten 31,1 % die Hauptschule, 16,5 % die Realschule, 27,2 % das Gymnasium und 25,2 % die Gesamtschule. Diese ungleiche Verteilung der Geschlechter auf die verschiedenen Schulzweige entspricht in ihrer Tendenz der Geschlechtsverteilung in Berliner Schularten. So gingen im Schuljahr 2000/2001 knapp 9 % (eigene Berechnung nach Landesschulamt 2001, S. 12f.) der Mädchen, aber 13 % der Jungen zur Hauptschule, knapp 22 % aller Mädchen und 23 % aller Jungen zur Realschule, etwas über 39 % der Mädchen und lediglich knapp 32 % der Jungen zum Gymnasium, knapp 30 % der Mädchen und über 32 % der Jungen zur Gesamtschule.

[206] Die Begrifflichkeiten beziehen sich aufgrund der gewählten Untersuchungsregion Berlin auf das Berliner Schulsystem.

Tabelle 2 Verteilung der untersuchten Schülerinnen und Schüler auf die Schulzweige und die Jahrgangsstufen

	Schülerinnen	Schüler	*N*	%
Hauptschule	**17**	**32**	**49**	**25,0**
8. Jahrgangsstufe	7	15	22	
10. Jahrgangsstufe	10	17	27	
Realschule	**10**	**17**	**27**	**13,8**
8. Jahrgangsstufe	6	5	11	
10. Jahrgangsstufe	4	12	16	
Gymnasium	**35**	**28**	**63**	**32,1**
8. Jahrgangsstufe	25	24	49	
10. Jahrgangsstufe	10	4	14	
Gesamtschule	**31**	**26**	**57**	**29,1**
8. Jahrgangsstufe	15	13	28	
10. Jahrgangsstufe	16	13	29	
Gesamt	**93**	**103**	**196**	**100**
8. Jahrgangsstufe	53	57	110	
10. Jahrgangsstufe	40	46	86	

Das Durchschnittsalter der 110 Achtklässler betrug zum Zeitpunkt der Befragung 14;2 Jahre. Die 86 Zehntklässler waren mit einem Durchschnittsalter von 16;4 Jahre nur unwesentlich, nämlich zwei Monate älter als zu erwarten war. Die Verteilungsunterschiede hinsichtlich Klassenstufe sind ebenso wie die Altersunterschiede zwischen Jungen und Mädchen statistisch unbedeutend.

Tabelle 3 Verteilung der untersuchten Schülerinnen und Schüler nach Alter und Geschlecht in den Jahrgangsstufen 8 und 10

			Alter (in Jahren)	
		Anzahl	M	s
8. Jahrgangsstufe	Jungen	57	14,2	0,6
	Mädchen	53	14,1	0,5
	Gesamt	110	14,2	0,6
10. Jahrgangsstufe	Jungen	46	16,5	0,7
	Mädchen	40	16,3	0,6
	Gesamt	93	16,4	0,7

Zur Beschreibung des familiären Hintergrunds wurde nach der Wohnsituation gefragt. 71 % der Jugendlichen leben bei ihren (beiden) Eltern, 22,3 % nur mit der Mutter und 3,6 % nur mit dem Vater. 3 % der Jugendlichen sind im Heim o. ä. untergebracht. Knapp 60 % der Jugendlichen haben Geschwister, die mit ihnen in einem Haushalt leben.

7.2 Der Fragebogen und seine Entwicklung

Zur Entwicklung

– *Pilotphase*

Um Anhaltspunkte für eine erste Prüfung der Arbeitshypothesen im Jugendessalltag und altersgruppengemäße Formulierungen zu gewinnen, wurden zunächst Interviews durchgeführt. Dazu wurden Freizeiteinrichtungen (Sportvereine, städtische Jugendfreizeitheime und Kirchengemeinden) aufgesucht und Jugendliche im Alter zwischen 14 und 16 Jahren angesprochen, ob sie an einem etwa einstündigen Interview „rund ums Essen" mitmachen wollen. Mit zwei Jugendlichen wurden Termine zu Hause verabredet. Die übrigen Interviews fanden in den Freizeiteinrichtungen statt. Neben Alter waren Geschlecht und besuchter Schulzweig Auswahlkriterien. Mehrere Varianten von Leitfadenfragen in explorativen Interviews wurden mit insgesamt neun Jugendlichen eingesetzt. In einigen Interviews wurden zusätzlich Elemente des zu entwickelnden Fragebogens ausprobiert. Alle Interviews wurden auf Tonband aufgenommen und anschließend transkribiert.

– *Grundstruktur aller Interviews*

Bei den Interviews sollten die Jugendlichen zunächst zum Schlagwort „Essen" frei assoziieren. Darüber hinaus wurden alle interviewten Jugendlichen aufgefordert, einen typischen Werktag chronologisch zu schildern. Daran schlossen sich Fragen zu den dargestellten Esssituationen − auch vergleichend zum Wochenende − an. Außerdem wurden die Jugendlichen gefragt, ob sie ihr Essverhalten schon einmal (oder öfters) bewusst verändert haben.

– *Variationen der Interviews*

Aufgrund erster Erfahrungen wurde der Leitfaden verändert. So wurden bei den Haupt- und Gesamtschülerinnen und -schülern schnell die Grenzen der Verbalisierungsmöglichkeiten und der Konzentrationsdauer erreicht, weshalb zusätzlich Bildmaterial eingesetzt wurde. Beispielsweise wurden Bilder von Lebensmitteln verschiedenen Situationen (Kindergeburtstag, Party etc.) zugeordnet, um mögliche „In-Produkte" zu finden. In einigen Interviews wurden die im Fragebogen verwendeten Bilder von Körpersilhouetten (Pudel et al. 1992, S. 190 und S. 192) vorgelegt. Verschiedentlich wurden Tabellen zur systematischen Erfassung von Zeit, Ort und Ausgestaltung von Familienmahlzeit eingesetzt, um möglichst lückenlos typische Tagesverläufe zu erfassen.

– *Fragebogenkonstruktion*

Fragen und Antwortalternativen sollten leicht verständlich (Wortwahl, Satzbau) und jugendnah formuliert werden. Besonders für Hauptschülerinnen und -schüler sind kurze Sätze wichtig. Beispielsweise wird „cool" als Begriff eingesetzt, um im Sprachgebrauch der Jugendlichen auszudrücken, dass Essen als „in" bzw. „hip" gilt. In deutschsprachigen Ländern wird „cool" in der aktuellen Jugendsprache metaphorisch für besonders lässig gebraucht, im Kreis der Jugendlichen anerkannt als gut und überlegen. Die Antwortalternativen sollten einheitliche, wiederkehrende Antwortschemata aufweisen. Beispielsweise wurden ausschließlich viereckige Kästchen verwendet bei Fragen, bei denen nur eine Antwort anzukreuzen ist, Kreise bei Mehrfachantworten. Für einige Fragen wurden Antwortalternativen aus den Interviews gewonnen.

Eine erste Version des Fragebogens (siehe Anhang) wurde zunächst (Anfang April 2001) in einer 8. Hauptschulklasse erprobt; eine Antwortalternative wurde umformuliert.

Die Inhalte des Fragebogens

Der Fragebogen enthält 42 geschlossene Fragen und drei offene Fragen. Neben 13 Fragen, mit denen persönliche Angaben (Klasse, besuchter Schulzweig, Alter, Geschlecht etc.) erfasst werden, betreffen 16 Fragen den Inhaltsbereich[207] *„Bedeutungen von Familienmahlzeiten",* 6 Fragen den Inhaltsbereich *„Bedeutungen des Essens im Kontext Familie und Peergroup"* und 7 Fragen den Inhaltsbereich *„Bedeutungen des Körpers".*

Bedeutungen von Familienmahlzeiten

Bei der allgemeinen Bedeutungsexploration (vgl. Kapitel 4) sind weder soziale Situation noch Vorstellungen eines „proper meals" (vgl. Kapitel 3) zentral, deshalb wird „Essen" statt „Mahlzeit" als Begriff im Fragebogen präferiert. Bei der Frage nach der *Zuständigkeit für die Essenszubereitung* zielt die gewählte alltagssprachliche Formulierung auf die von den Jugendlichen empfundene Zuständigkeit.

Zwei Fragen erfassen Häufigkeit und Gefallen von Familienmahlzeiten. Die Beantwortung erfolgt dabei anhand einer siebenstufigen bzw. vierstufigen Ratingskala. Darüber hinaus werden mögliche Einzelheiten (*Gespräche, Zusammensein* etc.), was Jugendliche an Familienmahlzeiten *gefällt* oder *stört,* erfasst. Da das Essen bei Besuchen in anderen

[207] Die Inhaltsbereiche sind bei den Fragen durch Buchstaben repräsentiert. Im Einzelnen: Inhaltsbereich „Bedeutungen von Familienmahlzeiten" Buchstabe A (Fragen A-1 bis A-16), Inhaltsbereich „Bedeutungen des Essens im Kontext Familie und Peergroup" Buchstabe B (Fragen B-1 bis B-6), Inhaltsbereich „Bedeutungen des Körpers" Buchstabe C (Fragen C-1 bis C-7).

Familien i. d. R. freiwillig ist, soll anhand dieser weiteren Frage herausgefunden werden, was Jugendliche generell bei gemeinsamen Mahlzeiten schätzen.

Zwei Fragen beschäftigen sich mit dem Umfang der Konversation (*Redet ihr ... nie – sehr viel? Bleibt ihr nach dem Essen ... nie – oft ... sitzen?*) und drei weitere ermitteln mögliche Konflikte am Familientisch. Zur Beantwortung werden vierstufige Ratingsskalen[208] eingesetzt. Darüber hinaus werden Gesprächsinhalte und -partner erfasst.

Zwei Fragen beschäftigen sich mit dem Funktionswandel von Familienmahlzeiten. Für die Situation „*ich bekomme Hunger*" werden zwei Orte (zu Hause, unterwegs mit Freundinnen und Freunden (s. o. Fußnote 10) gewählt, für die jeweils Verhaltensalternativen zur Auswahl stehen. Vorgegebene Verhaltensalternativen (*warten, Kühlschrank, Riegel und Chips, Snack, Obst, ... unterdrücken des Hungers)* werden in vierstufigen Ratingskalen bezüglich ihrer Häufigkeit abgefragt. Bei der Verhaltensalternative *„ich unterdrücke meinen Hunger"* schließt eine offene Frage an, um Gründe für das Unterdrücken des Hungers zu erfassen.

Bedeutungen des Essens im Kontext Familie und Peergroup

Inspiriert durch die Fragemethode des topischen Perspektivwechsels wurde sowohl für häusliche wie auch für außerhäusliche Situationen des Essens („unterwegs mit Freunden bzw. Freundinnen") nach der Wichtigkeit (*eher wichtig bzw. eher unwichtig*) von jeweils 13 für jede der beiden Situationen identische Merkmale des Essens (*satt werden, gut schmecken* etc.) gefragt.

Mit fünf Fragen werden Präferenzen bzw. Peinlichkeiten hinsichtlich Lebensmitteln und Speisen, Lebensstilen und dazugehörigen Essweisen und Tischregeln erfasst: Zwölf Lebensmittel und Speisen – die den drei Kategorien *Basics, Symbolics* und *Unis* (vgl. Kapitel 2) entsprechen – sollen danach beurteilt werden, ob sie von Jugendlichen abgelehnt, wegen der anderen als „peinlich" bewertet oder wegen der anderen bevorzugt werden. In dem Gedankenspiel (*Wenn du viel Geld hättest, wie und was würdest du dann am liebsten essen?)* wird nach Vorstellungen eines alltagstauglichen „Traumessens" gesucht. Finanzielle Limits entfallen gänzlich, um Wünsche zu explorieren und daraus Bedeutungen abzuleiten. In Anlehnung an eine zum Zeitpunkt der Befragung populäre Fernsehsendung wird die Situation (B-4) konstruiert, dass ein Mitschüler bei „Big Brother" teilnimmt und dabei zu sehen ist, wie er acht für Essweisen typische Verhaltensweisen (*Orangen auspressen, Müsli essen etc.*) ausführt. Diese sollen bewertet werden (*normal, peinlich* bzw. *cool*). Um Bewertungen von inakzeptablen Verhaltensweisen zu erheben, wird die Situation konstruiert, dass sich Freund und Freundin kurz nach dem Kennen lernen zum gemeinsamen Essen in

[208] In den Fällen, wo es um die Selbstwahrnehmung und -bewertung aus der Sicht der Befragten als Teil des Lebenstils geht, wird auf eine Quantifizierung von „häufig", „oft" etc. verzichtet.

einer Pizzeria treffen. Fünf Verhaltensweisen beziehen sich auf die Essweise (*schmatzen* etc.), eine auf die Angemessenheit des Essens (*nur Pommes mit Ketchup*) und vier auf anderes (*über Kalorien reden* etc.). Die weitere Frage (B-6), ob Essen Anlass für Verabredungen ist, bezieht sich ebenfalls auf die Lebensweise.

Bedeutungen des „Körpers"

Präferenzen bezüglich der Vorstellungen über attraktive Körperformen werden in zwei Fragen ermittelt; die Figursilhouetten dafür sind der DGE-Studie (Pudel et al. 1992, S. 190 und S. 192; vgl. dazu auch Kapitel 5) entnommen. Neun Modellierungstechniken, die sich auf Bewegung, Ernährung und Muskelaufbaupräparate beziehen, werden hinsichtlich ihrer Häufigkeit in einer vierstufigen Ratingskala (nie, selten, oft und regelmäßig) erfasst. In gleichen zeitlichen Abständen wiederkehrende Verhaltensweisen ohne differenzierte Quantifizierung sollen durch „regelmäßig", häufig angewendete, jedoch nicht unbedingt gleichmäßig verteilte Verhaltensweisen durch „oft" erfasst werden.

Um erste Hinweise der Einflussnahme durch Eltern und Peergroup auf jugendliche Attraktivitätsvorstellungen zu explorieren, werden zwölf bzw. vier mögliche Kommentare (z. B. *Iss ordentlich! Du bist zu dick!*) vorgegeben, um zu erfassen, ob diese zum Alltag der Jugendlichen gehören. Zusätzlich werden von den vorgegebenen Eltern-Kommentaren zehn bewertet.

7.3 Untersuchungsdurchführung

Die Befragung wurde in Berlin durchgeführt. Zunächst wurden Oberschulen aus den westlichen Stadtgebieten telefonisch kontaktiert. Angestrebt wurde jeweils eine 8. und 10. Klasse in einer Schule jeden Schulzweigs zu befragen. Im Allgemeinen reagierten Schulleitungen sehr offen und schlugen (nach Rücksprache) Lehrkräfte vor, die in den Klassenstufen 8 und 10 unterrichteten und Interesse an der Untersuchung zeigten. In darauf folgenden persönlichen Gesprächen mit den Schulleitungen wurden Termine mit Lehrkräften, die an der Umfrage teilnehmen wollten, abgestimmt. Die Schulen erhielten zur Information vorab einen Fragebogen und einen Elterninformationsbrief. Obwohl zunächst auch Gymnasien offen auf die Anfrage reagierten, waren nur wenige Lehrkräfte bereit, dafür Unterrichtsstunden zur Verfügung zu stellen, oder andere Termine (Praktika, Klassenfahrten) blockierten die Durchführung im dafür vorgesehenen Zeitraum. Daher wurden zusätzlich private Schulträger kontaktiert.

Die Schulbehörde genehmigte die Befragung, die vom 6. April 2001 bis 18. Juli 2001 stattfand. Die Teilnahme an der Befragung war für die Jugendlichen freiwillig, anonym und

setzte das Einverständnis der Eltern voraus. Die Umfrage wurde von den Lehrkräften in den jeweiligen Klassen circa ein bis zwei Wochen vorher angekündigt und ein Elterninformationsbrief mit Einverständniserklärung ausgehändigt. Wie geplant wurden die Fragebögen in den Klassen in Anwesenheit der Klassenlehrerin bzw. des Klassenlehrers ausgeteilt und in der Stunde wieder eingesammelt − mit Ausnahme einer 8. Gymnasialklasse[209]. Vor dem Austeilen der Fragebögen wurde kurz das Ziel der Befragung erläutert, das Procedere der Bearbeitung erklärt, und die Jugendlichen konnten dazu Fragen stellen. Das Ziel des Projektes „Esskultur im Alltag", Unterricht zu verbessern, wurde von den Befragten sehr wohlwollend aufgenommen. Darüber hinaus wurde erläutert, dass es bei der Befragung nicht um „richtig" oder „falsch" gehe und die Fragebögen nicht von den Lehrkräften eingesehen werden können. Während des Ausfüllens wurden alle weiteren Fragen individuell beantwortet. Bei der Rückgabe wurden die Bögen − soweit möglich – von der Untersucherin auf Vollständigkeit geprüft und gegebenenfalls Ergänzungen erbeten.

Von 292 ausgeteilten Fragebögen kamen 281 ausgefüllte Bögen zurück. Für die nicht anwesenden Jugendlichen wurden Fragebögen hinterlegt. Vier ausgefüllte Bögen wurden nachgereicht. Alle deutschen Schülerinnen und Schüler haben die Bögen abgegeben, so dass für diese Gruppe eine Rücklaufquote von 100 % vorliegt. Da die Befragung in Unterrichtsstunden durchgeführt wurde und die unterrichtenden Lehrkräfte anwesend waren, bestand für die Schülerinnen und Schüler eine hohe Verbindlichkeit. Die Befragung stieß auf viel Interesse bei den Jugendlichen. Bei der Frage nach der Schul- und Berufsausbildung der Eltern traten viele Rückfragen auf. Einerseits hatten die Jugendlichen Schwierigkeiten bei der Zuordnung zu den vorgegebenen Kategorien. Sofern die Jugendlichen wussten, welchen Beruf ihre Eltern ausüben oder gelernt haben, wurden die dafür notwendige Mindest-qualifikation zugeordnet – wohlwissend, dass dieses nicht zwangsläufig die zutreffende Zuordnung sein muss. Andererseits war eine generelle hohe Unwissenheit über die berufliche Ausbildung der Eltern vorhanden. Auffallend war ein Zusammenhang mit dem besuchten Schulzweig. In den befragten Klassen des Gymnasiums gab es maximal zwei, bei den Hauptschulklassen dagegen sehr viele Rückfragen.

Zwei Fragebögen wurden nicht in die Auswertung einbezogen: Ein Schüler ist von einem diagnostizierten Kleinwuchs betroffen und fehlt aufgrund seiner Krankheit häufig in der Schule. Ein anderer Schüler kreuzte nur wenig und dieses unstimmig an und verunstaltete den Rest, so dass darauf geschlossen werden muss, dass dieser Schüler sich nicht auf die Fragen eingelassen hat.

[209] In einer 8. Klasse des Gymnasiums hat der Klassenlehrer den der Schule vorliegenden Fragebogen kopiert und mit dem Elterninformationsbrief nach Hause mitgegeben.

Den Klassen wurde ein Gruppengespräch zur Präsentation der Untersuchungsergebnisse und zur Diskussion angeboten, um ihre Teilnahme zu würdigen und weitere Informationen für die Fragestellung der Untersuchung zu gewinnen. Mehr oder weniger wünschten sich alle Jugendlichen über die Ergebnisse – und zwar ausnahmslos über die „Traumfiguren" – informiert zu werden. Im Frühjahr 2002 lagen erste Ergebnisse vor, die in einigen[210] der teilnehmenden und anderen Klassen vorgestellt und diskutiert wurden. Ferner wurde eine teilnehmende Schülerin interviewt. Von allen Diskussionen und Gesprächen wurden Tonaufnahmen und Gedächtnisprotokolle angefertigt.

[210] Aufgrund terminlicher und organisatorischer Schwierigkeiten, z. B. durch Wechsel der Lehrkräfte, konnten nicht alle Klassen, die an der Fragebogenbefragung teilgenommen hatten, auch bei den Klassendiskussionen dabei sein.

8 Ergebnisse

Die Befragung ist in die drei bearbeiteten thematischen Teilbereiche gegliedert, die sich in den Darstellungen der wesentlichen Ergebnisse (Kapitel 8.1 bis 8.3) wieder finden.

8.1 Familienmahlzeiten

Die Mehrheit der befragten 196 Schülerinnen und Schüler, nämlich 57,1 % isst täglich mit beiden Eltern oder mit einem von beiden (Tabelle 4). Weitere 15,3 % nehmen zwei bis vier Mal und 16,3 % ein bis zwei Mal wöchentlich an Familienmahlzeiten teil. Nur wenige gemeinsame Mahlzeiten im Monat sind bei 9,2 % üblich. Immerhin noch vier der befragten Jugendlichen verzichten ganz auf Familienmahlzeiten. Geschlecht, Schulzweig und Klassenstufe haben dabei keinen signifikanten Einfluss.

Tabelle 4 Teilnahme an Familienmahlzeiten

Häufigkeit der Teilnahme Jugendlicher an Familienmahlzeiten[211]		
	N = 196	%
nie	4	2,0
höchstens 1 Mal im Monat	5	2,6
2 − 3 Mal im Monat	13	6,6
1 − 2 Mal in der Woche	32	16,3
2 − 4 Mal in der Woche	30	15,3
1 Mal täglich	61	31,1
mehrmals täglich	51	26,0

Der Mehrheit, rund 90 %, gefällt das gemeinsame Essen. In erster Linie gefallen den Befragten die Gespräche (67,3 %) und das gute Essen (55,7 %); gleichzeitig stört 57,7 %, worüber geredet wird und 32,4 % würden lieber etwas anderes machen (Abbildungen 5 und 6). Tatsächlich geben mehr als drei Viertel an, dass bei den Familienmahlzeiten sehr bzw. ziemlich viel geredet wird. Gespräche werden sowohl bei der Frage „was gefällt dir an den gemeinsamen Mahlzeiten" als auch bei der Frage „was stört dich bei den gemeinsamen Mahlzeiten" von jeweils mehr als der Hälfte aller befragten deutschen Schüler genannt. Für die meisten Schülerinnen und Schüler gehören gemeinsames Essen und miteinander reden zusammen. Dabei wird – wenn überhaupt, denn über die Hälfte sagt, bei ihnen gäbe es selten oder nie Streit – am häufigsten über Schulthemen gestritten. Nur wenige drücken sich vor der gemeinsamen Mahlzeit (Anhang, Tabelle 23).

[211] In den Ergebnissen sind Prozentzahlen gerundet dargestellt, deshalb kann die Gesamtsumme von 100 % abweichen.

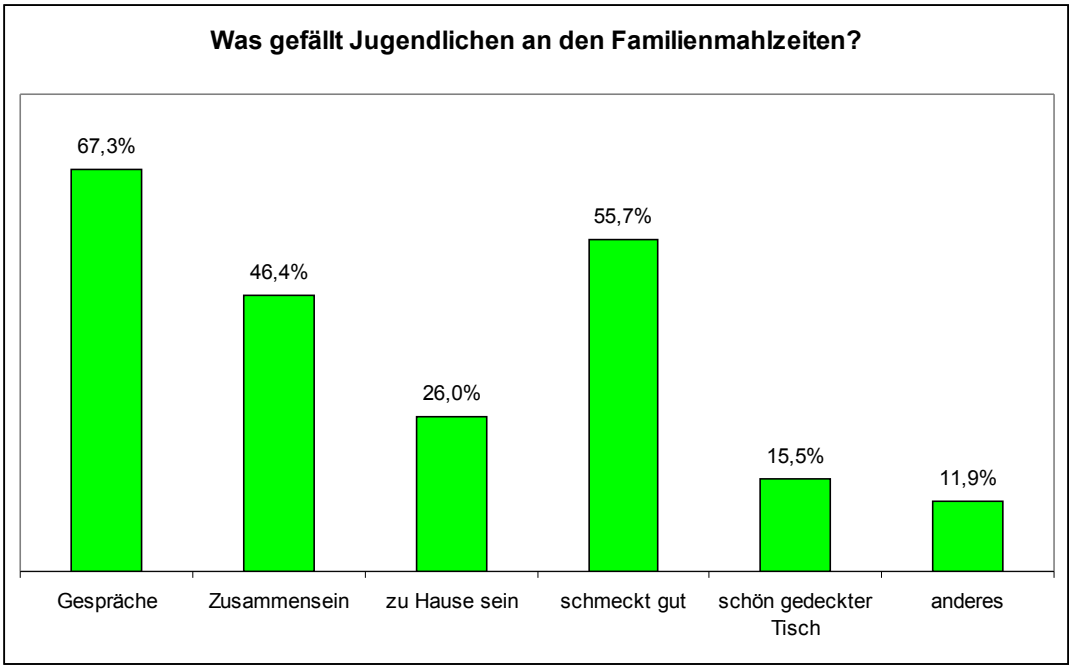


Abbildung 5 Was gefällt Jugendlichen an den Familienmahlzeiten?

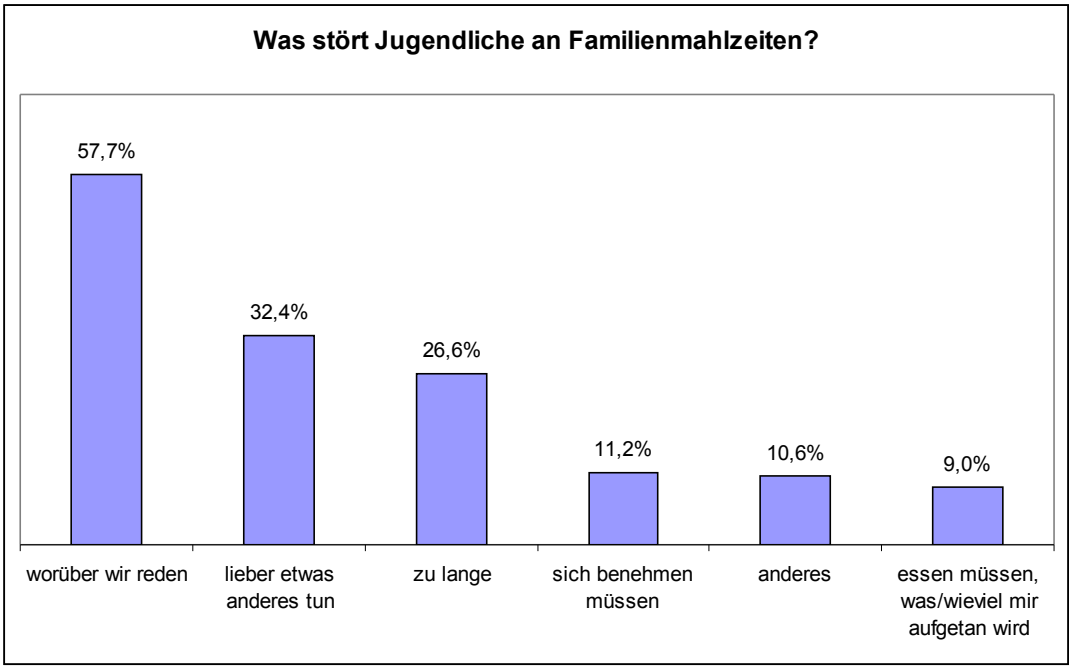


Abbildung 6 Was stört Jugendliche an den Familienmahlzeiten?

Über die meisten Themen (Tabelle 5) sprechen die befragten Jugendlichen mit der Mutter. Dabei werden am häufigsten Schule, Familie und persönliche Themen sowie Absprachen als Gesprächsthemen angegeben. Aber auch mit dem Vater gibt es einiges zu reden; v. a. über

die eigene Zukunft. Ohne über die Länge der Gespräche etwas zu wissen, zeigt sich bereits, dass mit Freundin und Freund über weniger Themen als mit den Eltern gesprochen wird.

Tabelle 5 Gesprächspartner und -themen

Gesprächs-partner	**Geschlecht der Befragten**	**Anzahl *N***	**Anzahl der Gesprächs-themen von möglichen 18** (gerundeter Mittelwert)	**Gesprächsthemen, die mehr als 50 % aller Jugendlicher mit jeweiligem Gesprächspartner angegeben haben** (geordnet nach abnehmender Häufigkeit)
Mutter	männlich	103	8,4	Schulnoten, Lehrer & Schule, Absprachen, Familienthemen, eigene Zukunft, mich selbst, Schulprobleme, Hobbies, Freunde/Freundinnen
	weiblich	93	9,0	
Vater	männlich	103	6,5	eigene Zukunft und Lehrer & Schule, Absprachen, über sich selbst
	weiblich	93	5,8	
Geschwister	männlich	103	3,9	
	weiblich	93	3,6	
Freund/in	männlich	103	6,0	Kino, Lehrer & Schule, Hobbies, Freunde/Freundinnen, Sport, eigene Zukunft
	weiblich	93	7,8	
andere	männlich	103	2,8	
	weiblich	93	2,6	
keiner	männlich	103	4,5	Rezepte, wie ich esse
	weiblich	93	4,3	

Bekommen die befragten Jugendlichen **zu Hause** Hunger, warten 67,9 % nie oder nur selten auf das gemeinsame Essen, denn der Hunger wird selten oder nie unterdrückt. Vielmehr schmieren sich sehr viele ein Brötchen, bereiten sich einen „Snack" zu oder schauen in den Kühlschrank, ob sie dort etwas Vorbereitetes finden. Für rund ein Drittel sind Chips und Riegel ab und zu eine Alternative. Nur 34,2 % essen daheim ab und zu oder oft Chips resp. Riegel, dagegen tun es 35,2 % selten und 30,6 % nie. Kommt der Hunger dagegen **unterwegs** mit Freunden, dann warten schon etwas mehr als die Hälfte (52,3 %) der Schülerinnen und Schüler häufig auf zu Hause. Aber es wird auch immer mal auf außerhäusliche Essensangebote zurückgegriffen, wie Fast Food, Teilchen vom Bäcker etc. Anders als zu Hause, wo 31 % nie und 35 % selten auf Riegel oder Chips zurückgreifen, verzichten lediglich rund 18 % unterwegs ganz auf Riegel oder Chips, 43,2 % essen diese unterwegs nur selten, wenn sie Hunger haben. Obst ist für den Hunger unterwegs bei 17,9 % keine Alternative. 39,5 % greifen selten, 26,3 % ab und zu und 16,3 % oft auf Obst zurück, wenn sie unterwegs Hunger bekommen.

Tabelle 6 Verhaltensalternativen bei Hunger unterwegs

Häufigkeiten der gewählten Verhaltensalternativen bei Hunger unterwegs					
„Was machst du, wenn du **mit Freunden/ Freundinnen unterwegs** bist und Hunger bekommst?"	nie	selten	ab und zu	oft	insgesamt
Ich warte bis ich wieder zu Hause bin	16,8	30,9	34,6	17,8	100
ich esse Fast Food	9,2	31,8	41,5	17,4	100
Ich gehe zum Bäcker	8,8	30,6	45,1	15,5	100
Ich esse Riegel, Chips o. ä.	18,2	43,2	27,1	11,5	100
Ich esse Obst	17,9	39,5	26,3	16,3	100
Ich unterdrücke meinen Hunger	40,9	26,9	20,2	11,9	100

(Angaben in %)

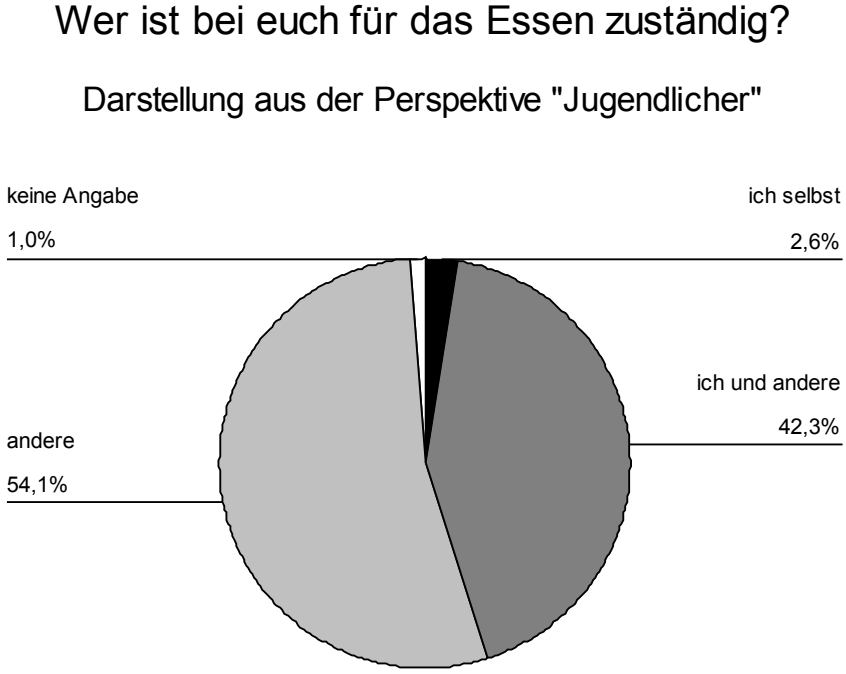


Abbildung 7 Zuständigkeit für das Essen

Für Aufgaben rund um das Essen sind bei den befragten Schülerinnen und Schüler **hauptsächlich die Mütter** allein (32,5 %) oder gemeinsam mit anderen (51,9 %) verantwortlich. Mehr als die Hälfte der befragten Jugendlichen kümmert sich nicht ums Essen (Abbildung 6); unabhängig von Geschlecht, Alter, Klassenstufe, Schulzweig und Erwerbstätigkeit der Eltern sind nur wenige der Befragten allein oder deren Väter allein (jeweils 2,6 %) für die Essensvorbereitungen zuständig.

8.2 Essen im häuslichen und außerhäuslichen Kontext

Um die Wichtigkeitseinschätzungen zu einzelnen Merkmalen des Essens in häuslichen und außerhäuslichen Esssituationen zu erfassen, wurde die relative Häufigkeit als Gradmesser gewählt und in eine Rangordnung gebracht (Tabelle 7). In der **häuslichen Situation** soll nach Meinung aller befragten Jugendlichen das Essen in erster Linie *gut schmecken*[212] (95,4 %), *satt machen* (84,7 %) und *gemütlich* sein (78,1 %). Mehr als die Hälfte würde gerne ohne Reglementierungen (56,7 %) und *gesund* (52,1 %) essen. Diese fünf Qualitäten des Essens werden von mehr als der Hälfte aller Befragten für die häusliche Situation genannt; die übrigen neun Merkmale werden von einer Minderheit zwischen 16 % und 41 % als wichtig erachtet. **Unterwegs mit der Peergroup** ist der deutlichen Mehrheit der befragten Jugendlichen neben *Geschmack* und *Sattwerden* wichtig, dass mit *anderen* zwanglos (*wie ich will*) und *gemütlich* gegessen werden kann. Der Faktor *mit anderen Zusammensein* nimmt Rangplatz 3 (von 13) der Wichtigkeit ein. Außerdem soll Essen nach Möglichkeit *preiswert* sein und andere Aktivitäten *nebenbei* ermöglichen. Damit werden von mehr als der Hälfte aller Befragten sieben von 13 Merkmalen des Essens für den außerhäuslichen Kontext für wichtig erachtet. Immerhin noch 44 % wollen außerdem, dass Essen *schnell* geht. Dagegen sind Qualitäten, die sich mehr auf die Eigenschaften des Essens beziehen wie *gesund und kalorienarm,* unwichtiger.

Tabelle 7 Häusliches und außerhäusliches Essen: Vergleich der Wichtigkeiten

Antwortverteilung auf die Frage, welche Merkmale den Jugendliche beim häuslichen und außerhäuslichen Essen wichtig sind, nach relativen Häufigkeit geordnet.				
Rangplatz	**Häusliche Situation**		**Außerhäusliche Situation**	
	eher wichtig	**relative Häufigkeit** (%)	**eher wichtig**	**relative Häufigkeit** (%)
1.	gut schmeckt	95,4	gut schmeckt	87,8
2.	satt werden	84,7	satt werden	73,5
3.	gemütlich	78,1	andere da sind	69,9
4.	essen, wie ich will	56,7	preiswert	56,6
5.	gesund	52,1	essen, wie ich will	54,4
6.	andere da sind	41,0	gemütlich	52,3
7.	gut aussieht	38,3	nebenbei	51,8
8.	schnell	33,2	schnell	44,4
9.	nebenbei	27,3	gut aussieht	40,0
10.	kalorienarm	26,3	gesund	37,4
11.	viel	25,6	cool	32,0
12.	preiswert	22,3	viel	21,1
13.	cool	16,1	kalorienarm	20,0

(Items, die von über 50 % aller Schülerinnen und Schüler[213] als eher wichtig eingestuft wurden, sind grau hervorgehoben.)

[212] Formulierungen bzw. sinngemäße (verkürzte) Wiedergabe der Items aus dem Fragebogendesign der hier durchgeführten Jugendesskulturstudie 2001 werden in kursiver Schrift dargestellt.

Die Beziehung zwischen den beiden Rangreihen zur Bedeutung des Essens zu Hause und unterwegs ist statistisch signifikant (r_s = 0,64; p = 0,018), d. h. die einzelnen Merkmale werden in eine ähnliche Wichtigkeitsabfolge gebracht. Die meisten der einzelnen Bewertungen der Jugendlichen von der Situation „zu Hause" und der Situation „unterwegs" unterscheiden sich aber in der Stärke der Wichtigkeit (Tabelle 8): Mit Ausnahme zweiter Items, die sich auf Art *(wie ich will; gut aussehen),* und eines weiteren Items*,* das sich auf die *Menge des Essens* bezieht, unterscheiden sich die Wichtigkeiten für die häusliche und außerhäusliche Situation statistisch signifikant. Dabei ist den befragten Jugendlichen **unterwegs** deutlich wichtiger als zu Hause, dass Essen *schnell, cool* und *preiswert* ist. Darüber hinaus soll Essen im *Zusammensein mit anderen sein und nebenbei* stattfinden. Zu Hause wollen Jugendliche im Vergleich zu unterwegs lieber *gesundes, kalorienarmes* Essen zum *Sattwerden*.

In einer darüber hinaus durchgeführten vierfachen Varianzanalyse mit Messwiederholungen der vier Faktoren Situation (zu Hause, unterwegs), Geschlecht, Klassenstufe und Schulzweig konnte festgestellt werden, dass die Jungen die *Menge* signifikant wichtiger ist als den Mädchen, und umgekehrt ist für die Mädchen *gesundes, kalorienarmes* Essen signifikant bedeutsamer als für Jungen. Außerdem finden sie es wichtiger, dass *andere da* sind. Die Klassenstufe spielte lediglich für das Item ..., *dass es schnell geht* − für die 10. Klasse wichtiger − eine Rolle. Ebenfalls auf die Schnelligkeit hatte der Schulzweig einen signifikanten Einfluss; so war dies besonders wichtig für Schülerinnen und Schülern des Gymnasiums. Für Hauptschüler und -schülerinnen hat cooles Essen signifikant größere Bedeutung als für die befragten Jugendlichen anderer Schulzweige. Auf den Preis achten dagegen Schülerinnen und Schüler der Hauptschule und des Gymnasiums.

[213] Geschlecht ist eine Strukturkategorie in der durchgeführten Untersuchung. Um Unklarheiten vorzubeugen wird darauf hingewiesen, dass „Schüler" ausschließlich Jungen und „Schülerinnen" entsprechend Mädchen meint.

Tabelle 8 Häusliches und außerhäusliches Essen: Vergleich der Wichtigkeiten

Vergleich der Wichtigkeiten in Esssituationen zu Hause und unterwegs[214]								
Item	**zu Hause**			**unterwegs**				
	M	**s**	***N***	**M**	**s**	***N***	**t**	**p**
... es schnell geht	0,33	0,47	196	0,44	0,50	196	-2,711	**0,007**
... es gut schmeckt	0,95	0,21	196	0,88	0,33	196	3,541	**0,000**
... es cool ist	0,16	0,37	193	0,32	0,47	193	-5,182	**0,000**
... es gesund ist	0,52	0,50	193	0,38	0,49	193	4,419	**0,000**
... ich essen kann, wie ich will	0,57	0,50	193	0,54	0,50	193	0,816	0,416
... es gemütlich ist	0,78	0,42	195	0,52	0,50	195	6,274	**0,000**
... es kalorienarm ist	0,26	0,44	194	0,20	0,40	194	2,382	**0,018**
... andere da sind	0,40	0,49	193	0,70	0,46	193	-7,586	**0,000**
... es nebenbei geht	0,27	0,45	193	0,52	0,50	193	-6,075	**0,000**
... es gut aussieht	0,39	0,49	192	0,40	0,49	192	-0,479	0,632
... es viel ist	0,25	0,44	194	0,21	0,41	194	1,640	0,103
... ich satt werde	0,85	0,36	196	0,73	0,44	196	3,908	**0,000**
... es preiswert ist	0,22	0,42	193	0,56	0,50	193	-8,896	**0,000**

Wie und was würden Jugendliche am liebsten essen?

Im Großen und Ganzen möchten Jugendliche nur wenig an ihren Essgewohnheiten ändern. So äußern sich 22 von 196 Jugendlichen (11 %) überhaupt nicht zur Frage, *wenn du viel Geld hättest, wie und was würdest du dann am liebsten essen*. Weitere 20 % wollen „wie jetzt" essen. Wenn sie wählen könnten, dann wäre rund einem Viertel ihr Lieblingsgericht (v. a. Pizza und Schnitzel) wohl am liebsten. Neben Pizza kommen auch Obst und belegte Brote (Frage B-2 zu den Nahrungsmittelpräferenzen) bei mehr als 90 % aller befragten Jugendlichen gut an. Einige träumen (12 %) davon, möglichst „teuer" oder „luxuriös" zu essen – allerdings ohne zu beschreiben, was sie darunter verstehen.

In der konstruierten Frage (B-4) zur Fernsehsendung „Big Brother" (Tabelle 9) zeigt sich eine hohe Toleranz fast aller Befragten gegenüber verschiedenen Essweisen und dazugehöriger Zubereitungsmethode. So finden sie beispielsweise *Müsli essen* (92 %) genauso normal wie *Braten übergießen* (86 %). Cool oder peinlich ist kaum etwas. Nur wenige finden *Orangen auspressen* (11 %) und *Tiefkühlpizza essen* (10 %) cool. Ausnahme ist *Kalorien zählen* (63 %) und *Austern schlürfen* (45 %), das viele als peinlich bezeichnen. Am peinlichsten ist das *Kalorien zählen* den Gymnasiastinnen und Gymnasiasten (71 %; p = 0,006), dicht gefolgt von den Gesamtschülerinnen und -schülern (67 %). Es fällt auf,

[214] Für die Situationen „zu Hause" und „unterwegs" sind die relativen Häufigkeiten als Mittelwerte dargestellt. Mittels t-Test werden die relativen Häufigkeiten zwischen den Bedeutungen des Essens in den Situationen zu Hause und unterwegs verglichen. Signifikante Unterschiede werden durch den **fett**gedruckten p-Wert hervorgehoben.

dass niemand der Befragten der Realschule und des Gymnasiums angibt, öffentliches *Kalorien zählen* sei cool; dagegen finden einige Schülerinnen und Schüler der Hauptschule (10 %) und der Gesamtschule (7 %) dieses cool.

Tabelle 9 Toleranz gegenüber anderen Essverhaltensweisen

Toleranz gegenüber Verhaltensweisen bei der Fernsehsendung „Big Brother"			
Stell dir vor, jemand aus deiner Klasse ist bei Big Brother und du sieht im Fernsehen wie er/ sie ...	**Das**	**finde**	**ich ...**
	peinlich	**total normal**	**cool**
.. Müsli isst		**92,2**	
.. Mohrrüben knabbert	14,5	**78,2**	
.. Orangen auspresst		**85,5**	10,9
.. Tiefkühlpizza isst		**85,0**	10,4
.. Schokoriegel vertilgt	14,6	**78,1**	
.. Kalorien zählt	**62,5**	32,8	
.. Austern schlürft	44,7	47,4	
.. Braten übergießt	10,9	**86,0**	

(Angaben in %; nur Angaben über 10 % berücksichtigt; Angaben über 50 % in **Fettdruck**.)

Die Mehrheit stört es total, wenn der andere *rülpst, schmatzt* und *über Kalorien redet* (Tabelle 10). *Schmatzen* und *rülpsen* stört mehr Mädchen als Jungen. Das *Reden über Kalorien* stört bei beiden Geschlechtern etwa die Hälfte aller Befragten. Beim *Rauchen* gibt es zwei Lager: die einen stört es gar nicht, die anderen total. Folgende Verhaltensweise stören eher gar nicht: Essen ohne Messer, mit dem Eis anfangen, bevor der andere aufgegessen hat, nicht aufessen, nur Pommes mit Ketchup essen und etwas vom Teller nehmen. Insgesamt sind Mädchen zwar etwas empfindlicher gegenüber den meisten angegebenen Verhaltensweisen (10 von 14) bei Tisch, die Unterschiede zu den Jungen sind jedoch nicht sehr groß.

Tabelle 10 Toleranz gegenüber Verhaltensweisen bei Tisch

			störtt ...			
Rang[215]	**Verhaltensweisen**[216]	**Mittelwert**[217]	**gar nicht**	**etwas**	**ziemlich**	**total**
1.	rülpst	3,11			**x**	**xx**
2.	schmatzt	2,98			**x**	**xx**
3.	redet über Kalorien	2,60			**x**	**xx**
4.	spricht mit vollem Mund	2,57		**xx**		**x**
5.	leckt sich Finger ab	2,46	**x**	**x**	**xx**	
6.	raucht während ich esse	2,38	**xx**			**x**
7.	anderes[218]	2,33	**xx**			**x**
8.	leckt Messer ab	2,27	**xx**	**x**		
9.	isst schnell und hastig	2,19	**x**	**xx**		
10.	nimmt mir etwas vom Teller	2,00	**xx**	**x**		
11.	fängt schon mit dem Eis an, während ich noch Pizza esse	1,75	**xx**	**x**		
12.	isst nur mit der Gabel (ohne Messer)	1,72	**xx**	**x**		
13.	isst nur Pommes mit Ketchup	1,54	**xx**	**x**		
14.	isst nicht auf	1,46	**xx**	**x**		

Zur Verteilung in den Spalten der Antwortvorgaben: xx = höchste Prozentzahl; x = zweithöchste Prozentzahl

8.3 Vorstellungen eines attraktiven Körpers und Figurmodellierung

Attraktivste Frauenfigur

Auf Platz 1 aller Jugendlichen steht der *Wespentaillentyp* (37,7 %), auf Platz 2 der *sportlich-androgyne* Typ (32,5 %) und auf Platz 3 der *extrem muskulöse* Typ (16,8 %). Typ „*adipös"* und Typ „*oben dick, Beine dünn"* wurde von keinem auswählt. Die Wahl der Mädchen (Tabelle 11) differiert leicht: So bevorzugten mit 36,6 % mehr Mädchen den *sportlich-androgynen* Typus als den *Wespentaillentyp* (31,2 %). Bei den Jungen sind die Vorlieben umgekehrt wie bei den Mädchen. Jungen präferieren eher den *Wespentaillentyp* (43,9 %) und deutlich weniger den *sportlich-androgynen* Frauenkörper (28,6 %). Für fast alle Jungen (98 %) kommen nur vier Körperformen für ihre Auswahl in Frage. Der Normaltypus erhält in keiner Gruppe mehr als 10 %.

[215] Rangplatz nach abnehmendem Mittelwert (vgl. Fußnote 217).

[216] Geschlechtsunterschiede sind farblich markiert (stört mehr Mädchen oder mehr Jungen).

[217] Dazu werden den Antwortalternativen folgende Wertezugeordnet: stört gar nicht = 1; stört etwas = 2; stört ziemlich = 3; stört total = 4. Daraus wird der Durchschnittswert ermittelt.

[218] Verhaltensweisen, die genannt wurden sind (geordnet nach Häufigkeit, absteigende Reihenfolge): dauerndes, lautes Reden − pubsen, schlürfen − meckern und nicht genießen − mich angucken − streiten − Jogginghose tragen − ...

Tabelle 11 Attraktivste Frauenfigur

	bei Mädchen		bei Jungen	
Körperform	**Rangplatz**	**%**	**Rangplatz**	**%**
Wespentaillentyp	2.	*31,2*	1.	*43,9*
sportlich-androgyner Typ	1.	*36,6*	2.	*28,6*
extrem muskulöser Typ	3.	*16,1*	3.	*17,3*
normaler Typ	5.	*3,2*	4.	*8,2*
Typ „Twiggy”	4.	*8,6*	5.	*1,0*

Attraktivste Männerfigur

Die Mehrzahl aller Befragten bevorzugt den *extrem muskulösen* Typ (40,0 %) und den *sportlichen* Männertyp (33,7 %). Auch bei der Wahl der attraktivsten Männerfigur ist der Normaltypus besonders bei den Jungen wenig beliebt, obwohl immerhin 10,8 % der Mädchen diesen Typus − allerdings ohne Bauchansatz − bevorzugen. Überhaupt finden Mädchen und Jungen unterschiedliche Figurtypen attraktiv (Tabelle 12): So bevorzugen mehr Mädchen die sportliche Körperform (37,6 %) als die extrem muskulöse (32,3 %). Dagegen ist letzterer klarer Favorit bei fast der Hälfte der Jungen (47,4 %). Immerhin finden noch knapp ein Drittel (29,9 %) der Jungen den sportlichen Typ attraktiv. Anders als die Mädchen (1,1 %) bevorzugte jeder zehnte Junge auch die extreme Y-Form. Bei einigen Mädchen kam auch der dünne Körpertyp ohne Bauch (über 10 %) und mit Bauch (6,5 %) an. Keine(r) wählte den Typ „oben dick, Beine dünn”.

Tabelle 12 Attraktivste Männerfigur

	bei Mädchen		bei Jungen	
Körperform	**Rangplatz**	**%**	**Rangplatz**	**%**
sportlich	1.	*37,6*	2.	*29,9*
extrem muskulös (Body-Builder)	2.	*32,3*	1.	*47,4*
extreme Y-Form	6.	*1,1*	3.	*10,3*
„statistischer Normalmann”	3.	*10,8*	4.	*5,2*
dünn	3.	*10,8*	5.	*2,1*
„normal” mit Bauchansatz	8.	*0,0*	5.	*2,1*
dünn mit Bauch	5.	*6,5*	9.	*0,0*

Was tun Jugendliche für ihre Figur?

Jugendliche treiben Sport, bewegen sich mehr und verzichten auf Nahrung, wenn sie etwas für ihre Figur tun wollen (Tabellen 13ff.). Mädchen und Jungen verhalten dabei unterschiedlich.

Tabelle 13 Gewählte Methoden der Figurmodellierung

Übersicht zu den regelmäßigen oder oft eingesetzten Methoden der Figurmodellierung		
Rang[219]	*Wenn ich etwas für meine Figur tun will, dann ...*	%
1.	... treibe ich Sport	74,0
2.	... bewege ich mich mehr	68,4
3.	... verzichte ich auf Dinge, die ich gerne esse	30,6
4.	... lasse ich täglich mindestens eine Mahlzeit ausfallen	22,4
5.	... esse ich mich nicht satt	17,0
6.	... mache ich eine Diät	15,8
7.	... zähle ich Kalorien	10,2
8.	... esse ich Dinge, die ich sonst nie esse	7,7
9.	... esse ich Muskelaufbaupräparate	3,5

Sport und Bewegung ist das Mittel der Wahl für die Jungen

Jungen bewegen sich zwar insgesamt mehr als die Mädchen (Tabelle 14); die Unterschiede sind jedoch nicht statistisch signifikant (Sport treiben: p = 0,095). Mehr als drei Viertel der befragten Jungen (78 %) treiben regelmäßig oder oft Sport; und knapp drei Viertel (69 %) bewegt sich mehr.

Tabelle 14 Bewegung als eingesetzte Figurmodellierungsmethode

	Ich bewege mich mehr, wenn ich etwas für meine Figur tun will	
	selten/nie	regelmäßig/oft
Jungen	31	69
Mädchen	32	68
	Ich treibe Sport, wenn ich etwas für meine Figur tun will	
	selten/nie	regelmäßig/oft
Jungen	22	78
Mädchen	30	70

(Angaben in % von Geschlecht)

[219] Rangliste geordnet nach Häufigkeiten (in absteigender Reihenfolge) von Dingen, die die Schülerinnen und Schüler **regelmäßig oder oft** tun.

Für Jungen ist neben Bewegung und Sport auch die Einnahme von Muskelaufbaumitteln eine Möglichkeit zur Beeinflussung ihrer Figur (Tabelle 15). Knapp 7 % geben an, diese regelmäßig oder oft einzunehmen. Unterschiede zwischen Schulzweigen (nur bei Jungen) sind statistisch signifikant (p = 0,012). So gibt kein Gymnasiast und nur drei Gesamtschüler geben an, jemals Präparate zu konsumieren; dagegen sind es 15 Haupt- und Realschüler, die diese schlucken.

Tabelle 15 Muskelaufbaupräparate als eingesetzte Figurmodellierungsmethode

Einnahme von Muskelaufbaupräparaten nach Schulzweigen (nur Jungen)					
Schulart	**Schüler**	*Ich esse Muskelaufbaupräparate, wenn ich etwas für meine Figur tun will*			
		nie	selten	oft	regelmäßig
Hauptschule	32	23	6	2	1
Realschule	17	11	3	0	3
Gymnasium	28	28	0	0	0
Gesamtschule	26	23	2	1	0
Gesamtanzahl	**103**	**85**	**11**	**3**	**4**

Für ihre Figur verzichten Mädchen in erster Linie auf Nahrung

Mädchen treiben ähnlich viel Sport wie Jungen, so setzen knapp drei Viertel (70 %) der befragten Mädchen regelmäßig und oft Sport zur Figurmodellierung ein. Und fast ebenso viele (68 %) bewegen sich zu diesem Zweck mehr (vgl. Tabelle 14). Zusätzlich zu Sport und Bewegung reduzieren Mädchen häufig noch die Nahrungsmenge (vgl. Tabelle 16). Fast die Hälfte verzichtet regelmäßig oder oft auf Dinge, die sie gerne essen. Ebenso lässt über ein Drittel häufig mindestens eine Mahlzeit täglich ausfallen. Nahezu ein weiteres Drittel der Mädchen tut das zumindest selten. Rund 35 % der Mädchen geben an, nie eine Mahlzeit ausfallen zu lassen. Etwas weniger, aber in der Tendenz vergleichbare Ergebnisse erhält man zum Nicht-Satt-Essen und zum Kalorien zählen.

Nur wenige Jungen (zwischen 5 % und 16 %) kommen auf die Idee, für ihre Figur regelmäßig oder oft auf Nahrung zu verzichten. Jungen unterscheiden sich dabei signifikant[220] von den Mädchen. Darüber hinaus machen Mädchen signifikant öfter als Jungen eine „Diät" (p = 0,000). Knapp 30 % der Mädchen tun dieses regelmäßig oder oft. Hier liegen Unterschiede zwischen den Schulzweigen (Tabelle 17) vor: Schülerinnen und Schüler der befragten Haupt- und Realschulklassen gaben – wenn auch nicht signifikant (p = 0,088) – häufiger an, eine „Diät" zur Erreichung einer besseren Figur einzusetzen. Dagegen ist bei allen befragten Jugendlichen gleichermaßen unbeliebt, andere Dinge zu essen (p = 0,082).

[220] Verzicht auf Mahlzeit: p = 0,000; Verzicht auf Dinge, ...: p = 0,000; nicht satt essen: p = 0,004; Kalorien zählen: p = 0,004.

Tabelle 16 Verändertes Essverhalten als Figurmodellierungsmethode

Ich lasse täglich mindestens eine Mahlzeit ausfallen, wenn ich etwas für meine Figur tun will		
	selten/nie	regelmäßig/oft
Jungen	88	12
Mädchen	66	34
Ich verzichte auf Dinge, die ich gerne esse, wenn ich etwas für meine Figur tun will		
Jungen	84,5	15,5
Mädchen	53	47
Ich esse mich nicht satt, wenn ich etwas für meine Figur tun will		
Jungen	87	13
Mädchen	78	22
	... zähle ich Kalorien	
Jungen	95	5
Mädchen	84	16
Ich mache eine Diät, wenn ich etwas für meine Figur tun will		
Jungen	94	6
Mädchen	73	27
Ich esse andere Dinge, wenn ich etwas für meine Figur tun will		
Jungen	91	9
Mädchen	93,5	6,5

(Angaben in % von Geschlecht)

Tabelle 17 Diät als eingesetzte Figurmodellierungsmethode

Häufigkeit der Durchführung von Diät differenziert nach Schulzweigen		
Ich mache eine Diät, wenn ich etwas für meine Figur tun will		
	selten/nie	regelmäßig/oft
Hauptschule	0	20
Realschule	78	22
Gymnasium	89	11
Gesamtschule	86	14
Durchschnitt (von *N* in %)	**84**	**16**

(Angaben in % von den Schulzweigen)

Elternkommentare

Mehr als die Hälfte der befragten Jugendlichen findet es gut, wenn Eltern zu ihren Kindern in einer entsprechenden Situation Folgendes sagen:

- „Iss mehr Obst und Gemüse!" (62,8 %)
- „Iss ordentlich!" (52,8 %)
- „Iss langsamer!" (51,5 %).

Tatsächlich scheinen die befragten Schülerinnen und Schüler diese drei Aufforderungen von ihren Eltern, meist von der Mutter, am häufigsten zu hören. Mehrheitlich lehnen die befragten Jugendlichen darüber hinausgehende elterliche Regulierungen hinsichtlich des

Essverhaltens eher ab; und nur eine Minderheit muss diese wohl auch ertragen. Beispielsweise sagen nach Auskunft ihrer Kinder 13 % der Eltern: „Du bist zu dick!" Und 24 % sagen: „Du bist zu dünn!" Fast 12 % der heranwachsenden Söhne, aber nur 3 % der Töchter werden von ihren Eltern direkt aufgefordert, sich Mühe mit ihrem Aussehen zu geben.

Kommentare in der Peergroup

Sowohl Eltern als auch Jugendlichen untereinander halten sich mit Kommentaren zum Essverhalten anderer zurück. Am häufigsten scheint das „Diätverhalten" der Mädchen zu Kommentaren herauszufordern; 36 % der befragten Mädchen bekommen regelmäßig oder oft zu hören: „Bist du etwa schon wieder auf Diät!" und 38 % „Du isst schon wieder nichts!"

9 Interpretation und Diskussion

9.1 Familienmahlzeiten aus der Perspektive der Jugendlichen

Um Stellenwert, Wichtigkeit und Funktionen von Familienmahlzeiten interpretieren und diskutieren zu können, ist es zunächst von Bedeutung, ob Familienmahlzeiten überhaupt noch zum Alltag von Jugendlichen gehören. Die dazu erhobenen Daten (vgl. Kapitel 8.1, Tabelle 4) zeigen, dass die Mehrzahl der Jugendlichen regelmäßig an Familienmahlzeiten teilnimmt. Konkret isst immerhin knapp die Hälfte aller Befragten wenigstens einmal am Tag mit Eltern bzw. einem Elternteil. Fast alle befragten Jugendlichen (9/10) nehmen mindestens einmal wöchentlich an Familienmahlzeiten teil − i. d. R. deutlich häufiger. Anders als angenommen, ist die Häufigkeit der Teilnahme an den Familienmahlzeiten unabhängig von Schulzweig, Klassenstufe und Alter. Auch den wenigen Jugendlichen, die nie (2 %) oder äußerst selten (ca. 9 %) mit Eltern essen, scheinen gemeinsame Mahlzeiten zu gefallen (vgl. Anhang, Tabelle 18). Damit ist das Gefallen von Familienmahlzeiten nicht in direkten Zusammenhang mit der tatsächlichen Teilnahme zu bringen. Konkurrierende Prioritäten (z. B. beim Sonntagsfrühstück das Ausschlafen, beim Abendessen das abendliche Freizeitprogramm) und alternative Versorgungsmöglichkeiten (Kühlschrank etc.) können in diesen Fällen mögliche Gründe für die Nichtteilnahme sein. Nach den hier erhobenen Daten ist hier ein Funktionswandel der Familienmahlzeit (s. u.) zu beobachten. Daher stellt sich die hier nicht beantwortbare Frage, ob für diese wenigen Jugendlichen, die selten oder nie gemeinsam mit der Familie essen, ein alternativer Bereich zur Familienkommunikation verfügbar ist oder ob dieser ganz fehlt.

Die Mahlzeitensituation ist ein Spiegel der Familiensituation und der subjektiven Wertschätzung. Welche Regeln, welche Familientraditionen, welche Rituale gepflegt werden, wird in gemeinsamen Interaktionsprozessen zwischen den Familienmitgliedern ständig verfestigt oder verändert. Im Sinne einer Momentaufnahme wird hier nach Elementen von Familienmahlzeit gefragt, die Jugendlichen gefallen oder sie stören. Zunächst zeigen die Ergebnisse, dass fast 90 % aller befragten Jugendlichen (Kapitel 8.1) gemeinsame Familienmahlzeiten *gefallen*. Dieses Ergebnis wird gestützt durch die offene Frage zum Gedankenspiel − *wenn du viel Geld hättest, wie und was würdest du dann am liebsten essen?* (vgl. Anhang). Hier antworten 40 Jugendliche sinngemäß, dass sie *wie bisher essen wollen.* Weitere dreizehn wünschen sich explizit ein Essen *mit der Familie* oder *zu Hause*. Umso wichtiger erscheint die genaue Betrachtung, was bei Jugendlichen bezüglich gemeinsamer Mahlzeiten mit der Familie gut ankommt und was stört (vgl. Kapitel 8.1, Abbildungen 5 und 6). Nach den hier erhobenen Daten genießen Jugendliche v. a. Gespräche, gutes Essen und Zusammensein.

Weniger beliebt sind dagegen die Gesprächsthemen. Einerseits gefallen den Jugendlichen also Tischgespräche (67,3 %) und andererseits stören die Gesprächsthemen (57,7 %). Wie erklärt sich diese Ambivalenz? Eine zunehmende Bedeutsamkeit der Kommunikationsfunktion für Familienmahlzeiten deutete sich bereits aufgrund der Literatur (Barlösius 1999, S. 185) und der Durchsicht von Daten aus vorliegenden Studien (Sellach 1996; Heyer 1997; Brombach 2000b, 2001; Meyer 2002) an; hier liegen nun weitere Daten (vgl. Anhang, Tabelle 19) dazu vor, die dieses bekräftigen und eine vertiefende Analyse ermöglichen. Tatsächlich reden etwa vier Fünftel aller Familien ziemlich bzw. sehr viel bei gemeinsamen Mahlzeiten und über 60 % bleiben sitzen, nachdem sie aufgegessen haben (vgl. hierzu auch Meyer 2002). Die Daten zum Essen in anderen Familien stützen die angenommene Wichtigkeit von Tischgesprächen.

Ein Haupt- und gleichzeitig ein Streitthema am Familientisch ist Schule. So geben circa 80 % an, dass beim gemeinsamen Essen über Schule gestritten wird (vgl. Anhang, Tabelle 22). Insgesamt wird allerdings − zumindest nach Angaben der befragten Jugendlichen − lediglich in knapp 8 % der Familien oft und in etwa 30 % ab und zu beim Essen gestritten. Rückfragen in Klassendiskussionen und Einzelgespräche mit einigen der befragten Jugendlichen lassen an diesen Angaben Zweifel aufkommen; vermutlich beschönigen die Befragten die häusliche Situation beim gemeinsamen Essen[221]. Unabhängig davon, *drücken sich* nur sehr wenige (circa 3 %) öfters vor Familienmahlzeiten (vgl. Anhang, Tabellen 23 und 24 und 25). Bekannt ist von Magersüchtigen, dass sie gemeinsame Mahlzeiten vermeiden, um der Aufmerksamkeit der Eltern und anderen Personen zu entgehen. Ein 16-jähriges Mädchen (eine von den insgesamt sechs Personen, die sich oft vor gemeinsamen Mahlzeiten drücken) ist diesbezüglich auffällig (vgl. Anhang, Tabelle 26). Nach ihren Angaben lässt sich ein Body Mass Index von unter 18 errechnen, alle anderen sind normal- bzw. übergewichtig. Essstörungen sind jedoch nicht Thema dieser Arbeit. Deshalb kann eine Vertiefung des Zusammenhangs zwischen Magersucht und Vermeiden von gemeinsamem Essen im Rahmen dieser Arbeit nicht geleistet werden.

Für die Mehrzahl der Jugendlichen gehören Gespräch und Familienmahlzeit zusammen. Der besuchte Schulzweig hat Einfluss darauf, wie viel geredet wird, und ob die Familie nach dem Essen am Tisch sitzen bleibt (vgl. Anhang). Dieses kann als ein Hinweis gedeutet werden, dass Dauer und Intensität von Tischgesprächen sozial different sind. Dieses trifft jedoch nicht auf die Vielfalt der Gesprächsthemen zu. Gefragt wird nach einzelnen Gesprächsthemen und -partnern (vgl. Kapitel 8.1, Tabelle 5 und Anhang, Tabelle 21). Der

[221] Nach den Eindrücken v. a. aus Einzelgesprächen mit Schülerinnen in der Pause wird deutlich: Streit gehört nicht zu den Vorstellungen einer „richtigen" Familie, daher wird gegenüber Dritten ein Bild einer harmonischen Familie, in der nicht oder nur wenig gestritten wird, vorgegeben.

Überblick zeigt, dass sowohl Mädchen wie Jungen über die meisten Themen mit der Mutter reden. Das deckt sich mit Ergebnissen neuerer Jugendstudien (14. Shell Jugendstudie 2002; Zinnecker et al. 2002), in denen Jugendliche ebenfalls die Mutter als wichtigste Gesprächspartnerin nennen. Im Übrigen werden Mütter mit zunehmendem Alter der Jugendlichen auch „zentrale Konfliktpartnerinnen" (Zinnecker et al. 2002, S. 162), mit denen vornehmlich gestritten wird. Das kann eine Folge des „Verschwindens" der Väter vom Familientisch sein − besonders mittags. Wie aus anderen Studien (Brombach 2003; Heyer 1997; Sellach 1996) bekannt ist, essen viele (besonders der jüngeren Kinder) mit ihren Müttern, wenn sie aus der Schule kommen (DGE 2004). Kaum verwunderlich, dass in den Gesprächen mit Müttern der Themenbereich Schule eine dominante Rolle spielt. Mütter nehmen bei den mittäglichen Mahlzeiten am ehesten unmittelbar am (Schul-)Leben der Kinder teil. Bereits Brombach (2001, S. 240) stellt fest, dass viele Mütter bewusst auf eine Vollzeiterwerbstätigkeit verzichten, um gemeinsam mit den nach Hause kommenden Kindern zu essen, zu kommunizieren und um diese emotional zu entlasten. Brombachs Ergebnis wird durch die hier erhobenen Daten gestützt, wenngleich einschränkend festgestellt werden muss, dass die Option zur Teilnahme an Familienmahlzeiten auch zu einem Rückzug der Jugendlichen führen kann, und dass Väter einer der wichtigsten Gesprächspartner − nicht nur für Jungen – sind. Väter sind bei Familienmahlzeiten insgesamt sicherlich zeitlich weniger präsent als Mütter. Nach neueren Jugendstudien (Zinnecker et al. 2002, S. 15ff. und S. 151; 14. Shell Jugendstudie 2002) sind Väter als Ansprechpartner und Bezugsperson zwar weniger gefragt als Mütter, jedoch nach wie vor wichtiger als andere Personen (z. B. die besonders für Jugendliche bedeutende Freundesgruppe). Als Vorbilder sind ebenfalls beide Eltern anerkannt[222].

Nach den hier erhobenen Daten (vgl. Kapitel 8.1, Tabelle 5) reden die befragten Mädchen und Jungen über durchschnittlich acht bis neun Themen mit ihren Müttern und über sechs bis sieben Themen mit ihren Vätern. Eigene Zukunft, Lehrkräfte, Schule, Absprachen und eigene Person sind Themen, die mit beiden Eltern besprochen werden. Mit Vätern stehen Gespräche über die eigene Zukunft an erster Stelle, nicht so bei den Müttern (Rangplatz 5). Themen, die weniger mit den Vätern besprochen werden sind Schulnoten, -probleme und Familienthemen − dieses sind eher Themen für ein Gespräch mit Müttern.

Legt man die Themenvielfalt zugrunde, sind Väter nach den Müttern zweitwichtigster Gesprächspartner − obwohl über ein Fünftel (rund 22 %) nicht mit dem eigenen Vater in einem Haushalt lebt. Mit allen anderen Gesprächspartnern wird über weniger Themen gesprochen. Das trifft auch auf die knapp 60 % der Jugendlichen zu, die im gleichen

[222] Von den 60 %, die Vorbilder haben, ist bei den weiblichen Personen die Mutter mit knapp 30 % auf Rangplatz 1, der Vater mit 23 % auf Rangplatz 2 nach Sportlern (Zinnecker et al. 2002, S. 53).

Haushalt lebende Geschwister haben. Mit Freundinnen und Freunden tauschen sich die hier befragten Jugendlichen über mehr Themen aus als mit sämtlichen weiteren Personen im Familienkreis ([Halb-]Geschwister, Stiefeltern, Großeltern etc.). Das deckt sich mit ebenfalls mit Ergebnissen aus aktuellen Jugendstudien (Zinnecker et al. 2002, S. 26 und 59ff.).

Die von den Befragten angegebenen Themenbereiche der innerfamiliären Kommunikation unterscheiden sich von denen im Freundeskreis (vgl. Kapitel 8.1, Tabelle 5). Über die eigene Person und Schulprobleme wird eher mit Eltern geredet. Dagegen drehen sich Gespräche unter Freunden mehr um Kino, Hobbies und Sport.

Sofern Jugendliche über ihre eigene Person und ihre Zukunft sprechen, sind also beide Elternteile gefragt. In diesem Zusammenhang sollten Unterschiede zwischen den Mahlzeitensituationen unter der Woche und am Wochenende überdacht werden. Alltägliche Mittagsmahlzeiten sind eher funktional (Brombach 2003, S. 132) ausgerichtet. Zeitknappheit und Angespanntheit sind dabei kennzeichnend sowohl für Mütter als auch Jugendliche. Dagegen überwiegt am Wochenende eine eher entspannte Atmosphäre, die mehr Zeit und Geduld für tiefergehende Gespräche lässt, außerdem sind die Väter zu Hause. Nach den ersten Eindrücken (Interviews und v. a. Klassendiskussionen) genießen dieses viele Jugendliche. Obwohl „frühes" Aufstehen als „belastend" empfunden wird, nehmen die meisten offensichtlich gerne am sonntäglichen Frühstück teil und finden es schön.

In der Phase der Jugend können externe Impulse für die Identitätsbildung anregend wirken. Auch wenn nach den Daten Essen in Familien von Freundinnen und Freunden (vgl. Anhang) nur für eine Minderheit alltäglich ist, schätzen Jugendliche hierbei die Abwechslung, das leckere Essen und die interessanten Gespräche. Mit anderen Familien gemeinsam zu essen, bedeutet die Vorteile einer Familienmahlzeit aufgrund der fehlenden Abhängigkeit bzw. Zugehörigkeit, ohne die Nachteile zu genießen. Durch die eher beobachtende Rolle als Nicht-Familienmitglied können alternative Sichtweisen gewonnen werden. Allerdings müssen sie sich wahrscheinlich besser als zu Hause benehmen; sie gewinnen dadurch aber auch Anerkennung.

Trotz der allgemein guten Bewertung essen Jugendliche erstaunlich selten in anderen Familien. Essensverabredungen zu Hause bei anderen bleiben die Ausnahme. Über die Gründe kann aufgrund fehlender Daten nur spekuliert werden. Möglicherweise fehlen dazu die Gelegenheiten, weil in Familien seltener regelmäßig gekocht wird. Verabredungen wären notwendig, die dann einer von Jugendlichen allgemein geschätzten Spontanität und Flexibilität entgegenstehen. So ist gemeinsames, spontanes Essen („Snacken"), das unverbindlich bleiben kann, unterwegs leichter praktizierbar (vgl. auch Kapitel 4.3.3).

Barlösius (1999) vermutet eine zunehmende Bedeutung der Kommunikationsfunktion bei den Mahlzeiten. Sowohl die hier gewonnenen Daten für die Altersgruppe der Jugendlichen als auch die Sekundäranalyse der Zeitbudgetstudie 2001/02 im Ernährungsbericht 2004 sprechen dafür, dass „[im] täglichen Stress von Erwerbsarbeit, sozialen Verpflichtungen und persönlichen Freizeitaktivitäten ... den Mahlzeiten als Zeiten der Regeneration und Kommunikation mehr Raum gewährt [wird]" (DGE 2004, S. 78). Ergebnisse zu den Fragen, wie sich Jugendliche bei aufkommendem Hunger zu Hause und unterwegs verhalten (vgl. Kapitel 8.1, Tabelle 6 und Anhang), lassen bei Familienmahlzeiten darüber hinaus auf einen Funktionswandel schließen. Das heutige Marktangebot bietet Jugendlichen einige Möglichkeiten, ihre Versorgung schnell, individuell, ohne viel Aufwand an Zeit und Wissen unabhängig zu realisieren. Mahlzeiten haben daher nicht mehr zwangsläufig Versorgungs- und Verteilungsfunktion. Trotz des vielfältigen Angebots unterwegs schieben über die Hälfte aller Befragten ihren Hunger auf, bis sie wieder zu Hause sind. Wie in den Interviews und den Klassendiskussionen deutlich wurde, würden die befragten Jugendlichen zwar gerne öfters unterwegs mit ihren Freunden auf Fast Food zurückgreifen, tatsächlich tut dies die Mehrzahl der Befragten nur gelegentlich. Einer der Hauptgründe für die Zurückhaltung ist das verfügbare Taschengeld bzw. die mangelnde Bereitschaft der Jugendlichen, „ihr" Geld für Essen auszugeben. So wünschen sich im Grunde viele, gemeinsam mit der Freundesgruppe unterwegs zu essen (vgl. Frage zum Gedankenspiel − *wenn du viel Geld hättest, wie und was würdest du dann am liebsten essen?*). Beliebt sind deshalb preiswerte Fast-Food-Alternativen, z. B. Backwaren beim Bäcker. Dieser eher pragmatische Umgang mit aufkommendem Hunger aufgrund der finanziellen Möglichkeiten wird in Klassendiskussionen bestätigt.

Zuhause wartet dagegen nur knapp ein Drittel *ab und zu* oder *oft* auf eine Familienmahlzeit. Im Gegensatz zu unterwegs essen viele zu Hause bei aufkommendem Hunger sofort etwas. Über vier Fünftel schmiert sich z. B. ab und zu bzw. häufig Brötchen, wirft einen Blick in den Kühlschrank oder bereitet sich einen „Snack" (Tiefkühlpizza, Cornflakes u. ä.) zu. Die Antwort (*„ich warte auf zu Hause")* auf die Frage, *was machst du unterwegs, wenn du Hunger bekommst,* impliziert also keineswegs, dass auf gemeinsame Mahlzeiten gewartet wird. Antworteten auf die Frage, *was tust du, wenn du zu Hause Hunger bekommst,* doch knapp 70 %, dass sie nie bzw. nur selten auf gemeinsame Mahlzeiten warten. Die hier erhobenen Daten stützen Hypothese, dass der „kleine Hunger" zwischendurch, ob zu Hause oder unterwegs, nicht wegen der gemeinsamen Familienmahlzeit aufgeschoben, sondern mit Kleinigkeiten wie Fast-Food-Produkten, Schokoriegel etc. sofort gestillt wird.

Folglich isst einerseits eine Mehrheit regelmäßig gemeinsam mit Eltern, andererseits wartet nur etwa ein Drittel tatsächlich (*ab und zu/häufig*) auf das gemeinsame Essen, obwohl vielen gemeinsames Essen durchaus gefällt. Wie oben dargestellt, haben psychosoziale Faktoren (Tischgespräch, Zusammensein, zu Hause sein) ebenso wie individuelle und physiologische Aspekte (gutes Essen, satt werden) einen hohen Stellenwert. Dieser Wertschätzung stehen z. B. Dauer und Zeitpunkt gegenüber. Daher wäre interessant, wann regelmäßige Mahlzeiten stattfinden. Aus anderen Erhebungen (DGE 1979, 2004; von Ferber et al. 1991; Sellach 1986; Dole-Studie 1995; Brombach 2000b; Meyer 2002) ist ein Trend zum abendlichen Essen ablesbar. Zeitpunkt und Zeitdauer stehen gerade abends in Konkurrenz mit anderen Freizeitaktivitäten. Gemeinsames Abendessen in der Familie ist nach ersten Beobachtungen in den hier durchgeführten Interviews und Klassengesprächen daher bei Jugendlichen mit zunehmendem Alter unbeliebt, denn dies erfordert ein Abwägen zwischen Familienmahlzeit und Freizeitaktivität (mit der Peergroup). Ob Familien mit älteren Jugendlichen darauf reagieren, indem sie auf „jugendfreundliche" Zeiten ausweichen, bleibt hier unbeantwortet. Eine Alternative wäre auch eine zeitliche Verschiebung der Freizeitaktivitäten in die Nachtstunden. Die erhobenen Daten zur Wichtigkeit und Häufigkeit gemeinsamer Mahlzeiten, können als Hinweis gewertet werden, dass eine von Jugendlichen akzeptierte Abstimmung in den Familien stattfindet. Diese Abstimmung von individualisierten Essenszeiten ist eine Haushaltsaufgabe, die wesentlich zur Aufrechterhaltung der Familienkommunikation beiträgt (vgl. Kettschau & Methfessel 1989, 2005; Methfessel 2002).

Der in der Literatur (Sellach 1996; Brombach 2000b, 2001, 2002, 2003; Schlegel-Matthies 2002; DGE 2004) widergespiegelte Eindruck, dass mehrheitlich Mütter die Essensversorgung in den Familien managen, wird durch die hier erhobenen Daten (Kapitel 8.1, Abbildung 7) bestätigt. Obwohl in postmodernen Gesellschaften partnerschaftlich-diskursive Entscheidungsfindungen in den Haushalts- und Familiensystemen zunehmen (Piorkowsky 2000, S. 23), scheint dieses nicht im gleichen Maße für den Bereich der Essensversorgung zuzutreffen. Ein Grund kann der Symbolgehalt des bürgerlichen Ideals der Familienmahlzeit sein, der die mütterliche und partnerschaftliche (eheliche) Zuneigung entsprechend des Sprichwortes „Liebe geht durch den Magen" nach wie vor an der „Kochbereitschaft" und den „Kochkünsten" der Mutter bzw. Partnerin (Ehefrau) festmacht (Schlegel-Matthies 2002).

Jugendliche werden nicht sich selbst überlassen, wie häufig im Zusammenhang mit den Funktionsverlusten der Familie befürchtet wird. So sind Jugendliche − und im Übrigen auch Väter − nur in Ausnahmefällen (Kapitel 8.1, Abbildung 7) allein für die Essensversorgung zuständig; wohl aber bleibt fast ein Drittel aller Mütter ohne weitere Mithilfe. Etwa zwei Fünftel der Jugendlichen helfen mit. Dabei erweist sich die Zuständigkeit für die

Essenszubereitung als unabhängig vom Alter (Klassenstufe), Geschlecht, besuchtem Schulzweig und Erwerbstätigkeit der Eltern. Damit stützen die hier erhobenen Daten die Hypothese, dass eigene Zuständigkeit der Schülerinnen und Schüler unabhängig von der Erwerbstätigkeit der Eltern ist. Eltern − d. h. in erster Linie die für die Essenversorgung sich verantwortlich fühlenden Mütter − scheinen stets zu versuchen, die Essensversorgung sicherzustellen.

Vergleichbar mit den Ergebnissen von Sellach (1996) scheinen die Mütter auch für ihre älteren Kinder die tägliche Essensversorgung in der Hand zu haben. Die vermuteten geschlechtsspezifischen Unterschiede bestätigten sich nicht. Anders als bei Sellach (1996) zeigen die Daten keine Korrelation zum Alter der Jugendlichen. Dies mag an der Fragestellung liegen: Ich fokussierte die Zuständigkeit fürs Essen nicht auf die Mithilfe oder Organisation[223]. Damit sind Sellachs Daten zu einzelnen Tätigkeiten bzw. Tätigkeitsbereichen nicht direkt vergleichbar.

Die Hypothese, dass Jugendliche mit zunehmendem Alter mehr Verantwortung für die Essensversorgung in der Familie tragen, wird durch die erhobenen Daten so nicht bestätigt. Die aktuelle Analyse der Daten der Zeitbudgetstudie 2001/02 zur Beteiligung von Kindern und Jugendlichen an der Ernährungsversorgung ihrer Familien kommt zwar zu vergleichbaren Ergebnissen (DGE 2004, S. 88f.), stellt aber ein traditionelles, geschlechtsspezifisches Rollenmuster fest, das sich mit zunehmendem Alter verstärkt. Allerdings weisen auch diese Daten auf einen Rückgang der Beteiligung an der Ernährungsversorung insgesamt aller männlichen und weiblichen Jugendlichen hin (ebd.). Aus anderen Erhebungen ist bekannt (Heyer 1997, S. 106 und S. 167ff.; Zeiher 2000, S. 45ff.), dass nahezu alle Jugendliche Zwischenmahlzeiten selbstständig zubereiten (i. d. R. beschränkt sich die Zubereitung auf das Aufwärmen von Convenience-Produkten etc.) und damit auch partiell Verantwortung für sich übernehmen (sollten). Wie die Ergebnisse der hier durchgeführten Studie bestätigen, warten viele Jugendliche häufig nicht auf Familienmahlzeiten, nehmen aber nichtsdestotrotz regelmäßig daran teil. Sie praktizieren eine allgemeine „Kühlschrank- und Snackkultur" und übernehmen damit − gewollt oder ungewollt – die Entscheidung, wann, was und wie viel sie essen − ohne sich jedoch um die Beschaffung kümmern zu müssen. Interviews, Ergebnisse und Klassendiskussionen deuten darauf hin, dass der „gefüllte" Kühlschrank primär in der Verantwortung der Mütter liegt. Hier könnte der Eindruck entstehen, dass Jugendliche tendenziell „Hotelgäste mit Familienanschluss" sind. Dieser wird durch die aktuelle Analyse der Daten der

[223] Aufgrund der hier allgemein gehaltenen Frageformulierung (Wer ist bei euch für das Essen zuständig?) dachten die Befragten – wie durch Nachfrage deutlich wurde – z. B. nicht an das regelmäßige Entleeren des Mülleimers. Bei der Interpretation bleiben daher eine Unterscheidung von Mithilfe, Zuständigkeit und Verantwortlichkeit außen vor.

Zeitbudgetstudie 2001/02 (vgl. dazu DGE 2004, S. 72ff.) verstärkt. Verschärfend kommt hinzu, dass Jugendliche über Wahl von Nahrungsmittelprodukten mitbestimmen, ohne selbst aktiv werden zu müssen (vgl. Kapitel 2.2).

Zusammenfassung

Gemeinsame Familienmahlzeiten sind für die überwiegende Mehrheit der Jugendlichen nach wie vor ein Teil der Alltagsrealität, die auch Anklang bei den Jugendlichen selbst finden. Damit wird die Hypothese, **gegessen wird zu Hause,** durch die Daten gestützt. Weiter lassen die hier erhobenen Daten den Schluss zu, dass häusliches Essen **Versorgungsfunktion** hat, d. h. der Sättigung und Regeneration dient. Häusliches Essen ist jedoch nicht mit gemeinsamen Essen gleichzusetzen. Die Hypothese, dass **Jugendliche überwiegend freiwillig an Familienmahlzeiten, die eine Option zu gemeinsamen Gesprächen sind, teilnehmen,** wird durch die gewonnenen empirische Daten gestützt. Entsprechend des Entwicklungsprozesses wird aus der verbindlichen Notwendigkeit der Teilnahme an der gemeinsamen Mahlzeit für Kleinkinder eine freiwillige Option für Jugendliche. Durch ihre Teilnahme an den Familienmahlzeiten zeigen Jugendliche, dass diese für sie eine Bedeutung haben.

Die Verantwortlichkeit für häusliche Essensversorgung liegt unabhängig vom Alter der befragten Jugendlichen meist bei den Müttern. Jugendliche bestimmen über im Haushalt verfügbare Nahrungsmittel mit, in dem sie Essenswünsche äußern und die Organisation ihrer Mahlzeiten (z. B. Zeit, Ort, Art des Essens) partiell selbst in die Hand nehmen. Dieses ist jedoch nicht mit einer Übernahme der Verantwortung für die eigene Ernährung gleichzusetzen.

9.2 Kontextabhängige Bedeutungen

Das Interesse der hier vorliegenden Untersuchung richtete sich auch auf Differenzen der Bedeutungen des Essens für Jugendliche in den Lebensbereichen Familie und Peergroup. Die hier erhobenen Daten erlauben erste Aussagen zum unterschiedlichen Stellenwert und zu den jeweiligen Funktionen des Essens im häuslichen Bereich der Familie und im außerhäuslichen Bereich der Peergroup. Zunächst werden Esssituationen beider Lebensbereiche hinsichtlich ihrer Merkmalszuschreibungen der befragten Jugendlichen (Kapitel 8.2, Tabellen 7 und 8) kurz charakterisiert. Daran schließt sich ein Vergleich beider Esssituationen auf der Grundlage einer vergleichenden Analyse an.

Häuslicher Lebensbereich

Zu Hause ist fast allen Jugendlichen wichtig, dass Essen *gut schmeckt,* dass sie *satt werden* und dass es *gemütlich* ist (Kapitel 8.2, Tabelle 7). Darüber hinaus, wollen viele am liebsten zwanglos (*... essen, wie ich will*) und *gesund* essen. Somit haben den Funktionen − Versorgung, Erholung und Rückzug − zugeordnete Merkmale bei deutlich mehr als der Hälfte der Befragten in der häuslichen Esssituation oberste Priorität.

Geschlechtsspezifisch signifikante Unterschiede liegen für die Merkmale *gesund*, *kalorienarm* und *viel* vor. Mädchen, die nach Schönheit und Schlankheit (vgl. Kapitel 9.3) streben und deshalb vorzugsweise *gesund* (58 %) und *kalorienarm* (39 %) essen wollen, mögen folglich lieber kleinere Portionen. Dagegen ist knapp 40 % der befragten Jungen die Menge zu Hause wichtig, aber nur 12 % der Mädchen. Junge Männer wollen häufig an Körpergewicht zulegen und erhoffen sich dadurch Kraft- und Muskelzuwachs (Pope et al. 2001, S. 240). Die Daten bestätigen somit auch das in der Literatur beschriebene geschlechtsspezifisch unterschiedliche Essverhalten, das spätestens mit der Adoleszenz einsetzt (Methfessel 1999d, S. 31).

Die Qualitäten *gut schmecken* und *sättigend* nehmen mit 95 % und 85 % die ersten Rangplätze bei den befragten Jugendlichen ein. Die aus der Marktforschung für jüngere Altersgruppen bekannten Ansprüche an die häusliche Versorgung (Barlovic 1998, S. 10ff.; Barlovic 2001, S. 57ff.) setzen sich demnach in der Altersgruppe der Jugendlichen fort. Gleichzeitig wünschen sich 57 % aller Befragten, dass sie essen können, *wie sie wollen*. Diese Zwanglosigkeit gepaart mit einer von mehr als drei Viertel als wichtig erachteten *Gemütlichkeit* verspricht auch Rückzug und Erholung und weist auf die Ambivalenz zwischen Versorgtheit und Unabhängigkeit hin, wie sie für diese Altersgruppe typisch ist (Kapitel 4).

Außerhäuslicher Lebensbereich

In der außerhäuslichen Esssituation sind mehr als der Hälfte aller Befragten sieben von 13 Merkmalen (Kapitel 8.2, Tabelle 7) wichtig. Neben *Geschmack* (88 %) und *Sattwerden* (74 %) hat die Anwesenheit *anderer* (70 %) hohe Priorität. Jugendliche Anforderungen an das außerhäusliche Essen fokussieren im Zusammensein *mit anderen* aber auch auf *preiswert* (57 %), *zwanglos* (54 %), *gemütlich* (52 %), *nebenbei* (52 %) und *schnell* (44 %). Dieses lässt sich am besten beim „Snacken” (vgl. Kapitel 4.3.3) verwirklichen. Wie aus den durchgesehenen Konsumstudien (KVA 2001, 2004; Lange 1997; Fauth 1999 etc.) bekannt ist, konzentriert sich jugendlicher Essenskonsum auf ausgewählte Produktsegemente wie Süßigkeiten, Fast Food etc. Das deckt sich mit den Ergebnissen: Haben Jugendliche unterwegs Hunger (Kapitel 8.1, Tabelle 6), kaufen sie oftmals einen typischen „Snack” (Fast

Food, Gebäck vom Bäcker, Riegel oder auch Obst) oder aber sie warten auf zu Hause entweder wegen unzureichender finanzieller Mittel oder aus „Sparsamkeit". Snackprodukte erfüllen *schnell, nebenbei* und *unkompliziert* die funktionalen Anforderungen der physiologischen Bedürfnisse (hoher Zucker- und Fettanteil wirkt sättigend) und sind darüber hinaus zur Markierung eines Lebensstils (Bartsch et al. 2001, S. 83f.) aufgrund ihrer Vermarktung (Karmasin 1999, S. 75ff.) besonders gut geeignet.

Die Kombination *mit anderen Zusammensein* und in zwangloser Atmosphäre *gemütlich* essen, weist auf das jugendliche Bedürfnis nach Integration in die Peergroup (Fend 1998) bei gleichzeitiger Unverbindlichkeit hin. Dafür sind Jugendliche nach den Ergebnissen nur begrenzt bereit, ihr Taschengeld auszugeben, unabhängig davon, dass Jugendliche als Gesamtheit über eine relativ hohe Kaufkraft (KVA 2004) verfügen[224]. Mehr als die Hälfte achtet auf *preiswertes* Essen (Rangplatz 4 von 13) und wartet (Kapitel 8.1, Tabelle 6) mit dem Essen bis sie wieder zu Hause sind, besonders da die Kosten für häusliches Essen i. d. R. von den Eltern getragen werden, und das obwohl − zumindest bei einigen − der Wunsch besteht, sich „am liebsten jeden Tag" mit ihren Freunden in einem Fast-Food-Restaurant zu treffen (Schüler im Interview; vgl. auch Frage „Wenn du viel Geld hättest, wie und was würdest du dann am liebsten essen?").

Vergleich von häuslicher und außerhäuslicher Esssituation

Zwar sollte Essen im Vergleich zu den übrigen Funktionen des Zusammenseins nicht überbewertet werden, wohl aber muss die Stimmigkeit des Gesamtbildes einer Person gesehen werden. Daher ist der Vergleich zwischen dem eher *privaten* Bereich der Familie und dem quasi *öffentlichen* Bereich der Peergroup spannend. Zunächst fällt die statistisch signifikant ähnliche Rangfolge beider Kontexte (Kapitel 8.2, Tabelle 8) auf, die so einer vermuteten Kompensationsfunktion beider Kontexte zunächst widerspricht. Beim Vergleich der einzelnen Merkmale unterscheiden sich − mit Ausnahme der drei Merkmale *zwanglos* (*essen, wie ich will*), *gut aussehen* und *Menge* − jedoch 10 Merkmale und stützen damit wiederum die grundlegende These, dass Bedeutungen und Funktionen des Essens kontextabhängig unterschiedlich sind und kompensatorisch wirken. Im Vergleich wird ein differenter Stellenwert des Essens deutlich. Der Vergleich der einzelnen Merkmale zeigt, dass sämtliche der *Erholungs- und Regenerationsfunktion* zugeordneten Merkmale des Essens und zwei von drei der *Versorgung* dienenden Merkmale für den häuslichen Lebensbereich (Kapitel 4) tatsächlich bei den befragten Jugendlichen eine herausragende Rolle spielen.

[224] Vgl. Fussnote 156.

Die Maxime Essen soll *gut schmecken* gilt zwar für die überwiegende Mehrheit aller befragten Jugendlichen und steht bei beiden Esssituationen auf Rangplatz 1, aber dennoch besteht ein statistisch bedeutender Unterschied zugunsten der häuslichen Esssituation. Der insgesamt hohe Stellenwert bestätigt die bereits für Erwachsene festgestellte herausragende Stellung des Geschmacks[225] (vgl. Iglo-Studie 1991, S. 11; vgl. auch Nestlé-Studie 1999; neueste Daten auch für jüngere Altersgruppen bei Brombach 2003). Zwar wollen sehr viele Befragte zu Hause (84 %) wie unterwegs (74 %) auch satt werden, aber das persönliche Geschmackserleben ist ihnen stets wichtiger. Diese Priorisierung setzt auch eine gesicherte Nahrungsversorgung voraus (Kapitel 2), die nach neueren Daten (Brombach 2003, S. 132) mit einer abnehmenden Wertschätzung einhergehen kann, dem die Ergebnisse hier nicht widersprechen.

Die im Prozess der Ernährungssozialisation erworbenen Konnotationen hinsichtlich ausgewählter Speisen (z. B. gewohnte Geschmackserlebnisse) können Gefühle von Vertrautheit und Sicherheit in unbekannten, fremden Situationen vermitteln (Grunert 1993; vgl. auch Winkler et al. 2004). Der hohe Stellenwert des Geschmacks deutet darauf hin, dass dieser von den Jugendlichen im Zusammensein mit der Peergroup hilfreich ist, denn im außerhäuslichen Bereich können verlässliche Elemente des Essens den Jugendlichen Sicherheit und damit eine Erholungspause verschaffen. Als Teil des Genusserlebnisses hat „gut schmecken" allerdings eine eigene Bedeutung. Zu Hause kann „gutes Essen" eine verlässliche Basis des Rückzuges und der Erholung bieten; damit hat diese Qualität des Essens im häuslichen Bereich vermutlich eine andere Bedeutung als im Zusammensein mit der Peergroup. Alle den Funktionen *Versorgtheit, Erholung und Rückzug* zugeordneten Merkmale haben im häuslichen Lebensbereich der Familie einen hohen bzw. höheren Stellenwert als im Lebensbereich der Peergroup. Dies bestätigt vorerst die Hypothese, dass im häuslichen Bereich der Familie Erholung, Rückzug und Versorgtheit zentrale Funktionen des Essens sind.

Die im Vergleich zum häuslichen Kontext signifikant höhere Wichtigkeit des *gemeinschaftlichen* Essens kann auf die vorrangigen Funktionen des Essens zu Hause zurückgeführt werden, aber auch auf die empfundene Selbstverständlichkeit der Präsenz anderer Familienmitglieder. „Draußen sein" wird dagegen oftmals assoziiert mit „mit anderen zusammen sein". Essen ist dann eben auch Teil des Gesamten, das ein Mitessen wegen der anderen implizieren kann und nicht zwangsläufig „Eventcharakter" haben muss. Außerdem richtet sich bereits durch die Frageformulierung[226] bei der außerhäuslichen Esssituation der Fokus auch auf die sozial-situative Bedeutung des Zusammenseins mit der Peergroup.

[225] Dies ist nicht verwunderlich, da Geschmackspräferenzen bekanntlich verhaltensleitend und damit zu erwartende Präferenzen sind.

Mädchen legen allgemein mehr Wert auf soziale Kontakte und Kommunikation, so ist wenig überraschend, dass mehr Mädchen als Jungen sagen, es sei ihnen wichtig, dass *andere da sind*. Ungeachtet des Unterschieds kann dieses Ergebnis als Hinweis auf die hohe Bedeutsamkeit des *gemeinsamen* Erlebens und Spaßes gedeutet werden. Essen kann dabei pars pro toto sein. So bevorzugt mehr als die Hälfte aller Jugendlichen (rund 52 %), dass Essen im Zusammensein mit anderen *nebenbei* geht, und sich damit Essen unterwegs stärker dem gemeinsamen Erleben, dem Spaß und dem Portemonnaie (*preiswert*) unterordnet.

Im Zusammensein mit anderen legen die befragten Jugendlichen neben *Geschmack, Sattwerden* und *Kostenminimierung* als funktionale Merkmale des Essens, auch Wert auf eine *zwanglose* Atmosphäre und *Schnelligkeit*. Das widerspricht zwar nicht der vermuteten Erlebnisfunktion des Essens im Kontext Peergroup, kann aber auch nicht als Bestätigung gewertet werden.

Distinktion und Integration in die jeweilige Gruppe sind handlungsleitende Elemente, die für diese Entwicklungsphase als typisch gelten. (Dreher & Dreher 1985; Fend 1994, 2000). Erwartungsgemäß ist daher *Coolness* (... *dass Essen cool ist)* unterwegs statistisch signifikant wichtiger als zu Hause, aber insgesamt für nur knapp ein Drittel aller Befragten. Dieser vage Hinweis könnte als Indiz für die Selbstinszenierungsfunktion gewertet werden, da *Coolness* als entscheidendes Distinktionsmittel – sozusagen als i-Tüpfelchen − in der Gesamtinszenierung sich auch auf das Essen auswirkt. In Anbetracht der temporären Sichtbarkeit von Lebensmitteln, die sich auf Verzehrsituationen beschränkt, darf diese Funktion nicht als essensspezifisch überbewertet werden.

Bei der Durchführung der Befragung führte die Formulierung *... dass es gut aussieht* zu vielen Rückfragen. Vielen war unklar, ob sich das Aussehen auf das Essen oder die Person bezieht. Die Formulierung *... dass es gut aussieht,* legt nahe, dass das Essen appetitlich ist, somit auch gut aussieht („das Auge isst mit") und entsprechend anregend angerichtet ist. Da die uneindeutige Formulierung zwei Interpretationen ermöglicht und unklar ist, worauf sich die Antworten der befragten Jugendlichen im Einzelnen beziehen, wird dieses Merkmal nicht in weitere Interpretationen einbezogen. Allerdings ist das Missverständnis als solches durch die Rückfragen dennoch interessant. Nur sehr wenige Konnotationen bezogen sich auf das nahe liegende Aussehen der Speisen. Die Mehrzahl der von den Befragten eingebrachten Fragen zielte auf die Wirkung der Person. Mit dem Aussehen wird vermutlich mehr die Wirkung des Essenden auf andere und somit indirekt eine Selbstkontrolle assoziiert. Gemeint ist hiermit, ob beispielsweise *Döner essen* als cool gilt. Und nicht, wie der Döner

[226] Die Frage B-1 lautet: „Entscheide spontan, wie wichtig dir folgende Dinge sind, wenn du unterwegs mit Freunden bzw. Freundinnen isst!"

gegessen wird, denn das ist wohl kaum problemlos auf eine „manierliche" Art und Weise möglich. Die Nachfragen sind allerdings nicht protokolliert, so dass weitergehende Interpretationen nicht möglich sind. Eine daran anknüpfende Studie könnte lohnenswert sein, da scheinbar „Selbstverständlichkeiten" nachgefragt wurden und diese auf Unsicherheiten oder andere Wertigkeiten hinweisen.

Über die Hälfte aller Jugendlichen fand in der Situation unterwegs mit der Peergroup wichtig, dass Essen *nebenbei* möglich ist. Anders ist das zu Hause, dort legen lediglich 27 % darauf Wert. Das ist ein wichtiges Indiz für die Selbstinszenierungsfunktion in der Peergroup.

Kontextabhängigkeit

Die von den Jugendlichen abgegebenen Bewertungen (*eher wichtig oder eher unwichtig*) der vorgegebenen Merkmale des Essens bestärken die Annahme eines unterschiedlichen Stellenwertes in einer häuslichen und außerhäuslichen Esssituation und der kontextspezifischen Funktionen, die durch die Entwicklungsphase beeinflusst werden. Dabei werden Bedürfnisse nach Sättigung, Kommunikation, Gemeinschaft und Selbstinszenierung als besonders wichtig von den Jugendlichen wahrgenommen und können teilweise auch realisiert werden. Zu Hause wünschen sich Jugendliche eine Basisversorgung, die ihnen die notwendige Sicherheit (Grunert 1993; vgl. auch Hüther 1999, S. 120ff.) und Rückzugsmöglichkeit bietet, um außerhalb auf Entdeckungstour gehen zu können und sich in der Peergroup dem Wettstreit der sozialen Positionierung und Distinktion zu stellen. Die Ambivalenz der Jugendphase spiegelt sich auch in der Zuordnung der Funktionen zu den beiden Lebensbereichen wider.

Verschiebung von Muss- zu Kann-Regeln

Eine grundlegende Annahme der Arbeit ist, dass Jugendliche sich im Verlauf ihres Entwicklungsprozesses in der Gesellschaft sozial verorten müssen. Dieses geschieht auch über Distinktionsmittel im Bereich des Essens. Die Befragung exploriert dazu erste Hinweise über Lebensmittel und Speisen, Essweise und Tischregeln. Auf den ersten Blick weisen die gewonnen Ergebnisse auf eine außerordentliche hohe Toleranz im Bereich des Essens hin. Elterliche Reglementierungen bezüglich Tischregeln und Essweisen ihrer Kinder sind als liberal zu bezeichnen; jugendliche Akzeptanz von differenten Nahrungsmittelpräferenzen (Anhang, Tabelle 21), Tischregeln (Kapitel 8.2, Tabelle 10) und Essweisen (Kapitel 8.2, Tabelle 9) anderer Jugendlicher ist hoch.

Nach neueren Daten ist für 66 % aller 12- bis 25-Jährigen Konformität unwichtig für ihre Lebensgestaltung (14. Shell Jugendstudie 2002, S. 143), daher kann der Trend zu einer

hohen Toleranz gegenüber verschiedenen Essverhaltensweisen auch Ausdruck eines allgemeinen Trends sein. Dabei sei eine Verschiebung von „Muss- und Soll-Normen hin zu Kann-Normen" (14. Shell Jugendstudie 2002, S. 144f.) festzustellen. Und eben über diese „Kann-Normen" findet nach ersten Vermutungen auch auf Grundlage unserer Daten (Kapitel 8.2, Tabellen 9 und 10) nichtsdestotrotz eine soziale Differenzierung − wie Bourdieu sie beschreibt − statt. Dabei überschneiden sich funktionale Gesichtspunkte und sozialdifferente Bewertungen (Bourdieu 1999; Büschges 1985).

Elterliche Reglementierungen hinsichtlich des Benehmens bei Tisch[227] oder des Essverhaltens ihrer Kinder (Anhang: Elternkommentare) beziehen nach Hinweisen aus unserer Befragung einerseits auf die Aufforderung „gesund" zu essen (*mehr Obst und Gemüse*) und anderseits auf Äußerlichkeiten. So werden die befragten Jugendlichen von ihren Eltern, d. h. überwiegend von ihren Müttern, am zweithäufigsten ermahnt, *ordentlich* zu essen. Eine generelle Tendenz zu Äußerlichkeiten zeichnet sich bei anderen Umfragen (Barlovic 1999; DGE 2000) ab. Über 80 % der Eltern jüngerer Kindern ist beispielsweise ordentliches Sitzen am Tisch etc. besonders wichtig (DGE 2000, S. 125). Ein direkter Vergleich zu unseren Daten kann nicht gezogen werden, da sich Altersgruppen und Themenschwerpunkte der Untersuchungen unterscheiden. Insgesamt kann aber festgestellt werden, dass sich Eltern sowohl nach Aussagen der von uns befragten Jugendlichen als auch nach Ergebnissen der DGE-Studie (DGE 2000, S. 125 und S. 144) selten zum Essverhalten ihrer Kinder äußern. Und aus der Marktforschung ist darüber hinaus bekannt, dass Mütter bereits bei 8-Jährigen eine „laissez-faire-Haltung" einnehmen. und ihre Bemühung hinsichtlich einer gesunden Ernährung weitgehend aufgeben (Barlovic 2001, S. 58). Dieser sich hier abzeichnende Rückzug elterlicher Erziehung deckt sich mit dem allgemeinen Trend zur liberalen Erziehung (13. Shell Jugendstudie 2002, S. 58ff.; Zinnecker et al. 2002, S. 38), ohne jedoch Aussagen über sozialdifferentes Erziehungsverhalten treffen zu können.

Die elterliche Toleranz gegenüber der Art und Weise, wie an heimischen Tischen gegessen wird, wirkt nach ersten Hinweisen über erwünschte Verhaltensweisen bei Tisch (Kapitel 8.2, Tabelle 10) auch fort in außerhäuslichen Situationen ohne elterliche Aufsicht. Eltern und Jugendliche stört am wenigsten, was und wie viel gegessen wird. Beispielsweise lehnen nur sehr wenige der Befragten einzelne Lebensmittel (Anhang, Tabelle 28) ab; ebenso wenig ist deren Verzehr im Beisein anderer *echt peinlich.* Oder auch bei der Frage nach der Essweise (vgl. Kapitel 8.2, Tabelle 9) finden die befragten Jugendlichen nahezu alles

[227] Lediglich 11,2 % der befragten Schülerinnen und Schüler stört, dass sie sich bei Tisch benehmen müssen (Kapitel 8.1, Abbildung 6).

„total normal"[228]. Verwunderlich ist zunächst, dass 48 % der Befragten auch *Austern schlürfen „*total normal" finden. Zahlreiche Nachfragen bei der Untersuchungsdurchführung lassen darauf schließen, dass Jugendliche nicht wissen, was Austern sind und ihre Unkenntnis mit der Antwort „total normal" vertuschen oder *schlürfen* als eklig empfinden und deshalb mit dem Votum *peinlich* ihre Ablehnung zum Ausdruck bringen. Einige Jugendlichen beanstanden, dass die Kategorie „eklig" fehle – möglicherweise wegen des Schlürfens oder auch weil Austern lebend verzehrt werden. Das geringe Wissen über Austern bestätigt, dass sie nach wie vor zu einer „feinen" Esskultur gehören. Sicherlich kommt hinzu, dass Austern aufgrund ihres verhältnismäßig hohen Preises nicht zur Jugendesskultur gehören und entsprechende Hoffnungen aus der Erwachsenenwelt (junge Männer bedürfen im Allgemeinen keiner potenzsteigernden Mittel) fehlen.

Wie bei den unter Jugendlichen geltenden Tischregeln (Kapitel 8.2, Tabelle 10) zu sehen ist, stoßen sich die befragten Jugendlichen − wenn überhaupt − an Äußerlichkeiten. Mit Ausnahme von *rülpsen, schmatzen* und *über Kalorien reden,* die mehrheitlich in unserer Befragung total abgelehnt werden, stören die weiteren elf Verhaltensweisen kaum oder gar nicht. Als generelle Tendenz zeigt sich, dass vorwiegend Äußerlichkeiten als störend (*mit vollem Mund sprechen; Finger* oder *Messer ablecken* etc.) bewertet werden. Verstärkt wird dieser Eindruck durch die dazu von einzelnen Befragten ausformulierten Ergänzungen, die sich ebenfalls auf Äußerlichkeiten beziehen, z. B. pupsen, schlürfen, streiten, unpassende Kleidung. Verhaltensweisen, die dagegen nur sehr wenige stören, sind unpassende Speisenwahl (*nur Pommes mit Ketchup*) und Nichtaufessen. Insgesamt reagieren Mädchen zwar empfindlicher als Jungen, aber nicht so bei Verhaltensweisen, die sich auf die Menge beziehen (vgl. Anhang, Tabelle 29; vgl. auch Kapitel 9.3). Zwar nur wenige, aber in erster Linie Jungen können es nicht leiden, wenn ihnen *etwas vom Teller genommen* wird oder wenn ein Mädchen *nicht aufisst*. Möglicherweise führt die vergleichsweise hohe Wichtigkeit der Menge (vgl. Frage zu den Merkmalen des Essens) für Jungen zu Fehlinterpretationen, z. B. isst ein Mädchen den Teller nicht leer, dann zieht er den Schluss, dass ihr das Essen nicht schmecke.

Damit tolerieren die befragten Jugendliche zwar insgesamt ein breites Verhaltensspektrum, trotzdem gelten einige wenige Tischregeln auch ohne elterliche Kontrolle; dieses kann ein Hinweis auf sozialdifferente „Kann-Normen" (vgl. 13. Shell Jugendstudie 2002, S. 144) sein. Die deutliche Mehrheit (knapp 72 %) verabredet sich nach den erhaltenen Ergebnissen selten oder nie zum Essen (vgl. Anhang, Tabelle 20) und verstärkt damit diese Annahme. Häusliche Essensverabredungen gehören nur für eine Minderheit (knapp 10 %)

[228] Ausnahmen: *Kalorien zählen* (vgl. Anhang, Tabellen 30 und 31) *und Austern schlürfen* (vgl. Kapitel 8.2, Tabelle 9).

zum Alltag, und damit zu deren Lebensstil. Verabredungen zum gemeinsamen Kochen und/oder Essen erfordern Terminabsprachen. Verpflichtungen, die erschwerend wirken, ergeben sich daraus. Selten praktizierte Essensverabredungen können deshalb auch als Bestätigung eines allgemeinen Trends zur Unverbindlichkeit und Spontanität, wie am Beispiel des „Snackens" (Kapitel 4.3.3) herausgearbeitet ist, gedeutet werden. Untermauert wird diese Annahme durch die nach den Daten zu erkennende fehlende Bereitschaft auf gemeinsame Mahlzeiten zu warten (s. o.), die sich mit Ergebnissen einer GFK-Studie bereits aus den 1980er Jahren deckt. Demnach haben Jahrgänge bereits ab den 1960er Jahren „nie wirklich Hunger gehabt" und „nie Warten gelernt" (GFK 1986, S. 63). Entgegen der angenommenen Zeiterscheinung, sich spontan zu treffen, verabreden sich einige wenige der befragten Jugendlichen dennoch regelmäßig. Da die hier durchgeführte Untersuchung vor dem Boom der auf Jugendliche ausgerichteten Kochsendungen (z. B. Jamie Oliver: "The naked chef") stattfand, kann hier nicht beantwortet werden, wie sich diese auf jugendliches Freizeitverhalten auswirken. Zum Zeitpunkt der Befragung scheint „gemeinsames" Kochen nicht zur allgemeinen Freizeitgestaltung zu gehören, da sich „Rezepte" (vgl. Kapitel 8.1, Tabelle 5) in der hier durchgeführten Studie als ein wenig attraktives Gesprächsthema herausstellten. Interessant für eine weitere Erhebung wäre, ob gemeinsames „Kochen" allgemeiner Trend wird.

Liberale häusliche Esserziehung, allseitig hohe Toleranz gegenüber jugendlichem Essverhalten und allgemeine Zunahme außerhäuslicher Esssituationen, die ebenfalls wenigen gesellschaftlichen Konventionen unterworfen sind, weisen auf einen vorhandenen Handlungsfreiraum zur Entwicklung einer jugendspezifischen Esskultur hin, der durch den gesellschaftlichen Wandel für Jugendliche entstanden ist. Daher stellt sich die Frage: Welche (eigenen) Wege gehen Jugendliche im Hinblick auf ihr Essverhalten, um sich gemäß ihres Entwicklungsprozesses von anderen Altersgruppen abzugrenzen und sich gesellschaftlich zu verorten.

Basics, Unis und Symbolics

Lebensmittel und Speisen eignen sich unterschiedlich zur Distinktion und werden hier in *Basics, Unis* und *Symbolics* (vgl. Kapitel 2.2) unterteilt. Die Daten spiegeln diese angenommene Unterscheidung bei der Frage zu allgemeinen Nahrungsmittelpräferenzen (Anhang, Tabelle 28) wider. Fast alle befragten Jugendlichen mögen sowohl die so genannten *Basics (Obst, Gemüse*, *belegtes Brot, Spiegeleier)* als auch die so genannten *Unis (Pizza, Döner).* Der weniger beliebte *Eintopf* − nur rund 65 % mögen ihn − deutet auf ein funktional unterschiedliches Verhalten im öffentlichen Raum der Peergroup und im

privaten Raum der Familie hin. So ist vermutlich *Eintopf* − ähnlich wie *Spiegeleier* − ein traditionell häusliches *Basic*-Essen. Bei der Frage nach Peinlichkeiten wird ein für andere sichtbares (öffentliches) Essen angesprochen. Zwar sind *Eintopf* und *Spiegeleier* Speisen, die im Beisein von Freundinnen und Freunden am ehesten als *echt peinlich* angekreuzt sind; insgesamt sind es aber weniger als ein Fünftel und das in Anbetracht von etwas mehr als einem Drittel, die keinen *Eintopf essen*, weil sie ihn *echt nicht mögen.* Angemerkt sei hier, dass die vorliegende Fragebogenkonstruktion auffordert, mindestens eines der aufgeführten Möglichkeiten anzukreuzen; somit wird „das Peinlichste" ausgesucht.

Gerne werden *Kekse*, *Riegel* und *Chips* gegessen. Wie aus den anderen Fragen zu Verhaltensweisen bei aufkommendem Hunger zu Hause und unterwegs (vgl. Kapitel 8.1, Tabelle 6; Anhang, Tabelle 27) ableitbar, geschieht das vorzugsweise unterwegs mit Freundinnen und Freunden. *Kekse, Riegel* und *Chips* werden unterwegs von den befragten Jugendlichen bevorzugt; diese Produkte, die der Gruppe der *Symbolics* zugeordnet werden, erfüllen die Prämissen *schnell, gut (preiswert)* mit Symbolwert *cool* (s. o.). Ein Blick in die Lebensmittelregale offenbart eine unüberschaubare Vielzahl von Produkten in diesem Lebensmittelsegment, das zudem einem steten (schnellen) Wandel unterworfen ist. Eine Ausdifferenzierung nach Markenprodukten kann aus Marktstudien (z. B. jährlich erscheinende KVA) herausgearbeitet werden; hier interessiert aber die generelle Frage, ob Lebensmittel in der Peergroup „In-" oder „Out-Status" haben.

Die Anwesenheit weiterer Personen beeinflusst Auswahl und Menge des Essens. Dieses ist aus der Literatur bekannt (z. B. DGE 1988; Barlovic 2001; vgl. auch Kapitel 4) und wird durch die erhobenen Daten erhärtet. Zum Beispiel essen knapp 40 % Pizza bzw. Döner *wegen der anderen* (Anhang, Tabelle 28). Wie anschließende Klassendiskussionen deutlich machen, kommen hier auch funktionale Überlegungen (preiswertes Sattwerden) zum Tragen. In den Klassendiskussionen (im Gegensatz zu der schriftlichen Befragung ethnienübergreifend) sind kulturell beeinflusste Fast-Food-Präferenzen beobachtbar (vgl. auch Spiekermann 2001a).

Circa ein Drittel lässt sich zum Knabbern (*Kekse, Chips* und *Riegel*), aber auch zum Essen von *Obst* und belegtem *Brot* verleiten. Hier fällt das unterschiedliche Verhalten zwischen zu Hause und unterwegs besonders beim Konsum von *Chips* und *Riegeln* auf. Sind Jugendliche zu Hause hungrig, greifen nur wenige und rund 30 % sogar nie nach *Chips* und *Riegeln*, unterwegs mit der Peergroup dagegen schon eher. Nur knapp 20 % lehnen *Chips* und *Riegel* in dieser Situation immer ab. Folgende Gründe dürften hier eine Rolle spielen: Zu Hause sind in den meisten Fällen alternative Essensangebote (z. B. im Kühlschrank) vorhanden, unterwegs können Riegel und Chips − sofern der Hunger „unerwartet" auftritt −

nahezu überall kurzfristig, unkompliziert (ohne die Gefahr des Auslaufens wie z. B. bei Joghurt) und für wenig Geld (wenn auch nicht überall preiswert) gekauft werden. Riegel als Zwischenmahlzeit werden zudem von der Werbung propagiert und als „cool" verkauft. Damit eigenen sich Chips und Riegel zur Selbstdarstellung nur außer Haus, also als so genannte *Symbolics*.

Inwieweit auch *Obst* essen *cool* sein kann, wäre interessant zu klären. Ob *Chips* und *Riegel* essen *cooler* als *Obst* essen ist, kann mit den erhaltenen Daten nicht geklärt werden, da in dieser Studie nach Verhaltensweisen bei Hunger, aber nicht nach Verhaltensweisen bei Lust zum Naschen gefragt wurde. Außerdem wäre eine Vertiefung im Zusammenhang mit den Entwicklungsaufgaben der Abgrenzung von anderen Altersgruppen und Verortung in der Peergroup im Hinblick auf die Rolle von *Symbolics* in Wechselwirkung mit Werbe- und Marketingmaßnahmen spannend.

Die aufgestellte Hypothese, dass es im außerhäuslichen Bereich Lebensmittel, Speisen und Essweisen gibt, die bei Jugendlichen als „in" bzw. als „out" gelten, kann so nicht bestätigt werden. Die Ergebnisse deuten aber darauf hin, dass ein jugendspezifisch gebrochener „kulinarischer Code" gilt.

Anknüpfend v. a. an Arbeiten von Methfessel (z. B. 1999), interessiert hier das Geschlecht als eine das jugendliche Essverhalten bestimmende Variable. Bei der Frage nach Nahrungsmittelpräferenzen unterscheiden sich beim *Fleisch* wie angenommen die Antworten von Mädchen und Jungen signifikant. Der unterschiedlich hohe Fleischkonsum[229] spiegelt sich in der geschlechtsdifferenten Beliebtheit, die mit zunehmendem Alter steigt, wider. *Würstchen* sind dagegen sowohl bei Mädchen als auch Jungen weniger beliebt. Von den typischen Außer-Haus-Speisen sind sie am peinlichsten (12 %). Schließlich sind *Würstchen* ein traditioneller Imbiss der Elterngeneration.

Anders als erwartet mögen über 90 % der befragten Jugendlichen unabhängig vom Geschlecht Obst und Gemüse. Der Verzehr gilt mehrheitlich nicht als peinlich; im Gegenteil lässt sich fast ein Drittel aller Jugendlichen von anderen zum Obst essen verleiten. Die bei den hier befragten Jugendlichen feststellbare große Beliebtheit von Obst und Gemüse steht im Widerspruch zur Realität. Der Ernährungssurvey 1998 (Robert-Koch-Institut 2002, S. 92) zeigt, dass junge Männer (ab 18 Jahre) tendenziell zu wenig davon essen − kein neues Phänomen, es fehlt eine Integration von gegartem Gemüse und Rohkost in der alltäglichen Ernährung (vgl. auch Karmasin 1999, S. 62). Eine Erklärung kann sein, dass ähnlich wie bei Kindern (Barlovic 1999; vgl. auch Karmasin 1999) bereits appetitanregend angerichtetes Obst bzw. zubereitetes Gemüse gerne gegessen wird, aber jede zusätzliche Arbeit, und sei

[229] Vgl. beispielsweise Daten im aktuellen Ernährungssurvey 1998 (Robert-Koch-Institut 2002, S. 99f.). Weiterführende Literatur: Schlegel-Matthies (1998, 2001); Schmid und Methfessel (1999).

es nur das Waschen, „Verzehrhürden" darstellt. Das Verlangen nach Convenience − Zeichen der Moderne − erstreckt sich auch auf Frischwaren. Als Indiz hierfür spricht das zunehmende Angebot von halbfertigen und fertigen Salaten in den Supermärkten. Obst und Gemüse gelten in unserer Kultur als „weibliche" Lebensmittel (Setzwein 2000, 2002; Methfessel 2004c). Nicht beobachtbare Unterschiede zwischen den Geschlechtern bei den hier erhobenen Daten zur Beliebtheit von Obst und Gemüse können mit großer Vorsicht auch als Hinweis auf einen Wandel der kulturellen Bedeutung interpretiert werden, deren Träger auch Jugendliche sind. Obst steht für Natur und Frische (Karmasin 1999, S. 61ff.). Denkbar wäre eine Erweiterung der damit assoziierten Bedeutungen um die Aspekte „jung, dynamisch und fit". Andererseits wäre denkbar, dass Jugendliche an dieser Stelle die im schulischen Umfeld erwünschten Antworten geliefert haben. Weitergehende Untersuchungen wären sicherlich aufschlussreich.

Zusammenfassung

Der Stellenwert des Essens im häuslichen Umfeld ist höher als im Zusammensein mit der Peergroup. Weiter können differente Bedeutungsmuster des Essens in den beiden Kontexten angenommen werden. Stellenwert des Essens und Essverhalten außer Haus determinieren nicht häusliches Essverhalten und vice versa. Somit kann jugendliches Essverhalten nicht als *eine Jugendesskultur,* die ein bestimmtes (meist außerhäusliches und somit sichtbares) Essverhalten von Jugendlichen meint, beschrieben werden. Aufgrund der vorliegenden Untersuchungsergebnisse ist in Abgrenzung zur individuellen Esskultur[230] der Begriff *Jugendesskultur**en*** zu präferieren. Folglich erhält man ein nach Kontexten unterschiedliches Bild von jugendspezifischem Essverhalten. Dabei wirken häusliches und außerhäusliches Essverhalten kompensatorisch. Dieses entspricht der dieser Arbeit zugrunde liegenden These, dass Jugendliche in mehreren „Welten" leben.

Jugendspezifisches Essverhalten ist immer auch unter der Fragestellung der Loslösung vom Elternhaus und der Entwicklung der eigenen Identität mit entsprechenden Wert-haltungen und Präferenzen zu sehen. Jugendliches „Außer-Haus-Essverhalten" erfolgt in einer anderen Rolle (unabhängiger), hat andere Bedeutungen (Hunger schnell und kosten-günstig stillen, Peergroup-Kulturen entwickeln) und unterliegt anderen Regeln („In-Out-Regeln" in der Peergroup, angepasst an wechselnde Situationen etc.). Die Interpretation der Daten lässt den Schluss zu, dass gerade im Kontext Peergroup über Essverhalten

[230] Individuelle Esskultur sollte im Singular beschrieben werden, da die Gesamtheit des individuellen Essverhaltens in das Leben einer einzelnen Person integriert ist. Dies berührt nicht die Grundlage, dass Kultur immer ein soziales bzw. kollektives Phänomen ist.

(Präferenzen, Tischregeln etc.) trotz allgemein hoher Toleranz soziale Distinktion stattfindet. Hier ist eine Verschiebung von „Muss-" zu „Kann-Normen" annehmbar.

9.3 Jugendliche Attraktivitätsvorstellungen und deren Einfluss auf Essverhalten

Vorstellungen zur „Idealfigur" aus Sicht der Jugendlichen

„Tolles Aussehen" hat einen hohen Stellenwert (88 % befürworten dieses Merkmal) bei den heutigen Jugendlichen (14. Shell Jugendstudie 2002, S. 77). Dabei sind schlank und muskulös nach Vorstellungen der hier befragten Jugendlichen Attribute eines attraktiven Körpers. Sowohl für die weibliche als auch für die männliche „Idealfigur" lässt sich dabei ein allgemeiner Trend zu Extremen beobachten, der schon durch die fokussierte Wahl von nur wenigen der zur Auswahl stehenden Körperformen[231] deutlich wird; diese sich bereits 1992 (Pudel et al. 1992) abzeichnende Tendenz für Erwachsene (Kapitel 5.2.1) scheint sich also fortzusetzen. Dieses gilt besonders für den favorisierten *Wespentaillentypus*. Demnach sollte eine Frau nach jugendlichen Idealvorstellungen extrem schlank (das bedeutet eher „dünn" bis „fettfrei") und sehr „weiblich" sein. Weiter sind *sportlich-androgyne* und *extrem-muskulöse* Frauenfiguren gefragt. Damit erreicht das Attribut „muskulös" insgesamt mit über 60 % mehr Zustimmung als der sehr „weibliche" *Wespentaillentyp* (knapp 40 %). Vorliegende Daten (vgl. auch Pudel et al. 1992) sowie Diskussion zu androgynen Körperformen (Kapitel 5) deuten auf einen gesellschaftlichen Wandel von „Weiblichkeit" und den damit eng verknüpften Schönheitsvorstellungen hin (Bilden 1998; Methfessel 1999d; Bartsch & Methfessel 2000). Dabei scheinen gerade weibliche Jugendliche, die besonders stark den androgynen Körper (vgl. Kapitel 8.3, Tabelle 11) favorisieren, als Trägerinnen des gesellschaftlichen Wandels zu fungieren.

Bei den Männerkörpern kommen *extrem muskulöse* und *sportliche Körperformen* besonders gut an; nach jugendlichen Vorstellungen sollte ein attraktiver Mann in jedem Fall schlank sein! Zwar bevorzugen auch die meisten der befragten Mädchen „schlanke" bis „dünne" Körperformen, aber – anders als bei den Jungen selbst – haben bei immerhin jeweils fast 11 % auch „*normalgewichtig"* und knapp 7 % „*dünn mit Bauch"* (Anhang, Tabelle 12) eine Chance.

Diese generelle Tendenz zur (extremen) Schlankheit, die sich bereits in den 1990er Jahren für alle Altersgruppen abzeichnete (Pudel et al. 1992), hat Folgen: So sind die von vielen favorisierten „extrem schlanken" bis „dünnen" Frauen- und Männerfiguren mit Ausnahme des *sportlichen* Männertyps für die Mehrheit bereits aufgrund des Körperbaus ein unerreichbares Ideal und nahezu alle befragten Mädchen lehnen bereits normalgewichtige

[231] Im Wesentlichen beschränkt sich die Wahl auf 5 von 10 möglichen Frauenfiguren und auf 6 von möglichen 10 Männerfiguren.

Körperformen als unästhetisch für beide Geschlechter ab. Dagegen wird die Frauenfigur „*Twiggy*", die als deutlich untergewichtig eingestuft werden kann, immerhin von fast 9 % der Mädchen (vgl. Kapitel 8.3, Tabelle 11) bevorzugt und in den Klassendiskussionen[232] als „schlank" beschrieben. Nur eine Minderheit von 3 % der Mädchen findet normalgewichtige Frauen überhaupt attraktiv; andere bezeichnen diese als „dick". Neuere Daten zum Jugendgesundheitssurvey in Berlin 2002 deuten ebenfalls auf diesen extremen Trend hin, denn von den befragten Mädchen der Sekundarstufe I finden sich selbst (unabhängig vom tatsächlichen Gewichtsstatus) etwas über die Hälfte „ein wenig" bis „viel zu dick"; eine Ausnahme sind die Gymnasiastinnen, bei denen mit 45 % etwas weniger Mädchen diese Einschätzung haben (Ravens-Sieberer & Thomas 2003, S. 56). Damit scheint sich bei jungen Mädchen, eine bereits von Schmidt-Waldherr (1984, S. 57) und DGE (1992, S. 202) beschriebene Wahrnehmungsverschiebung weiter zu manifestieren und der Trend zur extremen Schlankheit unabhängig vom favorisierten Figurtyp bei jungen Mädchen anzuhalten.

Sieht man von zwei Jungen ab − der eine findet *„Twiggy"* und der andere die *vollschlanke* Frauenfigur attraktiv − ist das von Jungen als attraktiv gewählte Spektrum auf vier Frauenfiguren eingeschränkt. Davon sind drei Körperformen − *Wespentaillentyp* (44 %[233]); *sportlich-androgyn* (29 %) und *extrem muskulös* (17 %) − als sehr schlank einzustufen. Immerhin wählen noch knapp 10 % der Jungen die *„normalgewichtige"* weibliche Körperform, lehnen dieses aber für männliche Körperformen (vgl. Kapitel 8.3, Tabelle 12) weitestgehend ab. Vielmehr präferiert fast die Hälfte der männlichen Jugendlichen für sich selbst den extrem muskulösen *Body-Builder-Typ*. Im Wesentlichen beschränkt sich die Wahl der Jungen auf drei Figurtypen (*extrem muskulös, sportlich, extreme Y-Form*). Hierin scheint sich die Vermutung, dass der Wunsch nach fettfreiem und gleichzeitig muskulösem Körper zunehmend die männlichen Jugendlichen erfasst, zu bestätigen.

Gerade bei Jungen spielen Vermutungen hinsichtlich der Attraktivität für das andere Geschlecht eine große Rolle. Diese Korrelation, die in der Literatur beschrieben ist (Pudel et al. 1992, S. 198; Rosenblum & Lewis 1999, S. 51 sowie Kapitel 5), bestätigt sich in den Klassendiskussionen, in denen Jungen den extrem „männlichen" *Body-Builder-Typ* in seiner Wirkung auf die Mädchen deutlich überschätzen. Ähnliches − wenn auch nicht so stark auf einen Figurtyp fixiert − gilt auch für Mädchen hinsichtlich der bei Jungen vermuteten Attraktivität von extrem schlanken (d. h. fettfreien) Körperformen. Die Alltagsvorstellungen über die vermutete Wirkung beim anderen Geschlecht ist sicherlich auch eine Erklärung des

[232] Dazu wurden u. a. Bildvorlagen zu Körper- und Gewichtsdimensionen (Pudel et al. 1992, S. 191 und S. 193) diskutiert.

[233] Prozent beziehen sich auf die männlichen Befragten (Kapitel 8.3, Tabelle 11).

von den befragten Jugendlichen bevorzugten des sehr „männlichen" *Body-Builder-Typs* und teilweise sehr „weiblichen" *Wespentaillentyps.* Diese Bevorzugung deckt sich mit Ergebnissen aus den 1990er Jahren für jüngere Altersgruppen (Pudel et al. 1992, S. 201), und stützt die Annahme, dass pubertierende Jugendliche zu extrem „weiblichen" bzw. „männlichen" Körperidealvorstellungen bezüglich des anderen Geschlechts und des eigenen neigen.

Bevorzugter Figurtyp korreliert nicht mit besuchtem Schulzweig und liefert somit keinen Hinweis auf milieudifferente Vorstellungen. Vielmehr unterstreicht die generelle Favorisierung von *schlank* und *muskulös* für beide Geschlechter den gesellschaftlichen Stellenwert eines universellen (mediengerechten) Körpers und lässt einen steigenden Einfluss der Medien ebenso wie eine Konnotation mit Leistungsfähigkeit und Erfolg vermuten. Damit behält der „Körper" weiterhin seine distinguierende Funktion, denn Gewichtsstatus und soziale Lage korrelieren (z. B. Danielzik 2003, S. 16ff. und S. 93ff.; vgl. auch Kapitel 5). Bei den befragten Gymnasiasten kann bezüglich ihrer Körperform auch ein Leistungsdruck beobachtet werden[234] (vgl. dazu auch 14. Shell Jugendstudie 2002, S. 164ff.). Dass Mädchen aus der Mittel- und Oberschicht häufiger Diäterfahrungen haben (Roth 1998, S. 49), deckt sich auch mit dem Eindruck aus den Klassendiskussionen und Interviews, bei denen gerade Gymnasiastinnen und Gymnasiasten einen gesteigerten Wert auf eine gute Figur legen. Gleichzeitig finden diese Jugendlichen Kalorien zählen peinlich (Anhang, Tabelle 31; s. u.); allerdings unterscheiden sich Jugendliche des Gymnasiums nach den Daten (z. B. „Diät" halten für die Figur) nicht signifikant in ihrem Figurmodellierungsverhalten gegenüber anderen Schulzweigen.

Was tun Jugendliche zur Erreichung eines attraktiven Körpers?

Zusätzliche Bewegung und Sport ist bei fast allen befragten Jugendlichen ein beliebtes und weit verbreitetes Mittel zur Verbesserung der Figur und bestätigt damit die Literatur (vgl. auch Wittenberg et al. 1999, S. 43; 13. Shell Jugendstudie 2000, S. 206; 14. Shell Jugendstudie 2002, S. 77ff.). Zwar treiben etwas mehr Jungen (80 %) als Mädchen (70 %) *regelmäßig* oder *oft* Sport (Kapitel 8.3, Tabelle 14), aber es liegt kein statistisch signifikanter Geschlechtseffekt vor. Der in der Literatur (vgl. z. B. Kolip 1994; Methfessel 1999d) beschriebene Zusammenhang, dass Sport mit dem Aufbau von Muskeln (neben Energieverbrauch) assoziiert wird und daher besonders den von Jungen angestrebten

[234] Bei den in der Jugendstudie differenzierten vier Wertetypen wird Fleiß und Ehrgeiz besonders hoch von den „Idealisten" und „Machern" geschätzt. In beiden Fällen sind es die Gymnasiastinnen und Gymnasiasten, denen Leistung besonders wichtig erscheint. Anders ist das bei den Wertetypen „Unauffällige" und „Materialisten", bei denen Schülerinnen und Schüler der Haupt- und Realschule eher als fleißig und ehrgeizig einzustufen sind (14. Shell Jugendstudie 2002, S. 165).

Körperformen entgegenkommt, wird durch die hohe Bereitschaft, für die Figur vermehrt Sport zu treiben und sich zu bewegen, unterstrichen. Dieses deckt sich auch mit dem von Kolip (1994, S. 141) beschriebenen Gesundheitskonzept für Jungen, in dem Körperlichkeit (Kraft, Ausdauer, Leistungsfähigkeit) an erster Stelle des Wohlbefindens steht. Eine Präferenz von Sportarten, die auf Muskel- und Kraftaufbau ausgerichtet sind, wird daher eher bei Jungen vermutet. Die erhobenen Daten belegen diesen Zusammenhang in dieser Deutlichkeit so nicht. Möglicherweise sind Alter und sozialdifferenzierende Einflüsse intervenierende Variablen, die in der hier durchgeführten Untersuchung lediglich eingeschränkt berücksichtigt werden konnten. Ein Hinweis darauf findet sich z. B. in der aktuellen Jugendstudie (14. Shell Jugendstudie 2002, S. 78f.), in der im Zusammenhang mit den schulzweigabhängigen Differenzen der Freizeitgestaltung auch auf die Sportfreudigkeit von Jugendlichen aus den Realschulen und aus den Gymnasien hingewiesen wird.

Zugunsten ihrer Schlankheit verzichten Mädchen auf das Essen

Bei den Mädchen, die in erster Linie nach Schlankheit streben, ist ein Trend zur „Diät" beobachtbar (Kapitel 8.3, Tabelle 16). Damit bestätigen auch die hier erhaltenen Daten Literatur und Ergebnisse aus zahlreichen Studien (z. B. Kolip 1995, S. 107; Currie et al. 2000 [HBSC Survey der WHO]). Immerhin geben etwa ein Viertel der befragten Mädchen an, regelmäßig oder oft eine „Diät" durchzuführen. Jungen kommen viel seltener auf diese Idee, so geben weniger als 6 % dieses als Methode ihrer Wahl an. Ähnlich eindrucksvoll sind zwei Beispiele zum Nahrungsverzicht (Kapitel 8.3, Tabelle 16): Ein gutes Drittel der Mädchen lässt regelmäßig oder oft *mindestens eine Mahlzeit am Tag ausfallen,* über ein Fünftel *isst sich nicht satt.* Auch hier verhalten sich Jungen nach den hier erhobenen Daten signifikant anders, wohl aber sind fast 12 % noch bereit, häufig *Mahlzeiten ausfallen zu lassen* etc. (Diskussion dazu s. u.). Fast 40 % der Mädchen hören häufig von anderen: „*Bist du etwa schon wieder auf Diät*" und „*Du isst schon wieder nichts!*" Diese Kommentare aus der Peergroup (Anhang, Tabellen 40 und 41) bestätigen indirekt nicht nur den praktizierten Verzicht, sondern können als Erwartungen der sozialen Umwelt an „weibliches" Essverhalten, die den Druck auf die heranwachsenden Frauen noch erhöhen[235] und ein eher „kontrolliertes" Essverhalten fördern, interpretiert werden, wie es auch in der Literatur beschrieben ist (Barlösius 1999, S. 110; Setzwein 2000, 2002; Methfessel 2004c).

Die geschlechtsdifferenten Verhaltensweisen korrelieren auch hier mit den angestrebten Schönheitsidealen: Die befragten Mädchen finden vorzugsweise „extrem dünne" Körperformen (*sportlich-androgyner Typ, Wespentaillentyp*) attraktiv, dagegen setzen die

[235] So berichtet eine schlanke, jugendliche Frau, wie verwundert ein Mann beim Rendevous reagierte, als sie keinen Salat, sondern eine ganze Pizza bestellte und diese auch (vollständig) mit Freude aß.

befragten Jungen durch ihre klare Favorisierung des *Body-Builder-Typs* auf Kraft und Muskeln. Im Hinblick auf das eher „weibliche" Essverhalten, ist auch die Wahl des extrem dünnen *Twiggy-Typs* zu sehen. Eine vermutbare Alterskorrelation − die entwicklungsbedingte „Weiblichkeit" kann mit dieser Körperform negiert werden (Kolip 1994) – besteht hier nicht, so findet unabhängig von Klassenstufe und Alter fast jedes zehnte Mädchen (anders als die Jungen) diesen Frauenkörpertypus am attraktivsten.

Unrealistische Idealvorstellungen bezüglich attraktiver Körperformen und des Einsatzes figurmodellierender Bewegungs- und Ernährungsmethoden sprechen für die vermutete Diskrepanz (Helfferich et al. 1986; Kupfer et al.1992; Rathner & Waldherr 1997; Pope et al. 2001) zwischen Idealvorstellungen und eigenem (empfundenen) Körperbild bei den befragten Jugendlichen. Daraus kann auch eine Unzufriedenheit mit dem Körper resultieren, die in der neueren Literatur auch für Jungen beschrieben ist (Anderson et al. 2001; Pope et al. 2001). Der von Methfessel (1999d, S. 44ff.) herausgestellte Zusammenhang, dass geschlechtsdifferente Schönheitsideale zu geschlechtsspezifischem Figurmodellierungsverhalten führen, wird gestützt durch ein nach Geschlechtern differenziertes Bild bezüglich der von Jugendlichen eingesetzten Figurmodellierungstechniken.

Erwartungen an die Figur junger Männer

Mehr als jeder zehnte Junge hört (vgl. Kapitel 8.3 und Anhang) von seinen Eltern, dass er *sich Mühe mit seinem Aussehen geben soll, sonst würde ihn keiner mögen.* Diese Verknüpfung von Schönheit und Anerkennung erscheint zunächst für männliche Jugendliche eher atypisch; nicht jedoch der dahinter stehende Leistungsgedanke (*sich Mühe geben*). Und auch in der Peergroup (Anhang, Tabellen 40 und 41) werden zwischen 10 und 20 % der Jungen häufig gefragt, ob sie *etwa schon wieder auf „Diät"* seien. Beides spricht für steigende Erwartungen durch die soziale Umwelt bezüglich ihres Aussehens auch an die jungen Männer, wie auch in neuerer Literatur beschrieben (Methfessel 1999d, S. 61f.; Pope et al. 2001, S. 240).

Zwar essen sich die Mehrzahl von rund 88 % aller befragten Jungen mehr oder weniger immer satt, aber daneben ist auch eine zunehmende Bereitschaft zu Essweisen, die Nahrungsverzicht bedeuten (s. o.), zu beobachten. Kognitive Steuerung, eine für restriktive Essweisen notwendige Voraussetzung, ist beeinflusst durch psychische, kulturelle und soziale Faktoren (Grunert 1993; Gniech 1995; Logue 1995; Pudel & Westenhöfer 1991; Barlösius 1999). Daher unterliegt die Vorstellung der zu essenden Menge beispielsweise geschlechtsspezifischen Normen, die auch in der hier durchgeführten Befragung deutlich werden. So haben *Nahrungsmenge* und *Sattwerden* bei den Jungen einen vergleichsweise

hohen Stellenwert und können als „männliche" Attribute interpretiert werden. Vor diesem Hintergrund ist die Minderheit von 15,5 % der Jungen, die mehr oder weniger regelmäßig auf *Dinge, die sie gerne essen, verzichten,* als ein Zeichen für den zunehmenden Druck, schlank zu sein, zu interpretieren.

Immer häufiger wird Muskel- und Kraftaufbau auch mit einer teilweise illegalen oder zumindest problematischen Einnahme von muskelfördernden Medikamenten in Verbindung gebracht (Methfessel 1999d, S. 62; Hurrelmann et al. 2003). Die bei der durchgeführten Befragung von vielen Jungen als attraktiv ausgewählten Männerfiguren verdeutlichen unrealistische Erwartungen hinsichtlich erreichbarer Körperformen und begünstigen eine Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper. Hieraus resultiert eine in der neueren Literatur (Anderson et al. 2001; Pope et al. 2001) diskutierte Tendenz zum steigenden Risiko von Essstörungen und Medikamenteneinnahmen (z. B. Proteinpräparate, Anabolika) bei jungen Männern. Auch die hier erhaltenen Daten (Kapitel 8.3, Tabelle 15) enthalten erste Hinweise: Im Einzelnen nennen fast 7 % aller befragten Jungen − erwartungsgemäß keines der Mädchen − *Muskelaufbaupräparate* als *regelmäßig* oder *oft* von ihnen eingesetztes Mittel zur Figurverbesserung, hinzu kommen weitere rund 11 % Jungen, die *selten Muskelaufbaupräparate* nehmen. Darüber hinaus ist noch mit einer Dunkelziffer zu rechnen, da eine Medikamenteneinnahme im Dienste der Figurmodellierung eher als sozial unerwünschtes Verhalten eingestuft wird. Immerhin ein Fünftel aller hier befragten männlichen Jugendlichen ist bereit, diese langfristig gesundheitsschädlichen Mittel – zumindest selten – zu nehmen und sich zudem „weiblichen" Modellierungstechniken (s. u.) − die oftmals Verzicht bedeuten − zu unterwerfen.

Bei der Frage nach Einnahme von *Muskelaufbaupräparaten* ist ein Unterschied zwischen den Schulzweigen auffällig: Kein Gymnasiast gibt an, diese Mittel zu konsumieren. Ob Gymnasiasten an dieser Stelle sozial „erwünschtes Verhalten" angeben oder tatsächlich kritischer sind, wäre spannend zu erfahren. Aus der Literatur ist seit längerem bekannt, dass z. B. Hauptschüler einen extensiveren Umgang mit ihrem Körper bezüglich Alkohol und anderen Rauschmitteln haben (Kahl et al. 1994, S. 141; Helfferich 1999). Das und ein im Vergleich zu den Gymnasiasten kleineres Verhaltensspektrum, um sich als darzustellen und in der Peergroup zu behaupten (Methfessel 1999d, S.63), spricht auch für eine größere (weniger stark reflektierte) Bereitschaft dieser Schüler, muskelfördernde Präparate zu nehmen. Muskelaufbaupräparate (und Anabolika) sind ein Thema, über das Jungen reden (wollen). Die Klassendiskussionen machen auf ein großes Interesse der Jungen aufmerksam.

Kalorien zählen als sozial unerwünschtes Verhalten

Eine Sonderrolle nimmt das *Kalorien zählen* ein, denn das öffentliche *Kalorien zählen* wird von allen Jugendlichen als peinlich und störend empfunden – wie z. B. bei den akzeptierten Verhaltensweisen im Restaurant oder bei den Kommentaren zu „Big Brother" deutlich wird (Kapitel 8.2, Tabelle 9 und Anhang, Tabelle 28; zur Diskussion s. o.). Von allen abgefragten Essweisen zur Fernsehsendung „Big Brother" fanden die Jugendlichen lediglich *Kalorien zählen* peinlich; das aber deutlich mehr als der Hälfte (62,5 %). Unterschiede zwischen den Geschlechtern sind hier nicht statistisch signifikant, trotz der bei dieser Frage üblichen Geschlechtsdifferenzen. Signifikante Unterschiede hingegen liegen zwischen den besuchten Schularten vor. Über 70 % der Gymnasiastinnen und Gymnasiasten finden das Zählen von Kalorien *peinlich* und niemand *cool*. Das ist ein Hinweis auf einen höheren Leistungsdruck bezüglich ihres Aussehens bei den Gymnasiastinnen und Gymnasiasten als in den anderen Schulzweigen und spricht für die vermuteten sozialen Differenzierungen. Gestützt wird dieses auch durch allgemeine Ergebnisse zum Leistungsverhalten aus Jugendstudien (z. B. 14. Shell Jugendstudie 2002), aber auch durch fachbezogene Daten zum Essverhalten. So sind z. B. Hauptschülerinnen vergleichsweise seltener von Essstörungen betroffen (vgl. z. B. Grabhorn et al. 2003, S. 17). Die erhobenen Daten zum Kalorien zählen stützen auch die in Kapitel 5 herausgearbeitete These, dass *„Body"* Teil der inszenierten Persönlichkeit ist. Das größere Ernährungswissen wird in höheren sozialen Schichten tendenziell mehr zum kontrollierten Essen und der damit einhergehenden Figurmodellierung eingesetzt (vgl. Helfferich 1994a, 1999). Da Figurvorstellungen und dazugehörige Kenntnisse über Möglichkeiten, diese zu realisieren, gerade in höheren sozialen Lagen als Teil des Habitus inkorporiert sind, ist damit eine Diskretion verknüpft. Kurz gefasst: „Frau" ist schlank, über „Diät" wird nicht gesprochen.

Interessanterweise belegt das Item *kalorienarm essen* Rangplatz 10 (von 13) im häuslichen Kontext (Kapitel 8.2, Tabelle 7), in dem nach der Annahme vorwiegend Essensversorgung und Erholung stattfindet (s. o.); ein gutes Fünftel findet *kalorienarm essen* zu Hause eher wichtig. Erwartungsgemäß ist Mädchen (etwa 40 %) dieses wichtiger als Jungen (nur etwa 15 %). Unterwegs belegt das Item *kalorienarm* zwar den letzten Rangplatz (13) der Wichtigkeit. Dies entspricht aber immer noch 20 %. Mindestens jedes dritte Mädchen und jeder zehnte Junge achtet demnach auch unterwegs auf *kalorienarmes Essen*. Dieser signifikante Geschlechtsunterschied bestätigt Ergebnisse aus der Literatur (Kolip 1995; Methfessel 1999d), denn obwohl öffentliches *Kalorien zählen* als peinlich und sozial unerwünscht (s. o.) gilt, geht immerhin vielen Mädchen (und wenigen Jungen) der Blick auf den Körper − und seine Schlankheit − nie verloren.

Auch die Klassendiskussionen lassen vermuten, dass *kalorienarmes Essen* sehr wohl wichtig ist, gesprochen wird darüber aber eher nicht. So stellte sich heraus, dass unter „Kalorien zählen" detailgenaues Addieren verstanden wird. Das praktiziert kaum einer der Jugendlichen; wohl aber werden Lebensmittel und Speisen kategorisiert (kalorienarm und kalorienreich) und überschlagsweise bilanziert. Dieses Ergebnis entspricht auch dem dualen Denken vieler Gesundheitskampagnen wie bereits im Ernährungsbericht 1988 dargestellt (DGE 1988; Brombach 2003). Ein Schüler der 9. Klasse (Gymnasium) führte aus, wenn er sich mit Freunden unterwegs „ganz normal" eine Portion „Pommes rot-weiß reinhaut" (d. h. mit Ketchup und Mayonnaise), dann würde er abends nicht auch noch Chips vor dem Computer „futtern". Das Beispiel zeigt einen alltagspragmatischen Umgang, der als egotaktisches Handeln interpretiert werden kann und der angenommenen Funktionsteilung in Kontexten entspricht. Dieser Schüler hat die Dilemmasituation erkannt: Eigentlich will er keine kalorienreichen Pommes essen, aber in seiner Peergroup ist das „ganz normal" und er will dazugehören und wahrscheinlich schmecken sie ihm auch. Die Lösung für ihn ist sein abendlicher Verzicht auf kalorien- und fettreiche Chips.

Aus dem geschlechtsdifferenten Umgang mit dem Verzicht auf Nahrung kann auf eine kontextunabhängige „Mädchenkultur" des „Kalorienbilanzierens" geschlossen werden. Dieses geschieht einerseits eher im Verborgenen. Auch die übrigen angeführten Essweisen zum Nahrungsverzicht sind für Außenstehende eher „unsichtbar" und lassen eine verdeckte Disziplinierung des Körpers zu, die einer „Erlebniskultur" (vgl. Kapitel 5) so widerspricht. Andererseits können damit auch sozial erwartete Rollenklischees (s. o.) bedient werden und damit „kontrolliertes" Essverhalten auch im Beisein anderer verstärken.

Im Ganzen sprechen die Antworten zur Figurmodellierung dafür, dass die in Kapitel 5 beschrieben Dilemmata zwischen „Body" und „Soul" von Jugendlichen als solche wahrgenommen und auf ihre als passend betrachtete Weise gelöst werden − und zwar geschlechtsspezifisch unterschiedlich: Am Beispiel des Kalorien zählen zeigt sich, dass Mädchen „Erlebnis" („Funfaktor") und „Disziplin" für den „Body" verknüpfen, abwägen und sich für Kompromisse entscheiden. Jungen tendieren eher zu einer Funktionsteilung zwischen häuslichem und außerhäuslichem Lebensbereich – wenn überhaupt, denn nur wenige streben eine Begrenzung der Nahrungsmenge an.

Die Ambivalenz zwischen Anstrengungen zur Erhaltung oder Erreichung von „Traummaßen" und der „Realität des (eigenen) Körpers" bleibt dennoch auf unterschiedlichen Ebenen:

1. Jugendliche selbst: Wunsch nach „Body" versus Akzeptanz der Bedürfnisse und Unzulänglichkeiten des Körpers,

2. Familienhaushalte: Rückzugsorte und Versorgtheit versus Verantwortlichkeit für eigenen Essalltag und
3. Peergroup: akzeptierten Attraktivitätsvorstellungen dienen versus gemeinsames (Ess-) Erlebnis.

Ablehnung von Lebensstiländerungen

Die oben im Zusammenhang mit jugendspezifischen kulinarischen Code bereits diskutierte Frage nach der Möglichkeit *anders zu essen* ist bei Mädchen und Jungen allgemein unbeliebt (Tabelle 16). Eher noch käme ein schönheitschirurgischer Eingriffs zur Erreichung der „idealen" Körperform in Betracht. Aufgrund der hohen Kosten dürfte dieser der Mehrzahl von Jugendlichen „erspart" bleiben, wird aber in Gesprächen[236] und Klassendiskussionen auffallend oft angesprochen. Ein Eindruck aus diesen Gesprächen ist, dass Jugendliche sich durch den Einsatz finanzieller Mittel erhoffen, die *Erfolgsformel nach Drolshagen*[237] ausschalten zu können. Ein Bedeutungswandel wie Zahlmann (2000, S. 278) ihn für Männerkörper hinsichtlich des „Körpers als erwerbbare Ware" diskutiert, kann hier ebenfalls zum Ausdruck kommen. Indirekt wird an den geführten Diskussionen über Schönheitschirurgie ganz klar, wie stark Jugendliche unter Erfolgsdruck hinsichtlich ihres Aussehens stehen.

Aufgrund der zunehmenden (öffentlichen) Präsenz von Schönheitsoperationen wird hier ein Forschungsbedarf gesehen: Wie werden Schönheitsoperationen von Jugendlichen wahrgenommen (als „chirurgischer Eingriff" mit den für Operationen üblichen Risiken, als „bequeme Lösung", die z. B. einem Friseurbesuch gleicht etc.)? Wie wirkt sich die Möglichkeit von Schönheitsoperationen – in Abhängigkeit von den zur Verfügung stehenden finanziellen Mitteln – auf die Körperwahrnehmung hinsichtlich der empfundenen Attraktivität und den möglicherweise daraus entstehenden individuellen Handlungsbedarf aus?

Elterliche Verstärkung von geschlechtsdifferenten Essweisen

Aufgrund der Interviews, die der Befragung vorangingen, wurde vermutet, dass Mütter und Väter wesentlich an der Durchsetzung der von den Medien vermittelten Körperidealvorstellungen beteiligt sind. Die hier erhobenen Daten zu der Frage nach den Kommentaren der Eltern (vgl. Anhang: Elternkommentare und Tabelle 37ff.) bestätigen diese Hypothese so nicht − weder bei den Kommentaren zur Figur noch denen zur Ernährung.

[236] Aus persönlichen Kontakten ist bekannt, dass sich z. B. ein Mädchen zum Abitur 2004 „Fettabsaugen" (in Moskau) schenken ließ. Sie scheint im Trend zu liegen, denn neuerdings greift auch das Fernsehen in auf Jugendliche zugeschnittenen Sendungen immer mehr das Thema „Schönheitsoperationen" in Sendungen wie "I want a famous face" von MTV (Sommer 2004) etc. auf.

[237] *Arbeit + Disziplin + Askese + Zeit = Erfolg für den Body* (vgl. Kapitel 5.4.2).

Daran anknüpfende Klassendiskussionen zeigten viele Widersprüchlichkeiten. „Das kann nicht sein!", lautet eine spontane Reaktion auf die Präsentation der Ergebnisse zu den Elternkommentaren. Interviews und Klassendiskussion deuten darauf hin, dass bei der Befragung auf die tatsächlichen Reglementierungen des Essverhaltens und elterlichen Kommentare bezüglich der Figur keine „ehrlichen" Antworten – aus welchen Gründen auch immer – gegeben wurden. Die nachfolgende Interpretation kann daher nur sehr wenige und vorsichtige Aussagen aus den Daten ableiten. Eine weitergehende Untersuchung zur Körpersozialisation wäre sicherlich lohnenswert.

Eine allgemeine Zurückhaltung bei elterlichen Kommentaren zur Figur, zum Essverhalten und zu Verhaltensweisen bei Tisch (vgl. Kapitel 8.2; Anhang: Elternkommentare und Tabellen 37ff.) deckt sich mit der in der Literatur beschriebenen Liberalität an den Familientischen (DGE 2000; vgl. auch Barlovic 1998, S. 10ff.). Dabei scheinen Jugendliche nicht grundsätzlich elterliche Ermahnungen abzulehnen, vielmehr finden noch mehr als die Hälfte aller befragten Jugendliche gut, wenn Eltern ihre Kinder auffordern, *mehr Obst und Gemüse zu essen*. Ebenfalls finden zwei Kommentare zu Verhaltensweisen bei Tisch Zustimmung (*Iss langsamer! Iss ordentlich!*). Dieses ist kein Widerspruch, da zu große elterliche Toleranz von den Heranwachsenden auch als Gleichgültigkeit der Eltern gegenüber ihrer Person wahrgenommen werden kann und vice versa.

Punktuelle Differenzen finden sich zwischen den Geschlechtern, z. B. richten sich Kommentare zum Verzicht auf Essen eher an Mädchen. Das deckt sich mit den Darstellungen in der Literatur, dass Mädchen mehr zur Disziplinierung ihres Körpers angehalten werden als Jungen, bei denen mehr auf die Kräftigung ihres Körpers geachtet wird (vgl. Diehl 1996, S. 54). Die Zuständigkeit der Mütter für die Ernährungsversorgung spiegelt sich darin wider, dass wenn überhaupt etwas von Seiten der Eltern gesagt wird, eher Mütter ermahnen oder kommentieren.

Zusammenfassung

Ergebnisse aus der durchgesehenen Literatur werden durch die hier erhobenen Daten gestützt. Jugendliche sind im Allgemeinen Träger des Wandels der heutigen Körperkultur. Der schon in den 1990er Jahren (Pudel et al. 1992) festgestellte Trend zu extremen Vorstellungen von attraktiven Körperformen setzt sich nach den erhobenen Daten bei den Jugendlichen fort. Mädchen favorisieren unabhängig vom Figurtyp für sich extrem schlanke Frauenfiguren. Jungen bevorzugen einen extrem muskulösen, fettfreien Männerkörper. Körperformen, die gewünschte „Weiblichkeit" oder „Männlichkeit" betonen, sind besonders beliebt. Obwohl von einem steigenden Einfluss der Medien bei der Entwicklung von Ideal-

vorstellungen zur Körperfigur ausgegangen werden kann, haben Essen und Körper nach wie vor Distinktionsfunktion.

Im wissenschaftlichen Diskurs wird aktuell die These diskutiert, dass der gesellschaftliche Druck, einen vorzeigbaren Körper – einen so genannten „Body" − zu haben, zunehmend auf allen (weiblichen und männlichen) Jugendlichen lastet. Auch dies wird durch die erhobenen Daten gestützt.

Untermauert werden konnte die Annahme, dass Essen und Bewegung zur Modellierung des Körpers von den befragten Jugendlichen – geschlechtsspezifisch unterschiedlich – eingesetzt wird. Sport und Bewegung ist allgemein beliebt zur Erreichung oder Erhaltung einer guten Figur. Anders als junge Männer verzichten Mädchen außerdem auf Essgenuss, und zwar sowohl zu Hause als auch unterwegs. Aus den Ergebnissen zum kalorienarmen Essen kann beispielsweise für die Mehrheit der Mädchen und für eine Minderheit der Jungen – und das ist eine neuere Entwicklung − gesagt werden, dass ein „Kalorienkontrollprogramm im Hintergrund stets mitläuft" und mögliche Folgen für das Aussehen bedacht werden.

10 Folgerungen für die Ernährungsbildung

10.1 Impulse für die Ernährungsbildung

Ziel einer zukunftsweisenden Ernährungsbildung sollten grundsätzlich reflektierte Essentscheidungen[238] sein. Schulische Ernährungsbildung kann notwendige Voraussetzungen schaffen. Daher sollte eine moderne, leistungsfähige Gesellschaft Ernährungsbildung als Teil einer Grundbildung verstehen, die zur individuellen Lebensführung sowie zu Gesundheit und Wohlbefinden befähigt. Ein entsprechendes Literacy-Konzept[239], das zum allgemein verbindlichen Bildungskanon gehört, ist anzustreben.

Im Nachfolgenden sollen Ergebnisse aus der vorliegenden Arbeit aufgegriffen werden, um im Sinne eines Beitrages zur Zielgruppenanalyse Impulse für die fachdidaktische Diskussion zu geben. Dazu werden Thesen formuliert, die zusammenfassend aus den Ergebnissen Aussagen über Jugendliche und ihr Essverhalten ableiten. Überlegungen, welche Impulse und Forderungen daraus für eine zeitgemäße und zukunftsfähige Ernährungsbildung resultieren, schließen daran an.

1. Jugendliches Essverhalten ist vielschichtig.

Für den Unterricht kann weder eine „allgemein übliche" Nahrungsversorgung noch eine klare Vorstellung bei Jugendlichen, was und wie üblicherweise gegessen werden sollte, vorausgesetzt werden (vgl. dazu Kapitel 2). Lebensweise und Essstil von Lernenden sind unterschiedlich; daraus resultierende Vorlieben und Wertsetzungen sollten im Ernährungsunterricht als Teil der sozialen und kulturellen Identität auch bedacht und (soweit sinnvoll) respektiert werden. Beispielsweise spielen die soziokulturelle Lage der Familienhaushalte und deren Familienesstraditionen mit jeweiliger individuellen Brechung, aktueller Haushaltssituation und soziokulturellem Hintergrund eine Rolle. Trotz soziokultureller Unterschiede können gemeinsame Elemente von gegenwärtigen *Jugendesskulturen* angenommen werden, die bei der Ernährungsbildung berücksichtigt werden sollten:

- Häusliche und außerhäusliche Essweisen von Jugendlichen unterscheiden sich und erfüllen in diesen beiden Lebensbereichen unterschiedliche Funktionen.
- Familienmahlzeiten dienen der Kommunikation; Jugendliche nehmen daran freiwillig teil.

---

[238] Reflektierte Essentscheidungen schließen z. B. auch genussvolles Essen ein und sind nicht gleichzusetzen mit kontrollierten Essverhalten.

[239] Im Projekt REVIS (Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schule) wurde ein Literacy-Konzept für die Ernährungs- und Verbraucherbildung entwickelt (vgl. Beer 2004. Homepage: www.evb-online.de). Kooperationspartner sind Heseker (Paderborn), Heindl (Flensburg), Methfessel (Heidelberg) und Schlegel-Matthies (Paderborn). Das Modellprojekt wurde vom BMVEL (Bundesministerium für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft) finanziell unterstützt.

- Nahrungsmittelprodukte sind auch Konsumprodukte, die raum- und (jahres-) zeitunabhängig im Allgemeinen verfügbar sind. Jugendliche verfügen dabei über Konsumerfahrungen, die sich meist auf jugendtypische Produkte wie Fast-Food-Produkte, Süßigkeiten etc. beschränken. Überwiegend fehlen den Jugendlichen Kompetenzen zur fachlich fundierten Qualitätsbewertung.
- Essverhalten ist Teil der sozialen Distinktion. Damit erfolgt die soziale Positionierung in der Peergroup und Gesellschaft auch über Ess(konsum)entscheidungen.
- Essen dient dem körperlich-emotionalen Befinden.
- „Snackkultur" ist besonders außer Haus beliebt.
- Kenntnisse über Grundnahrungsmittel und sinnlich-ästhetische Erfahrungen mit Lebensmitteln können nicht allgemein vorausgesetzt werden.
- Erfahrungen im Umgang mit Convenience-Produkten mit entsprechenden Geschmacksprägungen sind für viele anzunehmen.
- Essverhalten von Mädchen und Jungen ist unterschiedlich.
- Idealvorstellung vom eigenen Körper beeinflusst Essverhalten. Ess- und Bewegungsverhalten werden zur Modellierung des Körpers eingesetzt.

2. Jugendessverhalten grenzt sich von dem anderer Altersgruppen ab.

Jugendliches Essverhalten wird durch die Entwicklungsphase kontextabhängig unterschiedlich beeinflusst. Dabei haben *Jugendesskulturen* zwei Facetten: Jugendliches Essverhalten unterscheidet sich vom erwachsenen Essverhalten schon allein durch die **entwicklungsphasentypische Brechungen** und die **jugendspezifische Situation** in Abhängigkeit des elterlichen Haushaltes. Jugendliche nehmen damit eine Doppelrolle ein als Heranwachsende in ihrer Entwicklung und als Trägerinnen und Träger des Wandels ein. Damit determiniert jugendliches Essverhalten nicht zwangsläufig zukünftiges Essverhalten, aber Jugendliche gestalten auch zukünftige allgemeine Esskultur mit.

Die beobachteten Veränderungen bei *Jugendesskulturen* stehen in enger Wechselwirkungen mit der Lebens(ess)welt. Pauschale Ablehnung von Ernährungsgewohnheiten Jugendlicher wie Fast-Food-Verzehr oder „Snacking" ignoriert die reale Esswelt fast aller Altersgruppen, die unterschiedlichen Bedeutungen in den jeweiligen Kontexten (bei gemeinsamen Fast-Food-Verzehr geht es eben nicht um Gesundheit) und die Motivationen von Jugendlichen (Abgrenzung, Unabhängigkeit, zeitliche Flexibilität). Beide Essverhaltensweisen sind Ausdruck eines „psychologischen Bedürfnisses" nach *Kompetenz*, *Autonomie* und *sozialer Zugehörigkeit*, dessen Stärkung nach der Selbstbestimmungstheorie von Deci & Ryan (1993) wesentlich zum Aufbau und Erhalt einer intrinsischen Motivation

bzw. deren Vorstufen beiträgt und sich damit positiv auf Lernprozesse auswirkt (Deci & Ryan 1993, S. 223ff.). Vor diesem Hintergrund sind Ziele und Inhalte der Ernährungsbildung zu hinterfragen und mit Zielen und Interessen der Jugendlichen abzustimmen. Neuere Erkenntnisse zu Faktoren, die den Erfolg schulischer Ernährungserziehung begünstigen, stützen diese Forderung, denn sie weisen darauf hin, dass „Programmziele ... auf die spezifischen Bedürfnisse und Erfordernisse der Zielgruppe abgestimmt sein [müssen] ...” (Winkler et al. 2004, B-24). Ernährungsbildung muss differenzierter die aus der Lebensphase Jugend resultierenden Probleme und Interessen wahr- und ernst nehmen und dafür handlungsrelevantes Wissen und Können anbieten.

In akuten und komplexen Situationen kann aus der Perspektive des Jugendlichen eine Essentscheidung sinnvoll sein, die aus der Perspektive der Fachwissenschaft oder aus der Sicht von Erwachsenen (z. B. Eltern, Lehrkraft) als ungünstig bewertet wird. Eine salutogenetische Betrachtung (Bartsch 2002; vgl. auch Antonovsky 1997; Bengel et al. 1998) kann dabei zur Akzeptanz und zu mehr Gelassenheit bei Lehrenden beitragen, da jugendliches Essverhalten als Teil der Bewältigung der alterstypischen Entwicklungsaufgaben interpretiert wird. Andererseits verändern gerade auch Jugendliche als Trägerinnen und Träger des Wandels allgemeine Esskultur, daher müssen von den Lehrenden langfristige Folgen einer einseitigen Ernährung mitbedacht werden. Jugendliche als Essende ernst nehmen, heißt hier zwar deren Umgang mit Esssituationen unter den gegebenen Umständen (Lebensmittelangebote, Haushaltssituationen etc.) akzeptieren, gleichzeitig muss eine moderne Ernährungsbildung Lernende dazu befähigen, in den sich verändernden Lebenssituationen Essentscheidungen treffen zu können, die zu einer kurz- und langfristigen Gesundheit beitragen.

Nachkommende Generationen wachsen immer schon in einer anderen Lebens(ess)welt auf als die vorangegangenen Generationen und blicken somit auch auf andere Ess- und Konsumerfahrungen zurück. Hinzu kommen individuelle und milieuspezifische Brechungen. Infolge von veränderten Haushaltsanforderungen und Marktangebot ändern sich Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten. Allerdings findet in vielen Haushalten keine Tradierung von haushälterischen Kompetenzen mehr statt (Rößler-Hartmann 2002). Aus der Vergangenheit lernen, heißt auf bewährte Erfahrungen und fachlich fundiertes Wissen zurückgreifen, ohne rezepthaft vorzugehen. Ziel einer modernen Ernährungsbildung sollte daher die Vermittlung von Kompetenzen sein, welche an heutige Haushaltssituationen anschlussfähig sind und Aspekte eines nachhaltigen Konsumstils (Schlegel-Matthies 1998, 2004) einschließen. Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten sollten anwendungsbezogen erlernt werden, so dass auf veränderte Lebensumstände individuell passende Lösungen für eine gesunde

Lebensführung gefunden werden können[240]. Ein zurückgewandter „Museumsunterricht" ist zur Erreichung einer solchen Zielsetzung am falschen Platz. Egopragmatismus, Offenheit und Neugier – als charakteristische Attribute für Jugendliche − sind gute Voraussetzungen, um unbekannte Essweisen auszuprobieren und selbstständig zu prüfen, ob diese den eigenen Vorstellungen entsprechen. Dazu sollten auf der Grundlage von Fachwissenschaft und Bedürfnisreflexion zuvor von den Lernenden selbst Kriterien entwickelt werden (vgl. dazu Schlegel-Matthies 1998; Leonhäuser 2003). Dieses impliziert die Übertragung der Verantwortung für das eigene Essverhalten, das sich als förderlich in der Ernährungsbildung[241] erwiesen hat (Winkler et al. 2004).

Die Doppelrolle der Jugendlichen wird am Beispiel der von vielen – nicht nur Jugendlichen – bevorzugten Convenience-Produkte deutlich. Der Markt bietet dazu eine unübersehbare, stets im Wandel begriffene Produktvielfalt. Mehrheitlich haben Jugendliche beim Essen von solchen Produkten bereits sinnlich-ästhetische und oftmals auch praktische Erfahrungen bei der Zubereitung gesammelt. An solche – meist positiv besetzte Situationen aus dem Alltag der Lernenden – kann mit dem Ziel Fähigkeiten, Fertigkeiten und Reflexionsfähigkeit zu erhöhen, angeknüpft werden. Um nicht nur die Alltagserfahrungen der jugendlichen Lernenden zu wiederholen, ist die Ausbildung von Waren- und Produktkenntnissen unabdingbar. Gefordert ist ein reflektierter Umgang mit Convenience-Produkten und Fast Food. Anzustreben ist daher die Erarbeitung von Lösungsalternativen, die der jugendlichen Lebenswelt entsprechen. Nach Möglichkeit sollten Erfahrungen des sinnlichen Essgenusses eingeschlossen werden, denn aus Ergebnissen zu Versuchen mit Genusstraining bei Essstörungen ist bekannt, dass dadurch „neue positive Lebensstilemotionen" vermittelt werden, die sich günstig auf den Lernprozess auswirken (Teuteberg 2002, S. 186).

3. Die Distinktionsfunktionen des Essens und des Körpers werden jugendspezifisch gebrochen.

Jugendliche sind als Essende und Konsumierende von Lebensmitteln ernst zu nehmen. Dies bedeutet, sowohl individuelle Präferenzen als auch milieutypische und jugendtypische Ernährungsweisen im Unterricht zunächst gleichberechtigt zu akzeptieren. Individuelle Essbiografien und familiale Esstraditionen bestimmen (un-)bewusst Vorlieben, Abneigungen

[240] Die in der Kindheit erworbenen Ernährungsmuster sind sehr stabil (Winkler et al. 2004, B-22), schließen aber kleinschrittige, beständige Erweiterungen nicht aus (vgl. Methfessel 2004b). Studien aus nordeuropäischen Ländern liefern z. B. Hinweise, dass sich in der Jugendphase das Ernährungsverhalten „in beschränktem Umfang" ändert (Winkler et al. 2004, B-22). Größere Veränderungen von Essgewohnheiten sind dagegen eher im Erwachsenenalter in biographisch „sensiblen" Phasen (z. B. Heirat, Geburt eines Kindes, gesundheitliche Probleme etc.) zu erwarten (Brombach 2000a, S. 229ff.).

[241] Wie aus Untersuchungen der Allgemeinen Pädagogik zur Motivationsforschung bekannt ist, basiert „effektives Lernen" auf eine hohe Selbstregulierung (Deci & Ryan 1993, S. 233) – wie auch hier in der Ernährungsbildung deutlich wird.

und Essgewohnheiten mit und generieren damit auch **Essstile**, die milieu- und alters-spezifisch unterschiedlich sind. Gerade für Jugendliche ist der praktizierte Lebensstil wichtig (DGE 2004, S. 395). Aus einer aktuellen Experimentalstudie zum Einfluss von Fernseh-beiträgen ist bekannt, dass lebenstilorientierte Darbietungen („lifestyleorientierte Frames") die größten Chancen auf Veränderung der Ernährungseinstellung erzielen (ebd.). Für die Unterrichtsarbeit ist dabei folgender Zusammenhang besonders bemerkenswert: „Je häufiger die Probanden kochen, desto eher ändern sie ihre Lifestylewahrnehmung in die vermutete Richtung. Vermutlich sind Menschen, die viel selbst kochen, besonders empfänglich für Lebensmitteltrends, da sie diese selbst umsetzen können." (ebd.). Über eine Professionalisierung der Lernenden können diese ihre eigenen Wege zu einer gesundheits-förderlichen Esskultur finden und in ihren Alltag als Teil ihres Lebensstils implementieren.

Eine vorschnelle Ablehnung einzelner jugendtypischer oder milieutypischer Ernährungs-weisen durch die Lehrkraft wirkt dagegen eher als „Belehrung", die einer „Abqualifizierung des Alltagsverhaltens von Jugendlichen" gleichkommt und Ressentiments bei den Lernenden hervorrufen kann. Ebenso stößt auch eine unreflektierte Übernahme von Elementen der *Jugendesskulturen* durch Lehrende bei vielen Jugendlichen auf Ablehnung, da dieses erstens einer „Enteignung" gleichkommt und zweitens als opportunistisches Verhalten nicht einem Ernst genommen werden entspricht und die Lehrkraft selbst dadurch unglaubwürdig werden kann. Vielmehr bietet sich an, Botschaften über Lebensstile anhand von ausgewählten Nahrungsmittelprodukten und Essweisen im Unterricht zu thematisieren, denn dieses kommt dem jugendlichem Bedürfnis nach einer sozialen Positionierung in der Peergroup als Teil der Gesellschaft näher, nimmt Jugendliche auch als Lernpartner ernst und wäre daher einem reflektierten Umgang ihres Essverhaltens förderlich.

Unabhängig von der hier geforderten Akzeptanz jugendlicher Essweisen sollte Ziel des Unterrichts sein, das Handlungsspektrum (bezüglich Auswahl und Zubereitung/Küche) zu erweitern, um einer Verengung von Essweisen (und Sichtweisen[242]) entgegenzuwirken. Zwar gilt entsprechend der Annahme eines jugendspezifisch gebrochenen „kulinarischen Codes" (vgl. Kapitel 4.3.1) eben auch für Unterrichtssituationen: „Zeig mir was und wie du isst, und ich sage dir, wer du bist!" Aber schulisches Umfeld ist nicht vorrangig der außerhäuslichen (Ess)situation zuzurechnen, da ein institutioneller Rahmen unter pädagogischer Zielsetzung einschränkend wirkt. Zum Beispiel müssen beim gemeinsamen Klassenfrühstück, das Teil der schulischen Verpflegung sein kann, ausgehandelte oder vorgegebene Regeln (z. B. keine koffeinhaltigen Getränke und zuckerreiche Limonaden) und Vorgaben (z. B. hin-sichtlich Zeit, Ort) eingehalten werden. Da schulische Esssituationen eine Mischform

[242] Beispielsweise Ausgrenzungen von ethnologischen Gruppierungen aufgrund von Essweisen aufgreifen und hinterfragen.

zwischen häuslicher und außerhäuslicher Esssituation sind, bieten sie für die Heranwachsenden eine Möglichkeit in einem geschützten Raum Neues auszuprobieren, auch im Hinblick auf die Akzeptanz in der Peergroup. So sollte der Unterricht zum gemeinsamen Ausprobieren von Unbekannten (Auswahl von Nahrungsmitteln, Zubereitung und Essen) herausfordern.

Besser als lebensstil-gestaltende „In-Produkte", die entsprechend der dieser Arbeit zugrunde liegenden Einteilung (Kapitel 2.1) als *Symbolics* bezeichnet werden*,* eignen sich zur Vermittlung von grundlegendem Wissen und Fertigkeiten weniger symbolträchtige *Basics* und *Unis,* aufgrund ihrer weitaus höheren Zukunftsrelevanz und der zu erwartenden höheren Offenheit seitens der Lernenden. Außerdem haben gesundheitsrelevante Präferenzen und Ernährungsweisen in der Jugendphase nur eine Chance auf Verwirklichung als Teil eines *jugendlichen* Lebensstilkonzeptes und sollten daher zum Bestandteil eines Coping-Prozesses[243] werden. Die Lernenden können mit *Basics* und *Unis* erworbene Grundfertigkeiten anwenden, um in neuen Variationen ihr Wissen und Können zu vertiefen. Modular kann in eigenständigen Lernprozessen Gelerntes auf eigene Bedürfnisse (auch im Unterricht) transferiert werden, z. B. um zu experimentieren, auszuprobieren, Neues zu gestalten und Freude am Variieren zu gewinnen.

4. Jugendliches Interesse an Essen und Bewegung fokussiert auf Verbesserung des körperlichen Aussehens.

Da jugendliches Ess- und Bewegungsverhalten zur „Manipulation" des Körperbildes eingesetzt wird, muss eine zeitgemäße Ernährungsbildung kurz- und langfristige (biologische und psychologische) Wirkmechanismen thematisieren. Essen und Bewegung sind dabei im Zusammenhang zu sehen. Um die Alltagsvorstellung „die Schönste kommt am besten an" nicht in einer sich selbsterfüllenden Prophezeiung enden zu lassen, sind offene Lernsituationen und subjektorientierte Vorgehensweisen günstig. Dadurch werden eine individuelle Förderung und eine Stärkung der sich entwickelnden Persönlichkeiten eher gewährleistet.

Mädchen messen ihre Schönheit auch in der Akzeptanz durch das andere Geschlecht. Dabei konkurrieren sie oftmals untereinander verdeckt oder offen. Zur Stärkung der weiblichen Identität, die für einen emanzipatorischen Umgang zwischen den Geschlechtern Voraussetzung ist, ist eine Enttabuisierung und Auseinandersetzung mit diesem geschlechtsspezifischen Konkurrenzverhalten notwendig.

[243] Coping, Coping-Prozess und Coping-Strategie wird hier im Sinne Antonowskys (1997) verwendet. Der Begriff Coping kommt aus der Stressforschung und bedeutet zunächst Bewältigung von Stresssituationen. Antonowsky bezieht sich auf Lazarus (Antonowsky 1997, S. 125) und erweitert den Begriff: 1. Stressoren können aus der inneren und äußeren Umgebung eines Menschen stammen und generell auch als günstig und positiv vom Betroffenen gewertet werden. 2. Sowohl Art und Weise der Bewältigungsstrategie, d. h. Coping-Stil, als auch Ergebnis sind individuell unterschiedlich. Eine Bewertung ist immer subjektiv.

Jugendliche haben ein großes Informationsbedürfnis und zeigen viel Interesse an den Themen „Essen" und „Bewegung" im Zusammenhang mit Körpervorgängen und Auswirkungen auf ihren Körper. Aufgrund der alterstypischen Perspektive decken sich Lehrinhalte und Intentionen der Lehrkraft nicht unbedingt mit diesen jugendlichen Interessen. Um zu verhindern, dass „für die Schule und nicht fürs Leben" gelernt wird, muss die Rolle der Lehrkraft überdacht werden. Werden Lernprozesse wie hier als individuelle Konstruktionsprozesse in einer fortschreitenden Ernährungsbiografie aufgefasst, werden Lehrkräfte zu Lernpartnern, die auf Kenntnisse, eigene Erfahrungen und Metawissen zurückgreifen, die Lernprozesse begleiten und fördern können und die schlussendlich individuelle Lernwege zulassen ohne Lehrziele aufzugeben.

5. Jugendliche sind selbstbestimmte Essende, ohne dass ihnen Verantwortung für sich und andere abverlangt wird.

Sowohl Haushaltsentscheidungen als auch Verhalten in der Peergroup werden in wechselseitigen Abstimmungsprozessen durch individuelles Verhalten beeinflusst. Die Befähigung des Individuums zum (eigen)verantwortlichen Essverhalten und zu qualitätsorientierten Produktentscheidungen ist wichtig, da Jugendliche mit ihrem Umfeld interagieren und Lebens(ess)welt mitbestimmen. Beispielsweise können sie durch die verantwortliche Gestaltung ihres Essverhaltens ihrer Rolle im Familienhaushalt und in der Peergroup gerecht werden. Darüber hinaus werden über Konsumentscheidungen auch (Lebensmittel)marktangebote mitbestimmt. Die individuelle Esskulturbildung ist damit stets auch ein Beitrag zur gesellschaftlichen Entwicklung (vgl. dazu auch Schlegel-Matthies 2004, S. 11ff.).

Trotz eines langsam voranschreitenden Wandels der Arbeitsteilung in den Haushalten zwischen den Geschlechtern und den Generationen (Zeiher 2000, S. 65), liegt auch nach den hier erhaltenen Ergebnissen die Verantwortung für Essen und Familienkommunikation nach wie vor überwiegend bei Müttern. Koedukation[244] und Thematisierung von Haushalts- und Geschlechterrollen im Unterricht erscheint an dieser Stelle nicht ausreichend zu sein, um eine emanzipierte Arbeitsteilung bezüglich der Essensversorgung in den Familien voranzubringen. Die (geringe) Wertschätzung von haushälterischen Arbeiten und haushaltsbezogener Bildung, die sich auch in den schulartspezifischen Stundentafeln widerspiegeln, sind Gründe für dieses Ungleichgewicht. Fakultative Kurs- oder Schulfachangebote werden vorwiegend von Mädchen wahrgenommen. Nimmt man das „Ziel der ‚Mündigkeit' im Sinne der Fähigkeit zur Lebensbewältigung" (Schlegel-Matthies 1998, S. 102) für den Bereich des privaten Haushaltes ernst, dann gehören nach dem hier zugrunde liegenden Verständnis des

[244] Weiterführende Literatur zur Diskussion der Auswirkungen von Koedukation auf den haushaltsbezogenen Unterricht: Schlegel-Matthies (1998).

Lernens als individuellen Konstruktionsprozess Lehre und Erziehung in die Hände von Frauen *und* Männern, um eine Vielfalt von Identifikations- und Rollenalternativen anzubieten. Damit sowohl Identifikation und Dialog mit dem eigenen Geschlechtspartner oder der eigenen Geschlechtspartnerin als auch Abgrenzung vom gegengeschlechtlichen Erwachsenen für alle Heranwachsenden möglich wird.

In Anbetracht der gesellschaftlichen Veränderungen sollten im Hinblick auf eine Gleichberechtigung der Geschlechter unter Berücksichtigung des Verhältnisses zwischen den Generationen die Wahrnehmung von Haushaltsaufgaben diskutiert werden. Die Entwicklung in Haushalts- und Familiensystemen zu partnerschaftlich-diskursiven Entscheidungsfindungen (vgl. Tornieporth 1979; Methfessel & Kettschau 1994; Schlegel-Matthies 1998) sollte aufgegriffen und die Heranwachsenden einbezogen werden. So schlägt Zeiher (2000, S. 65) vor: „Wo Eltern gleichberechtigt über akute Arbeitsteilungen und längerfristige Zuständigkeiten verhandeln, könnten auch die Kinder in die Verhandlungen einbezogen werden und sich einbeziehen." Veränderte Haushaltsaufgaben in einer modernen Gesellschaft erfordern allerdings eine entsprechende fachliche Vorbereitung durch haushaltsbezogene Bildung in allen Schulformen für alle Jugendlichen, da Familien diese nicht mehr gewährleisten (können).

6. Esserfahrungen sind kontextabhängig unterschiedlich. Wissen und Erfahrungen werden nicht automatisch von einem Kontext auf einen anderen übertragen.

Der bisherige ernährungswissenschaftlich und medizinisch geführte Diskurs über die Vermittlung von Wissen und Kompetenzen für eine „gesunde Ernährung" reduziert Essen auf das existentielle und bedarfsgerechte Zuführen von Nährstoffen, ggf. erweitert um ökonomische und ökologische Aspekte. Diese Orientierung blendet andere − sozial-kulturelle und psychische − Funktionen des Essens weitgehend aus. Sie geht deshalb in weiten Bereichen an den Interessen der Jugendlichen vorbei. Jugendliche handeln oftmals egopragmatisch. „Schulwissen" wird – wenn überhaupt – unter jugendtypischen Fragestellungen gefiltert in den Alltag übernommen (vgl. auch Bartsch 2002, S. 48f.). Das führt selten zur Erweiterung von Handlungsalternativen. Bei einer partiellen Vernetzung von Wissen aus verschiedenen Lebensbereichen spielen häufig emotionale Konnotationen und für die Entwicklungsphase typische Verhaltensmaximen eine Rolle. Beispielsweise beruht das höhere Interesse von Mädchen am Unterrichtsthema Ernährung oftmals auf dem Wunsch nach attraktivem Aussehen. Bei der vorliegenden Untersuchung zeigte sich, dass nur wenige der befragten Jugendlichen in Betracht ziehen, im „Dienste ihrer Figur" ihr Essverhalten zu ändern. Ansatzpunkte zum Andersessen über einen handlungsorientierten Unterricht zu geben, könnte helfen, Lernende zu informieren (statt zu belehren) und ihnen zu

ermöglichen Elemente einer gesunden Lebensweise in ihren präferierten Lebensstil zu implementieren oder auch begründet abzulehnen. Zu bedenken ist, dass Lebensstilentscheidungen ebenso wie dazugehörige Essentscheidungen vor dem Hintergrund der jeweiligen (Ernährungs-)Biografie getroffen werden. Erfahrungen der Jugendlichen sollten in den Unterricht einbezogen und reflektiert werden (vgl. Methfessel & Schön 2002; Bartsch 2003; Haushalt & Bildung (2003) Heft 1).

Ernährungswissen ist einerseits Schulwissen und andererseits alltagspraktisches Wissen. Diese Wissensbereiche stehen eher isoliert nebeneinander und werden nur partiell vernetzt. Gleichzeitig fehlen grundlegende und relevante Alltagserfahrungen. Jugendlichen fehlen häufig Erfahrungen im Umgang mit Grundnahrungsmitteln. Marken- und Produktkenntnisse ersetzen häufig lebensmittelkundliche Warenkenntnisse. Des Weiteren zeigte sich bei der Durchsicht der Literatur (z. B. Lange 1997; Barlovic 1999a; KVA 2001, 2004), dass sich Einkaufserfahrungen von Jugendlichen auf begrenzte Produktsegmente (Süßigkeiten etc.) beziehen, nicht zuletzt eine Folge einer geschlechts- und altersspezifischen Arbeitsteilung in den Familien. Ebenso können fehlende Alltagserfahrungen für weitere Haushaltsarbeiten angenommen werden (Rößler-Hartmann 2002, S. 39ff.; DGE 2004; Kettschau & Methfessel 2005), die sich auf z. B. auf (nicht) vorhandene Grundkenntnissen in Ernährungslehre und Zubereitungstechnik bei Jugendlichen auswirken (Spiekermann 1999a, 2002a; Teuteberg 2002).

Um der partiellen Vernetzung der Wissensbereiche und den bruchstückhaften Erfahrungen und Kenntnissen entgegenzuwirken, sollten außerschulische Erfahrungen in Lernprozesse aktiv einbezogen werden. Dixey et al. (1999) haben in einer europäischen Studie auf die Relevanz des jeweiligen Settings, d. h. die Einbeziehung des Lebens- und Schulumfeldes, hingewiesen. Die Berücksichtigung der soziokulturellen Unterschiede in den Lebenswelten der Lernenden hat sich ebenso wie eine Geschlechts- und Rollendifferenzierung (BZgA 1998, S. 87ff.; vgl. dazu auch Methfessel 1999d) als lernfördernd erwiesen (Winkler et al. 2004, B-26). Eine zukunftsfähige Ernährungsbildung sollte außerdem Warenkunde, Einkauf, Zubereitung und (gemeinsames) Essen als integralen Bestandteil begreifen (Heindl 2003; Beer 2004), um die „Wissensmosaiksteine" als Ganzes zusammenzufügen und evtl. fehlende „Verbindungsglieder" kennen zu lernen. Zielführend sollte dabei die Erweiterung von Optionen beim Einkauf und bei der Zubereitung und der Aufbau eines Spektrums von geeigneten Kriterien für Qualitäts- und Beurteilungsmerkmalen sein, um einer Verengung von Entscheidungen und einer zunehmenden Abhängigkeit vom Markt und dessen Marketing als Informationsquelle entgegenzutreten. Erfahrungen des jugendlichen Schulessalltags, die durch die jeweiligen institutionellen Voraussetzungen geprägt sind,

differieren stark. Sie haben durch die sich täglich wiederholende Routinen einen verstärkenden Einfluss auf Essverhalten – im günstigen wie im ungünstigen Fall. Daher sollte dem schulischen Essalltag ein Platz im Gesamtkonzept der Ernährungsbildung eingeräumt werden, der die curricularen Bemühungen stützt; dieses hat sich in verhältnispräventiven Ansätzen bereits als fruchtbar erwiesen (Winkler et al. 2004, B-26f.; vgl. z. B. Steen 1994; Homfeldt & Schulz 1996; BzgA 1998; Dixey et al. 1999).

Da sich jugendliches Essverhalten aufgrund des differenten Stellenwertes bzw. der jeweiligen Funktionen in den Lebensbereichen Familie und Peergroup unterscheidet oder sogar widerspricht, variieren auch Hintergründe und Perspektiven, auf deren Basis Essentscheidungen getroffen werden, ohne dass diese den Handelnden bewusst sein müssen.

Familien sind verhaftet ihrem Milieu und damit verbundenen Kultur und Traditionen. Auf dieser Grundlage werden in Haushalten Alltagsanforderungen bewältigt, d. h. auch Konsum- und Essentscheidungen getroffen. Jugendliche leben im Allgemeinen stark gegenwartsorientiert. In der außerhäuslichen Welt der Peergroup werden Konsum- und Essentscheidungen aufgrund der für die Entwicklungsphase vorrangigen Prämissen (soziale Positionierung in der Peergroup und Gemeinschaftserleben) getroffen. Daher sind Status und Produktimage („In-Out-Frage", Ansehen etc.) bei gleichzeitig in aller Regel begrenzten finanziellen Mitteln wichtige Entscheidungsmerkmale, die sich direkt auf das gegenwärtige Leben auswirken. Präventiv ausgerichtete Ratschläge und Warnungen einer Ernährungserziehung sind dagegen in die Zukunft gerichtet und können Angst erzeugen. Gleichzeitig stellt das Ignorieren dieser Ratschläge keine unmittelbare Bedrohung der Lebensqualität dar, sondern schränkt oftmals den unreflektierten (Ess-)Genuss ein. Folglich spielen gängige Ernährungsempfehlungen in einer gegenwartsorientierten Lebenswelt der Peergroup eine eher untergeordnete Rolle. Dagegen bedient der Markt unmittelbar und leicht verständlich jugendliche Bedürfnisse, in dem er diese in käufliche Produkte übersetzt. Der Markt agiert aufgrund seiner ökonomischen Zielsetzung folglich nicht präventiv, sondern gegenwartsorientiert.

Der Umgang mit dem Widerspruch zwischen schulischem Anspruch und Gegenwartsorientierung der Jugendlichen ist schwierig. Das Wissen darum kann einer Lehrkraft zunächst eine gewisse Gelassenheit geben, ohne dass sie diesen Widerspruch schicksalhaft akzeptieren müsste. Vielmehr sollte eine Reflexion der genannten Aspekte des Widerspruchs stattfinden, um zukunftsorientierte und gleichzeitig gegenwartskompatible Lösungen zu finden.

7. Im Umgang mit Jugendlichen ist die Selbstreflexion der Lehrkräfte notwendig.

In der Ernährungsbildung als lebensweltbezogenem Fach sind Lehrende und Lernende auch Essende – und als solche „Alltagsexpertinnen" und „-experten". Im Unterschied zu den Jugendlichen bringen Lehrende ihre Esserfahrungen und subjektive Theorien allerdings eher rationalisiert und „verkleidet" als wissenschaftlich begründete Empfehlungen ein. Jugendliche sollten allerdings (auch in der Unterrichtssituation) als essende Subjekte wahrgenommen werden und Lehrende sollten ihre eigene Rolle als Essende kritisch reflektieren.

Idealtypisch vermittelt das „professionelle Selbst" zwischen eigener Person und beruflichen Aufgaben (Schön 2003, S. 16). Der Professionalisierungsprozess der Lehrkräfte sollte daher eine Selbstreflexion des eigenen Essverhaltens und der eigenen Essbiographie in Abgrenzung zu den individuellen und wissenschaftlichen Ansprüchen einschließen. Darüber hinaus darf eine Reflexion über die heutigen (veränderten) Bedingungen des Aufwachsens, über das soziokulturelle Umfeld der Lernenden in der Differenz zur eigenen Kindheit und des eigenen sozialen Milieus nicht fehlen (vgl. Haushalt & Bildung 2003, Heft 1).

10.2 Bedeutung der Ergebnisse des Projektes „Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen" für die fachdidaktische Weiterentwicklung

Ergebnisse dieser Arbeit flossen in die Arbeit des Projektes „Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen" (REVIS[245]) ein. Ziel des Projektes REVIS war die Entwicklung eines Referenzrahmens (Bildungsziele, Kompetenzen, Themen und Inhalte, didaktische Orientierung) für die schulische Bildung. Ein Ergebnis des Projektes REVIS ist die Formulierung von Bildungszielen und Kompetenzen für die Ernährungs- und Verbraucherbildung, die im Folgenden dargestellt sind (vgl. Abbildung 8 und Bildungshaus[246]). In den daran anschließenden schlaglichtartigen[247] Erläuterungen zu den Bildungszielen[248] des Projektes REVIS sollen die Innovationen des REVIS-Konzeptes, die eine Möglichkeit der Umsetzung der in Kapitel 10.1 gegebenen Impulse darstellen, hervorgehoben und in die Diskussion zur Weiterentwicklung der Didaktik gebracht werden.

Bei der Entwicklung der Bildungsziele und Kompetenzen im Projekt REVIS werden Lernende als essende Subjekte in ihrem soziokulturellen Umfeld wahr- und ernst genommen und frühzeitig in ihren Bildungsprozess einbezogen. Dies wird bereits beim ersten

[245] Die Autorin arbeitete im wissenschaftlichen Beirat mit.

[246] Siehe www.evb-online.de (am 22.07.2005).

[247] Die umfassende Darstellung der Vielschichtigkeit der REVIS-Bildungsziele ist nicht Ziel der vorliegenden Arbeit; die Ausführungen sind daher fragmentarisch.

[248] Ohne die Wichtigkeit der Verbraucherbildung missachten zu wollen, sind die Ausführungen im Rahmen der vorliegenden Arbeit entsprechend des Themas auf die Sicht der Ernährungsbildung begrenzt.

Bildungsziel – *„Die Schüler und Schülerinnen gestalten die eigene Essbiographie reflektiert und selbstbestimmt."* (REVIS 2005; Hervorhebung durch Autorin) – deutlich.

	Bildungsziele	**Kompetenzen:** *Die Schüler und Schülerinnen sind bereit und in der Lage,*	**Dazu gehört, dass sie …**
1	**Die Schüler und Schülerinnen gestalten die eigene Essbiographie reflektiert und selbstbestimmt.**	*… sich mit den Einflussfaktoren, Begrenzungen und Gestaltungsalternativen der individuellen Essweise auseinanderzusetzen.*	• soziokulturelle und historische Einflussfaktoren, ihre Wirkungen auf und Bedeutungen für das Essverhalten kennen, identifizieren und verstehen können, • Alltagsvorstellungen und -theorien zur Bedeutung von Essen, Ernährung und Körper identifizieren, analysieren und bewerten können, • die „Gewordenheit" des eigenen Essverhaltens erkennen und verstehen können, • Handlungsmöglichkeiten situationsgerecht entwickeln und zur weiteren Gestaltung der Essbiographie nutzen können.
2	**Die Schüler und Schülerinnen gestalten Ernährung gesundheits-förderlich.**	*… sich mit dem Zusammenhang von Ernährung und Gesundheit auseinanderzusetzen und Verantwortung für sich und andere zu übernehmen.*	• den Zusammenhang von Nahrung und Ernährung für die persönliche Gesundheit herstellen und reflektieren können, • Körpersignale wie Durst, Hunger, Appetit, Sättigung wahrnehmen und verstehen können, • Lebensmittel, ihre Inhaltsstoffe und Wirkungen im Stoffwechsel kennen und verstehen können, • Ernährungsempfehlungen und Regeln kennen, sich mit ihnen und allgemeinen Ernährungsinformationen kritisch auseinandersetzen können.
3	**Die Schüler und Schülerinnen handeln sicher bei der Kultur und Technik der Nahrungszubereitung und Mahlzeiten-gestaltung.**	*… sich mit den kulturellen Voraussetzungen, der Bedeutung und Funktion von Mahlzeiten auseinanderzusetzen.*	• Mahlzeiten situations- und alltagsgerecht planen und herstellen können und die zu leistende Arbeit und Gestaltung wertschätzen können, • Speisen und Gerichte sowie die LM-Auswahl unter Berücksichtigung von Sinnlichkeit, Gesundheit und Nachhaltigkeit gestalten können, • Techniken der Nahrungszubereitung kennen, verstehen, reflektieren und anwenden können, • Informationen und Anleitungen kritisch reflektieren können.
4	**Die Schüler und Schülerinnen entwickeln ein positives Selbstkonzept durch Essen und Ernährung.**	*… sich mit dem Verhältnis von eigenem Körper und Essverhalten auseinanderzusetzen.*	• den eigenen Körper und Körperprozesse wahrnehmen, verstehen und akzeptieren, • die Abhängigkeit der Körperbilder von gesellschaftlichen und historischen Bezügen erkennen, verstehen und reflektieren können, • die Bedeutung von Essen und Ernährung erkennen und diese Erkenntnis für das eigene Handeln nutzen können, • Wege zum genussvollen und verantwortlichen Umgang (mit dem Körper) durch Essen und Trinken entwickeln und nutzen können.
5	**Die Schüler und Schülerinnen entwickeln ein persönliches Ressourcen-management und sind in der Lage Verantwortung für sich und andere zu übernehmen.**	*… sich mit Zukunftschancen und Risiken der Lebensgestaltung auseinanderzusetzen.*	• die Vielfalt von individuellen und gesellschaftlichen Ressourcen kennen, ihre Bedeutung sowie ihre Entwicklungen und Begrenzungen verstehen, • die Prinzipien und Möglichkeiten des Finanz- und Vorsorgemanagements kennen und verstehen und ihre Instrumente anwenden können, • Prinzipien des kurz-, mittel- und langfristigen Ressourcenmanagements verstehen und anwenden können, • Informations- und Beratungsangebote kennen und situationsgerecht nutzen können.
6	**Die Schüler und Schülerinnen treffen Konsument-scheidungen reflektiert und selbstbestimmt.**	*… soziokulturelle Rahmenbedingungen für Konsumentscheidungen zu identifizieren und zu berücksichtigen.*	• Konsum leitende Bedürfnisse erkennen, verschiedene Wege der Bedarfsdeckung kennen, beurteilen und verantwortlich nutzen können, • die eigene Konsumbiographie und ihre Bedeutung für die Lebensstilentwicklung analysieren, verstehen und reflektieren können, • Marktmechanismen und Wirtschaftssystem verstehen und reflektieren können, • Konsum- und Entscheidungsprozesse situationsgerecht bewerten und gestalten können.
7	**Die Schüler und Schülerinnen gestalten die eigene Konsumentenrolle reflektiert in rechtlichen Zusammenhängen.**	*… die eigene Konsumentenrolle kritisch zu reflektieren und darauf aufbauend Konsumhandeln zu gestalten.*	• Verbraucherrechte und –pflichten kennen, bewerten und situationsgerecht anwenden können, • die Tragweite von Konsumentscheidungen in Bezug auf vertragliche Bedingungen und finanzielle Verpflichtungen einschätzen können, • selbstbewusst und selbstbestimmt gegenüber Experten und Institutionen agieren können, • Informationen und Angebote von Institutionen beschaffen, bewerten und kritisch nutzen können.

	Bildungsziele	Kompetenzen: *Die Schüler und Schülerinnen sind bereit und in der Lage,*	Dazu gehört, dass sie …
8	**Die Schüler und Schülerinnen treffen Konsument-scheidungen qualitätsorientiert.**	*… Nachhaltigkeit, Gesundheit und Funktionalität als zentrale Bewertungskriterien zu verstehen und anzuwenden.*	• exemplarische Prozesse der Erzeugung, Verarbeitung, Verteilung und Entsorgung von Marktgütern kennen, verstehen und bewerten können, • die Wirkungen der handwerklichen und industriellen Be- und Verarbeitung für die Qualität des Produkts kennen, bewerten und für eigene Konsumentscheidungen beachten können, • den Faktor Arbeit in der Gütererzeugung verstehen und die Wirkungen lokal und global einschätzen können, • die lokalen und globalen Zusammenhänge der Produktion von Gütern bei eigenen Entscheidungen verantwortungsbewusst berücksichtigen können.
9	**Die Schüler und Schülerinnen entwickeln einen nachhaltigen Lebensstil.**	*… sich mit den Gewohnheiten und Routinen des Konsum- und Alltagshandelns auseinanderzusetzen.*	• das Konzept der Nachhaltigkeit kennen, verstehen und reflektieren können, • eigenes Konsum- und Alltagshandeln auf der Grundlage des Nachhaltigkeitskonzepts analysieren und bewerten und diese Reflexion für Entscheidungen nutzen können, • Lebensstile und Lebensweisen identifizieren und reflektieren können und daraus Handlungsstrategien und Routinen für die eigene Lebensgestaltung verwirklichen können, • die Fähigkeit entwickeln, Verantwortung in Nachhaltigkeitsprozessen übernehmen zu können.

Abbildung 8 Bildungsziele und Kompetenzen in der Ernährungs- und Verbraucherbildung (verändert übernommen aus REVIS 2005)[249]

Eigenverantwortlichkeit und Reflexion sind zentral, ergänzt durch die Befähigung, diese auch ausfüllen zu können. Grundlagen einer gesundheitsförderlichen Ernährung sollen gelegt werden, in dem natur- und kulturwissenschaftliche Zusammenhänge aufgezeigt werden. Beispielsweise gehört zum Bildungsziel 1, dass Lernende „soziokulturelle und historische Einflussfaktoren, ihre Wirkungen auf und Bedeutungen für das Essverhalten kennen, identifizieren und verstehen können ...” (ebd.) und beim Bildungsziel 3 heißt es: *„Die Schüler und Schülerinnen handeln sicher bei der Kultur und Technik der Nahrungszubereitung und Mahlzeitengestaltung.”* (ebd.). Ebenso wie naturwissenschaftliche Zusammenhänge, z. B. „... Körpersignale wie Durst, Hunger, Appetit, Sättigung wahrnehmen und verstehen können ...” (ebd.) zum Bildungsziel 2 – *„Die Schüler und Schülerinnen gestalten Ernährung gesundheitsförderlich.”* (ebd.) – gehören.

Ein Zusammenhang zwischen Nahrung und Ernährung sowie der Person wird hergestellt, aber anstelle einer „Du-sollst-Pädagogik” tritt die Reflexion über das eigene Essverhalten (vgl. Ausformulierungen zu Bildungsziel 2). Die Entscheidung und Verantwortung über das eigene Essverhalten bleiben bei den Essenden.

Der REVIS-Ansatz formuliert in Bildungsziel 5 – *„Die Schüler und Schülerinnen entwickeln ein persönliches Ressourcenmanagement und sind in der Lage Verantwortung für sich und andere zu übernehmen.”* (ebd.) – einen salutogenetisch ausgerichteten Bildungsanspruch. Wird Handhabbarkeit, Verstehbarkeit und Bedeutsamkeit für die Handelnden erhöht, kann das zur Stärkung des Kohärenzgefühls beitragen (Antonovsky 1997; Bengel et al. 1998; vgl.

[249] Vgl. www.evb-online.de am 29.07.2005.

auch Bartsch 2002, S. 48). Die Handhabbarkeit hängt von den Handlungsalternativen ab. Der in allen REVIS-Bildungszielen angestrebte Aufbau von Fertigkeiten, Fähigkeiten und Wissen erhöht das Spektrum an Handlungsalternativen und spiegelt den salutogenetisch ausgerichteten Anspruch wider.

Ohne Lehrziele aufzugeben, kann in Bildungsziel 4 – „*Die Schüler und Schülerinnen entwickeln ein positives Selbstkonzept durch Essen und Ernährung."* (ebd.) – dem alterstypischen Interesse an Zusammenhängen zwischen Körper und Essen gefolgt und Metawissen aufgebaut werden, das sowohl zur Gegenwarts- als auch zur Zukunftsbewältigung beiträgt. So sollen die Lernenden bereit und in der Lage sein, „... sich mit dem Verhältnis von eigenem Körper und Essverhalten auseinanderzusetzen." (ebd.).

Wichtige Elemente des REVIS-Konzeptes sind die soziokulturelle Einbettung und der Alltagsbezug – wie z. B. zu Bildungsziel 3 formuliert („... Mahlzeiten situations- und alltagsgerecht planen und herstellen können und die zu leistende Arbeit und Gestaltung wertschätzen können ...") (ebd.). Über Handeln werden Kompetenzen und Wissen aufgebaut. Unter didaktischer Perspektive ist hervorzuheben, dass hier auch davon ausgegangen wird, dass über Handeln Wissen und Können aufgebaut werden.

Wie in der vorliegenden Arbeit ausgeführt, gehören Lebensmittel heute (nicht nur) in der Wahrnehmung der Jugendlichen auch zu den Konsumprodukten. Forderungen nach einem reflektierten Umgang mit der Konsumentenrolle durch Aufbau eines Basis-, Struktur- und Orientierungswissen (Schlegel-Matthies 1998; Methfessel 1999c, S. 37; Dörner 1998) und der Ansatz zur Implementierung in den jugendlichen Lebensstil werden im Konzept von REVIS aufgenommen (z. B. bei Bildungsziel 6 ist intendiert, dass „... die eigene Konsumbiographie und ihre Bedeutung für die Lebensstilentwicklung analysiert, verstanden und reflektiert wird"; vlg. auch Schlegel-Matthies 2004).

10.3 Kurzer Ausblick

In der Literatur wird aufgrund einer Korrelation zwischen ungünstiger Ernährung ebenso wie mangelnder Bewegung und zahlreichen Erkrankungen (z. B. Herz-/ Kreislauferkrankungen, Diabetes mellitus etc.) die Notwendigkeit eines veränderten Ernährungsverhaltens bereits im Jugendalter gesehen (BzgA 1998, S. 80). Vor diesem Hintergrund erscheint eine nachhaltige Ernährungsbildung, die sowohl curriculare wie institutionelle Anstrengungen in der Schule einbezieht, unabdingbar. Schulische Ernährungsbildung kann am ehesten Forderungen nach langfristigen Strategien, frühzeitig einsetzenden, präventiven Maßnahmen, Erreichbarkeit hochbelasteter Zielgruppen etc. (a. a. O., S. 88) erfüllen. Ein anschlussfähiges Konzept für die Bundesländer liegt mit den Ergebnissen des Projektes REVIS[250] vor. Für eine Umsetzung und Verankerung im Unterrichtsalltag ist die Professionalisierung der Lehrkräfte Voraussetzung.

Im Folgenden werden drei Aspekte der gesellschaftlichen Veränderungen angesprochen, an denen beispielhaft die Notwendigkeit einer Ernährungs- und Esskulturbildung als Teil der Allgemeinbildung unterstrichen werden soll.

Zum Ersten nimmt die Rhythmisierung des Alltags durch soziokulturelle Mahlzeitenmuster auch durch eine Transformation der Esskultur vom rituellen Essen zur kauenden Nebenbeschäftigung (Falk nach Bayer et al. 1999, S. 113) tendenziell ab; andere Strukturierungsgeber wie Arbeitszeiten, Ladenöffnungszeiten etc. stehen damit in enger Wechselwirkung und verstärken die Transformation. Dieses hat Auswirkungen auf die physische, psychische und soziale Qualität des Essens, die sich heute schon z. B. in der Entwicklung von unterschiedlichen Essstilen (Hayn & Empacher 2004a; Stieß & Hayn 2005) niederschlägt. Vor dem Hintergrund, dass die Organisation des Alltags für Einzel- und Mehrpersonenhaushalte eine hochkomplexe Aufgabe ist, deren erfolgreiche Bewältigung wesentlich zur Lebensqualität und Teilhabe an der Gesellschaft beiträgt, erscheint lohnenswert, die Korrelationen zwischen Alltagsesskulturen und Zeitstrukturen[251] zu untersuchen.

Ein zweiter Aspekt ist die gesellschaftliche Veränderung der Frauen- und Männerrolle. Noch fühlen sich mehrheitlich die Mütter zuständig für Ernährungsversorgung in den Familien. Sie konstituieren und gestalten damit auch ein alltägliches Familienleben, das zum psychosozialen und emotionalen Wohlbefinden (nicht nur) der Kindern und Jugendlichen

[250] Vgl. www.evb-online.de am 22.07.2005.

[251] Vgl. hierzu auch die Diskussion um eine Institutionalisierung einer „Ökotrophologie der Zeit", die zurzeit in dem Arbeitskreis „Zeit und Ernährung" der Dr. Rainer Wild-Stiftung und der Ev. Akademie Tutzing geführt wird (www.gesunde-ernaehrung.org am 4.8.2005).

wesentlich beiträgt. Dieses ist jedoch keine Selbstverständlichkeit, besonders in Anbetracht mangelnder Anerkennung und schwindender Kompetenzen (vgl. Spiekermann 1999a).

Ein dritter Aspekt ist die Heterogenität als gesellschaftlicher „Normalfall". Die multikulturelle Gesellschaft wird einerseits als Bereicherung (z. B. Ethnoküche als Anregung für die eigene Küchen) wahrgenommen, anderseits wird das „Fremde" als potentielle Bedrohung gesehen. Lebens- und Essstil sind Teil der soziokulturellen Identität. Die gemeinschaftsstiftende Funktion des Essens (Simmel 1957) bietet die Chance eines friedlichen Austausches. Wie Ziemann (1999) feststellt, ist die Ernährungsweise ein eher friedlicher Baustein der ethnischen Identität, der im Allgemeinen (mit wenigen Ausnahmen) gerne mit Außenstehenden ausgetauscht wird. „Dieser Wechsel zwischen Bewahren, Anpassen und Übernehmen kennzeichnet die Beziehungen im Ernährungsverhalten verschiedener Ethnien und Kulturen" (Ziemann 1999, S. 15). Eine Esskultur des 21. Jahrhunderts könnte somit eine Brücke zwischen traditioneller und multikultureller Esskultur schlagen und damit ein Beitrag zum friedlichen Zusammenleben sein.

11 Zusammenfassung

Ziel der vorliegenden Arbeit ist, jugendliches Essverhalten für die Lebensbereiche Familie und Peergroup zu differenzieren. Aus der Perspektive der Jugendlichen interessieren dazu die Bedeutungen von Familienmahlzeiten und des Essens im Zusammensein mit der Peergroup. Ein weiterer Aspekt sind die Idealvorstellungen zum körperlichen Aussehen und der Einsatz von Essen und Bewegung zur Figurmodellierung. Der Arbeit liegen folgende Forschungsfragen zugrunde: Lässt sich jugendliches Essverhalten von dem anderer Altersgruppen abgrenzen? Welchen Einfluss hat die Lebensphase Jugend auf die alltägliche Esskultur von Jugendlichen? Wie kann jugendliches Essverhalten hinsichtlich der Bedeutungen der Lebensbereiche Familie und Peergroup, der Familienmahlzeiten und des Körpers näher charakterisiert werden?

Um der Komplexität des Forschungsgegenstandes, der in der Ernährungs- und Haushaltswissenschaft und ihrer Didaktik verankert ist, gerecht zu werden, werden Erkenntnisse aus anderen Disziplinen, v. a. aus Bereichen der Ernährungs- und Jugendsoziologie, Entwicklungsbiologie und -psychologie herangezogen. Um die Fragestellungen zu bearbeiten, wird der Forschungsgegenstand aus der Perspektive der Jugendlichen beleuchtet. Theoretische Grundlage ist die Position von Barlösius (1999). Die Diskussion des jugendlichen Essverhaltens wurde außerdem mit kritischem Bezug auf Bourdieu und in der Weiterentwicklung von Vester et al. (2000) einerseits und Impulsen aus der subjektiven Soziologie anderseits geführt, um sowohl den gesellschaftlichen und soziokulturellen Rahmenbedingungen als auch der Bedeutung der Jugendlichen als Akteure für die gesellschaftliche Entwicklung gerecht zu werden.

Auf der Grundlage bisheriger Forschungsergebnisse, eigener Beobachtungen und von Interviews wurden Hypothesen generiert, die einer ersten empirischen Prüfung in der 2001 durchgeführten explorativen Studie in Berlin unterzogen wurden. An der weitgehend standardisierten, schriftlichen Befragung nahmen mehr als 200 Schüler und Schülerinnen der 8. und 10. Jahrgangsstufe aller Berliner Schulzweige (Hauptschule, Realschule, Gymnasium, Gesamtschule) in vier von uns ausgewählten Schulen teil. Die Studie ist nicht repräsentativ.

In der vorliegenden Arbeit konnte gezeigt werden, dass sich jugendliches Essverhalten von dem anderer Altersgruppen abgrenzt und vielfältig sein kann. Stellenwert und Funktionen des jugendlichen Essens unterscheiden sich dabei in den Lebensbereichen, wie am Beispiel des häuslichen und außerhäuslichen Kontextes verdeutlicht werden konnte. Dabei praktizieren Jugendliche eine gegenwartsorientierte Esskultur und fungieren als Träger und Trägerinnen des Wandels.

Mahlzeiten haben als soziale Situation in Familien einen hohen Stellenwert, weil sie wesentlich zur Konstitution von Familie beitragen. Aufgrund ihres Einflusses auf den jugendlichen Essalltag ist die Familienmahlzeit ein thematischer Schwerpunkt dieser Arbeit. Die aus der Literatur gefolgerte Annahme, dass gemeinsame Familienmahlzeiten für die überwiegende Mehrheit der Jugendlichen nach wie vor ein Teil der Alltagsrealität sind, wird durch die hier vorgestellten Ergebnisse untermauert. In Ergänzung zur Literatur konnte gezeigt werden, dass die gemeinsamen Mahlzeiten Anklang bei den Jugendlichen selbst finden und gleichzeitig nur wenige von diesen bereit sind, auf das gemeinsame Essen zu warten. Familienmahlzeiten sind heute nicht mehr mit häuslichem Essen, das vorrangig Versorgungsfunktion hat, gleichzusetzen. Die Versorgungsfunktion ist daher nicht exklusiv an den Familientisch gebunden, hier kann ein Funktionswandel konstatiert werden. Familienmahlzeiten sind für Jugendliche eine Option zur innerfamiliären Kommunikation, an der sie überwiegend freiwillig teilnehmen können. Dieser herausgearbeitete Funktionswandel von Familienmahlzeit wird durch die hier gewonnenen empirischen Daten gestützt.

Kinder und Jugendliche haben bereits frühzeitig hohen Einfluss auf Essentscheidungen für sich und in der Familie. Jugendliche versorgen sich partiell selbst, aber sie stellen auch Ansprüche an die häusliche Versorgung. Hier zeigt sich eine Ambivalenz zwischen Versorgtheit und Unabhängigkeit, die typisch für diese Lebensphase ist.

Herausgearbeitet werden konnte, dass Essen für Jugendliche im familialen Umfeld andere Bedeutungen hat als in Zusammensein mit der Peergroup. Die empirische Studie stützt die Annahme, dass abweichende Bedeutungsmuster des Essens und unterschiedliche Stellenwerte in den beiden Kontexten vorliegen. Stellenwert des Essens und Essverhalten außer Haus determinieren nicht häusliches Essverhalten und vice versa. Somit kann nicht von *der* Jugendesskultur, die ein bestimmtes (meist außerhäusliches und somit sichtbares) Essverhalten von Jugendlichen meint, gesprochen werden. Folglich erhält man ein nach Kontexten unterschiedliches Bild von jugendlichem Essverhalten. Dieses entspricht der dieser Arbeit zugrunde liegenden These, dass Jugendliche in mehreren „Welten" leben.

Jugendliches Essverhalten wird in dieser Arbeit auch unter der Frage der Loslösung vom Elternhaus und der Entwicklung der eigenen Identität mit entsprechenden Werthaltungen und Präferenzen gesehen. Jugendliches Außer-Haus-Essverhalten erfolgt in einer anderen (unabhängigeren) Rolle, hat andere Bedeutungen (Hunger schnell und kostengünstig zu stillen, Peergroup-Kulturen zu entwickeln) und unterliegt anderen Regeln („In-Out-Regeln" in der Peergroup, angepasst an wechselnde Situationen etc.). Die Interpretation der empirischen Ergebnisse lässt den Schluss zu, dass gerade im Kontext Peergroup Essverhalten (Präferenzen, Tischregeln etc.) sozialen Normen folgt, und zwar trotz allgemein

hoher Toleranz; allerdings ist eine Verschiebung von „Muss-" zu „Kann"-Normen beobachtbar.

Ein dritter Schwerpunkt dieser Arbeit liegt auf der Bedeutung des Körpers als Determinante des jugendlichen Essverhaltens. Für Jugendliche stehen im Allgemeinen der eigene Körper und seine Entwicklung im Mittelpunkt ihres Interesses. Gültige Schönheitsideale beeinflussen dabei jugendliche Idealvorstellungen, die zum Vergleich mit dem eigenen Körper herangezogen werden. Körper(ideal)bilder wiederum können Essverhalten beeinflussen. Daher interessieren die von Jugendlichen präferierten Figurtypen. Der in der DGE-Studie 1992 festgestellte Trend zu extremen Körperformen und extremer Schlankheit setzt sich nach den hier erhobenen Daten auch bei den befragten Jugendlichen fort. Im Einzelnen favorisieren Mädchen den *sportlich-androgynen Figurtypus* und den *Wespentaillentyp.* Beide Typen zeichnen sich durch ihre extreme Schlankheit aus. Jungen bevorzugen für ihr Geschlecht einen extrem muskulösen, fettfreien Körper. Körperformen, die sekundäre Geschlechtsmerkmale hervorheben, sind allgemein bei Jugendlichen recht beliebt.

Problematisch ist, dass Diskrepanzen zwischen Idealvorstellung und eigenem Körper auch aufgrund von unrealisierbaren Idealen wachsen. Mädchen und Jungen gehen geschlechtsspezifisch unterschiedlich damit um. Das zeigt sich z. B. beim Einsatz von Figurmodellierungstechniken. Vereinfacht gesagt, setzen Mädchen in erster Linie auf Nahrungsverzicht (und Bewegung). Jungen bevorzugen (Kraft-)Sport, lediglich eine Minderheit verzichtet auf Nahrung sowie eine weitere Minderheit muskelfördernde Produkte konsumiert. Ergebnisse und Positionen aus Literatur werden durch die hier erhobenen Daten gestützt und erweitert. Gesellschaftliche Erwartungen und subjektive Vorstellungen üben einen hohen Leistungsdruck bezüglich eines attraktiven Körpers auf Jugendliche aus, dabei ist von einem steigenden Einfluss der Medien bei der Entwicklung von Idealvorstellungen zur Körperfigur auszugehen.

Abschließend werden Folgerungen für eine Ernährungsbildung gezogen, die die folgenden in der Arbeit entwickelten Thesen berücksichtigen:

1. Jugendliches Essverhalten ist vielschichtig.
2. Jugendessverhalten grenzt sich von dem anderer Altersgruppen ab.
3. Die Distinktionsfunktionen des Essens und des Körpers werden jugendspezifisch gebrochen.
4. Jugendliches Interesse an Essen und Bewegung fokussiert auf Verbesserung des körperlichen Aussehens.

5. Jugendliche sind selbstbestimmte Essende, ohne dass ihnen Verantwortung für sich und andere abverlangt wird.
6. Esserfahrungen sind kontextabhängig unterschiedlich. Wissen und Erfahrungen werden nicht automatisch von einem Kontext auf einen anderen übertragen.
7. Im Umgang mit Jugendlichen ist die Selbstreflexion der Lehrkräfte notwendig.

12 Literatur

Anderson, D. R., Huston, A. C., Schmitt, K. L., Linebarger, D. L. & Wright, J. C. (2001). *Early Childhood. Television Viewing and Adolescent Behavior.* Boston, Massachusetts, Oxford: Blackwell Publishers.

Antonovsky, A. (1997). *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit.* (Deutsche erweiterte Herausgabe von A. Franke). Tübingen: dgvt.

Axel Springer Verlag & Verlagsgruppe Bauer Mediaplanungs-Dialog-System MDS online (1999). *VerbraucherAnalyse 99 Märkte.*

Baacke, D. (1994/7. Auflage). *Die 13- bis 18jährigen. Einführung in die Probleme des Jugendalters.* Weinheim, Basel: Beltz.

Barlösius, E. (1997). *Naturgemässe Lebensführung.* Frankfurt a. M., New York: Campus.

Barlösius, E. (1999). *Soziologie des Essens.* Weinheim, München: Juventa.

Barlösius, E., Feichtinger, E. & Köhler, B. M. (Hrsg.) (1995). *Ernährung in der Armut.* Berlin: rainer bohn verlag.

Barlovic, I. (1999a). Kinder in Deutschland. Ihre Lebenssituation, ihre Vorlieben, ihre Konsumwelt. In I. U. Leonhäuser & I. Berg (Hrsg.), *Kids & Food: Essverhalten von Kindern − Wunsch und Wirklichkeit.* S. 10 − 33. Bingen: AMC Verlags- und Medien GmbH.

Barlovic, I. (1999b). Kinder in Deutschland: Konsumwelt und Ernährung. Teil 1: Entwicklungsstufen und Präferenzen. *Ernährungs-Umschau 2*, 40 – 43.

Barlovic, I. (1999c). Kinder in Deutschland: Konsumwelt und Ernährung. Teil 2: Ernährungserziehung. *Ernährungs-Umschau 3,* 95 – 97.

Barlovic, I. (2001). Zielgruppe: Kinder und Jugendliche. In DGE, Sektion Baden-Württemberg (Hrsg.), *Werbung und Ernährungsverhalten* (S. 52 − 73). Frankfurt a. M.

Barnow, S., Bernheim, D., Schröder, C., Lauffer, H., Fusch, C. & Freyberger, H.-J. (2003). *Adipositas im Kindes- und Jugendalter. PsychotherPsychMed 53, 7 – 14.*

Barthelmes, J. & Sander, E. (2000). Medien als Begleiter und Spiegel. Längsschnittstudie zu Medienerfahrungen von Jugendlichen. *DJI Bulletin 51/52,* 18 – 22.

Bartoschek, K. & Tornieporth, G. (1994). *Waren- und Dienstleistungstest als Unterrichtsmethode. Zur Handlungsorientierung im Lernfeld Arbeitslehre.* Baltmannsweiler: Schneider.

Bartsch, S. (2002). Jugendliches Essverhalten als Coping-Strategie. *Haushalt & Bildung* 3, 44 – 51.

Bartsch, S. (2003). Hungrig im Konsumdschungel – Essverhalten Jugendlicher unterwegs. *Haushalt & Bildung* 3, 3 – 12.

Bartsch, S. & Methfessel, B. (2000). Youth in Germany: their orientation in life. In Roczniki Socjologii Rodziny, *Studia socjologiczne oraz interdyscyplinare*, *TOM II*, S. 127 – 140. Poznan.

Bartsch, S. & Methfessel, B. (2004). Jugendliches Essverhalten zwischen Familie, Peer-Gruppe und Markt. In P. Lysaght (Hrsg.), *Changing Tastes. Food culture and the processes of industrialization* (S. 296 − 307). Basel: Verlag der Schweizerischen Gesellschaft für Volkskunde.

Bartsch, S., Methfessel, B. & Rößler-Hartmann, M. (2001). Zielgruppe: Kinder und Jugendliche – Bildung: Marketing oder Warentest? In Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Sektion Baden-Württemberg (Hrsg.), *Werbung und Ernährungsverhalten. Dokumentation der 7. Ernährungsfachtagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), Sektion BaWü* (S. 74 – 88). Schorndorf: DGE.

Bartsch, S., Methfessel, B. & Schlegel-Matthies, K. (im Druck). Pizza, Pasta, Döner Kebab – Mediterranean Dishes in the Everyday Life of German Young People. Schriftfassung des Vortrags auf der 15th International Ethnological Food Research Conference (in Association with SIEF), *Theme: Mediterranean Food and its Influence Abroad*, Dubrovnik, Croatia, september 27th – october 3rd 2004. Herausgegeben von P. Lysaght.

Bast, C. (1988). *Weibliche Autonomie und Identität.* Weinheim, München: Juventa.

Baumert, J. et al. (Hrsg.) (2002). *Pisa 2000. Basiskompetenzen von Schülerinnen und Schülern im internationalen Vergleich.* Leverkusen: Leske + Budrich.

Bayer, O., Kutsch, T. & Ohly, P. H. (1999). *Ernährung und Gesellschaft. Forschungsstand und Problembereiche*. Opladen: Leske + Budrich.

Bayerisches Staatsministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz (2002/03). *Die Bayerische Verzehrsstudie II: Stand und Entwicklung der Ernährungssituation in Bayern (BVS II).*

Beck, U. (1986). *Risikogesellschaft.* Frankfurt a. M.: Suhrkamp.

Beck, U. & Beck-Gernsheim, E. (1994). *Riskante Freiheiten.* Frankfurt a. M.: Suhrkamp.

Becker, K. (2002). Kulturthema Essen: ein soziales Totalphänomen. In K. Becker, T. Vilgis & V. Klink (Hrsg.), *Campus Culinaire* (S. 12 − 27). München: Gräfe und Unzer.

Becker-Schmidt, R. & Knapp, G.-A. (1985). *Arbeiterkinder gestern − Arbeiterkinder heute. Erziehungsansprüche und -probleme von Arbeiterinnen im intergenerativen Vergleich.* Bonn: Neue Gesellschaft GmbH.

Beck-Gernsheim, E. (1992). Arbeitsteilung, Selbstbild und Lebensentwurf. Neue Konfliktlagen in der Familie. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie,* 273 – 291.

Beer, S. (2004). Zum Grundlagenverständnis für die Standard- und Curriculums-Entwicklung. *Paderborner Schriften zur Ernährungs- und Verbraucherbildung Nr. 1*.

Bengel, J., Strittmatter, R. & Willmann, H. (1998). *Was erhält Mensch gesund? Antonovskys Modell der Salutogenese – Diskussionsstand und Stellenwert.* Köln: BZgA.

Berger, P. L. & Luckmann, T. (2000/17. Auflage). *Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit. Eine Theorie der Wissenssoziologie.* Frankfurt a. M.: Fischer.

Bilden, H. (1998). Geschlechtsspezifische Sozialisation. In K. Hurrelmann & D. Ulich (Hrsg.), *Handbuch der Sozialisationsforschung.* (5. neu ausgestattete Auflage, S. 279 − 301). Weinheim, Basel: Beltz.

Blättner, B. (1999). Schön, schlank und nicht gesund? Was sich am Eßverhalten lernen läßt. *Haushalt & Bildung 1,* 33 – 36.

Blumer, H. (1973). Der methodologische Standort des symbolischen Interaktionismus. In Arbeitsgruppe Bielefelder Soziologen (Hrsg.), *Alltagswissen, Interaktion und gesellschaftliche Wirklichkeit* (Band. 1, S. 80 – 146). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.

Bodenstedt, A. (1983). Ernährungsverhalten und Ernährungsberatung. In Cremer (Hrsg.), *Nahrung und Ernährung. Handbuch der Landwirtschaft und Ernährung in den Entwicklungsländern* (S. 239 − 267). Stuttgart: Klett.

Bongers, D. (1995/2. Auflage). Das Körperselbstbild von Männern. In Brähler, E. (Hrsg.), *Körpererleben* (S. 137 – 146). Gießen: Psychosozial-Verlag.

Bortz, J. & Döring, N. (1995/2. Auflage). *Forschungsmethoden und Evaluation für Sozialwissenschaftler*. New York, Tokio etc.: Springer.

Bourdieu, P. (1999/11. Auflage). *Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft*. Frankfurt a. M. (Deutsche Erstausgabe 1984): Suhrkamp.

Bourdieu, P. & Passeron, J.-C. (1971). *Die Illusion der Chancengleichheit Les Héritiers <dt.>: Untersuchungen zur Soziologie des Bildungswesens am Beispiel Frankreichs.* Stuttgart: Klett.

Bowes, J. M., Flanagan, C. & Tylor, A. J. (2001). Adolescents' ideas about individual and social responsibility in relation to children's household work: Some international comparisons. *Interational journal of behavioral development 1*, 60 – 68.

Brähler, E. (Hrsg.) (1995/2. Auflage). *Körpererleben.* Gießen: Psychosozial-Verlag.

Brähler, E. & Felder, H. (Hrsg.) (1992). *Weiblichkeit, Männlichkeit und Gesundheit.* Opladen: Westdeutscher Verlag.

Brähler, E. et al. (2000). Normierung des Fragebogens zur Beurteilung des eigenen Körpers (FBeK) an einer repräsentativen Bevölkerungsstichprobe. *Manuskriptfassung*.

Brandl, W. (1999). „Konstruktivistische" Wende auch in der hauswirtschaftlichen Bildung? Grundfragen − Grundlagen − Grundpositionen. *Haushalt & Bildung 3,* 104 – 111.

Bratman, S. (2001). Der Möhrchen-Freak. *GeoWissen 28,* 156 – 164.

Brombach, C. (2000a). *Ernährungsverhalten im Lebensverlauf von Frauen über 65 Jahren.* Gießen: Fachverlag Köhler.

Brombach, C. (2000b). Mahlzeit − Hort der Familie?! *Internationaler Arbeitskreis für Kulturforschung des Essens. Mitteilungen 7,* 2 – 13.

Brombach, C. (2001). Mahlzeit − Familienzeit? Mahlzeiten im heutigen Familienalltag. *Ernährungs-Umschau 6,* 238 – 242.

Brombach, C. (2002). Der ganz „normale" Ess-Alltag?! Prolegomena zu einer qulitativen Studie über Essen und Trinken im Familienalltag. *Haushalt und Wissenschaft 4,* 169 – 175.

Brombach, C. (2003). Das Mahlzeitenverhalten von Familien im Verlauf von drei Generationen. *Ernährung im Fokus 3,* 130 – 134.

Bublitz, H. (2000/ 5. Auflage). Geschlecht. In H. Korte & B. Schäfers (Hrsg.), *Einführung in die Hauptbegriffe der Soziologie* (S. 83 − 102). Opladen: Leske + Budrich.

Buddeberg-Fischer, B. (1997). Weibliche Identitätsfindung zwischen Provokation und Weigerung. *MonatsschrKinderheilkunde 145,* 633 – 638.

Buddeberg-Fischer, B. (2000). *Früherkennung und Prävention von Eßstörungen.* Stuttgart, New York: Schattauer.

Buddeberg-Fischer, B. (2003). Epidemiologie und Prävention von Störungen des Essverhaltens. In F. Escher & C. Buddeberg (Hrsg.), *Essen und Trinken zwischen Ernährung, Kult und Kultur* (S. 139 − 158). Zürich: vdp.

Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (BML) (Hrsg.). (2000): *Land- und Forstwirtschaft in Deutschland − Daten und Fakten.* Bonn.

Bundesministerium für Familie und Senioren (BMFS) (Hrsg.). (1994). Fünfter Familienbericht. Familien und Familienpolitik im geeinten Deutschland. Zukunft des Humanvermögens. *Drucksache 12/7560*.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (Hrsg.). (1998). Zehnter Kinder- und Jugendbericht. *Drucksache 13/11368*.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) (Hrsg.). (1998). Gesundheit von Kindern. Epidemiologische Grundlagen. *Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung 3*.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) (Hrsg.). (1999). Gesundheit von Kindern − Epidemiologische Grundlagen − Dokumentation einer Expertentagung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. *Forschung und Praxis in der Gesundheitsförderung 3*.

Büschges, G. (1985). Methodologischer Individualismus und empirische Soziologie. In G. Büschges & W. Raub (Hrsg.), *Soziale Bedingungen − Individuelles Handeln − Soziale Konsequenzen* (S. 3 − 20). Frankfurt a. M.: Peter Lang.

Centrale Marketing-Gesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft mbH (CMA) (1999). *Essen und Trinken in Deutschland. Ergebnisse des Verzehrs- und Convenience-Monitors.*

Currie, C., Hurrelmann, K., Settertobulte, W., Smith, R. & Todd, J. (Hrsg.) (2000): Health and Health Behaviour among Young People. Health Policy for Children and Adolescents (HBSC survey), (HEPCA No. 1). Kopenhagen: WHO – Europe.

Danielzik, S. (2003). *Epidemiologie von Übergewicht und Adipositas bei Kindern in Kiel: Daten der ersten Querschnittuntersuchung der Kieler Adipositas-Präventionsstudie (KOPS)*. Kiel: Selbstverlag des Instituts.

Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1993). Die Selbstbestimmungstheorie der Motivation und ihre Bedeutung für die Pädagogik. *Zeitschrift für Pädagogik 2,* 223 – 238.Deutsche Shell (Hrsg.) (2002). *14. Shell Jugendstudie.* Opladen: Leske + Budrich.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.). (1972). *Ernährungsbericht 1972.* Frankfurt a. M.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.). (1976). *Ernährungsbericht 1976.* Frankfurt a. M.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.). (1980). *Ernährungsbericht 1980.* Frankfurt a. M.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.). (1984). *Ernährungsbericht 1984.* Frankfurt a. M.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.). (1988). *Ergänzungsband zum Ernährungsbericht 1988.* Frankfurt a. M.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.). (1988). *Ernährungsbericht 1988.* Frankfurt a. M.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.). (1992). *Ernährungsbericht 1992.* Frankfurt a. M.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.). (1999). Ernährungsgewohnheiten von in Deutschland lebenden türkischen Migranten. *DGE INFO 9/99*, 132 – 134.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.). (2000). *Ernährungsbericht 2000.* Frankfurt a. M.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (2001a). *Forschung, Klinik und Praxis 10/01.* Unter www.dge.de/Pages/navigation/fach_infos/dge_info/2001/fkp1001.html am 24.05.2002

Deutsche Gesellschaft für Ernährung(DGE) (2001b).DGE spezial 04/2001 vom 23.10.2001: Ernährungsprobleme im Kindes- und Jugendalter. Unter www.dge.de/Pages/navigation/ presse/akt1801.html am 24.05.2002.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.). (2004). *Ernährungsbericht.* Frankfurt a. M.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Sektion Baden-Württemberg (DGE Ba-Wü) (Hrsg.). (2001). *7. Ernährungsfachtagung der DGE-BaWü: Werbung und Ernährungsverhalten.* Frankfurt a. M.

Deutsches Jugendinstitut (DJI) (Hrsg.). (1992). *Was tun Kinder am Nachmittag? Ergebnisse einer empirischen Studie zur mittleren Kindheit.* München: DJI.

Deutsche Shell (Hrsg.) (1997). *12. Shell Jugendstudie. Jugend '97: Zukunftsperspektiven, Gesellschaftliches Engagement, Politische Orientierungen.* Opladen: Leske + Budrich.

Deutsche Shell (Hrsg.) (2000). *13. Shell Jugendstudie. Jugend 2000. Band 1 + 2.* Opladen: Leske + Budrich.

Diehl, J. M. (1996). Soziokulturelle Einflüsse im Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen. In Ministerium Ländlicher Raum Baden-Württemberg (Hrsg.), *Kinderernährung heute* (S. 45 − 82). Baltmannsweiler: Schneider.

Diehl, J. M. (1999a). Einstellungen zu Essen und Gewicht bei 11- bis 16jährigen Adoleszenten. *Schweizerische Medizinische Wochenschrift 5,* 162 – 175.

Diehl, J. M. (1999b). Ernährungswissen von Kindern und Jugendlichen. *aid Verbraucherdienst*, 282 − 287.

Diehl, J. M. (1999c). Nahrungspräferenzen 10- bis 14jähriger Jungen und Mädchen. *Schweizerische Medizinische Wochenschrift 5,* 151 – 161.

Diehl, J. M. (1999d). Was Kinder essen sollen! Die Ratschläge der Fernsehwerbung. *Ernährungs-Umschau Sonderheft,* 40 – 44.

Diehl, J. M. (2000a). Motivation zu gesunder Ernährung. *aid Verbraucherdienst 45 – 5/00,* 441 – 449.

Diehl, J. M. (2000b). Verbraucherverhalten bei Convenience Food. In Schlich, E. (Hrsg.), *Haushaltstechnik − Berichte aus Forschung und Praxis* (S. 59 − 78). Aachen: Shaker Verlag.

Diehl, J. M. (2001). Verbraucherverhalten bei Convenience-Food. Teil 1. *Ernährung im Fokus 1-04/01,* 91 – 94 und Teil 2. *Ernährung im Fokus 1-05/01,* 119 – 122.

Dixey, R., Heindl, I., Loureiro, I., Pérez-Rodrigo, C., Snel, J. & Warnking, P. (1999). Healthy Eating For Young People In Europe. A school-based nutrition education guide. *European Health21 Target 14. Multisectoral Resonsibility for Health*. WHO Regional Office for Europe.

Dörner, D. (1998/2. Auflage). *Die Logik des Mißlingens. Strategisches Denken in komplexen Situationen.* Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.

Dole Fresh Fruit Europe Ltd. & Co. (1995, November). *Die Ernährung von Kindern und Jugendlichen. Repräsentativuntersuchung.*

Douglas, M. (1972). Deciphering a Meal. *Daedalus 2*, 61 – 81.

Douglas, M. (1979). Les structures du culinaire. *Communications 31,* 145 – 170.

Douglas, M. (1981). Ritual, Tabu und Körpersymbolik − Sozialanthropologische Studien in Industriegesellschaft und Stammeskultur. In *Conditio humana*. Frankfurt a. M.: Fischer.

dpa/AP (2002, 23.06.). Armanis unkritische Kunden. *Der Tagesspiegel*.

Dreher, E. & Dreher, M. (1985). Entwicklungsaufgaben im Jugendalter: Bedeutsamkeit und Bewältigungskonzepte. In D. Liepmann & A. Stiksrud (Hrsg.), *Entwicklungsaufgaben und Bewältigungsprobleme in der Adoleszenz* (S. 56 − 70). Göttingen: Hofgrefe.

Drolshagen, E. D. (1995). *Des Körpers neue Kleider. Die Herstellung weiblicher Schönheit.* Frankfurt a. M.: S. Fischer/Krüger.

Dümmel, D. & Klüppel, U. (1999). Das Schulbuch als Vermittler einer Konzeption zur Ernährungserziehung. In B. Methfessel (Hrsg.), *Essen lehren − Essen lernen* (S. 196 − 203). Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.

Ehrenteich, M. (1996). *Kinderernährung heute.* Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.

Eisenberg, M. E. et al. (2004). Correlations Between Family Meals and Psychosocial Well-being Among Adolescents. *Archives of Pediatrics 8. Adolescent Medicine*, 792 – 796.

Entwistle, J. (2001). The Dressed Body. In J. Entwistle (Hrsg.), *Body Dressing* (S. 33 − 59). Oxford.

Essen & Trinken (Hrsg.). (1998, Oktober). *Ernährungstrends 2000 +. Qualitative Wirkungsanalyse zu Esskultur und Ernährung.* Hamburg: Burda Verlag.

Falk, P. (1994). Essen und Sprechen. Über die Geschichte der Mahlzeit. In A. Schuller & J. A. Kleber (Hrsg.), *Verschlemmte Welt. Essen und Trinken historisch-anthropologisch* (S. 103 − 131). Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.

Faltermaier, T. (1994). *Gesundheitsbewußtsein und Gesundheitshandeln. Über den Umgang mit Gesundheit im Alltag.* Weinheim: Beltz.

Faltermaier, T., Kühnlein, I. & Burda-Viering, M. (1998). *Gesundheit im Alltag. Laienkompetenz in Gesundheitshandeln und Gesundheitsförderung.* Weinheim, München: Juventa.

Fauth, J. (1999). *Junge Verbraucher in Europa.* Witterschlick/Bonn: M. Wehle.

Feil, C. (2003). Kinder, Geld und Konsum. Die Kommerzialisierung der Kindheit. In Behnken, I. & Zinnecker J. (Hrsg.), *Reihe Kindheiten (Band 24).* Weinheim, München: Juventa.

Fend, H. (1994). *Die Entdeckung des Selbst und die Verarbeitung der Pubertät.* Bern, Göttingen etc.: Verlag Hans Huber.

Fend, H. (1998). *Eltern und Freunde. Soziale Entwicklung im Jugendalter.* Bern, Göttingen etc.: Verlag Hans Huber.

Fend, H. (2000). *Entwicklungspsychologie des Jugendalters.* Opladen: Leske + Budrich.

Ferchhoff, W. & Neubauer, G. (1996). Jugendkulturelle Stile und Moden zwischen Selbstinszenierung, Stilzwang und (Konsum-)Vereinnahmung. In J. Mansel & A. Klocke (Hrsg.), *Die Jugend von heute* (S. 32 − 52). Weinheim, München: Juventa.

Ferchhoff, W. & Neubauer, G. (1997). *Patchwork-Jugend.* Opladen: Leske + Budrich.

Ferchhoff, W., Sander, U. & Vollbrecht, R. (Hrsg.) (1995). *Jugendkulturen − Faszination und Ambivalenz.* Weinheim, München: Juventa.

Fritz, H. (1985). *Das Evangelium der Erfrischung: Coca-Colas Weltmission.* Reinbek: Rowohlt.

Furtmayr-Schuh, A. (1993). *Postmoderne Ernährung: Food-Design statt Eßkultur.* Stuttgart: TRIAS Thieme Hippokrates Enke.

Garhammer, M. (1999). Balanceakt Zeit − zur sozialen Genese der individuellen Selektion temporaler Muster. In R. Dollase, K. Hammerich & W. Tokarski (Hrsg.), *Temporale Muster. Die ideale Reihenfolge der Tätigkeiten* (S. 297 − 310). Opladen: Leske + Budrich.

Gaschütz, S., Pretorius, J. & Tornieporth, G. (1988). Akzeptanz und Neugierde im Ernährungsverhalten Jugendlicher. *Haushalt und Wissenschaft 36,* 108 – 117.

Geissler, K. A. (2003, 03.04.). Alles zu jeder Zeit. *Die Zeit 15,* 47.

Geißler, R. (2002). *Die Sozialstruktur Deutschlands.* Bonn: Westdeutscher Verlag.

Gerhards, J. & Rössel, J. (2003a). *Das Ernährungsverhalten Jugendlicher im Kontext ihrer Lebensstile.* Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung (Band 20) hrsg. von BzgA − Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Bonn: BzgA.

Gerhards, J. & Rössel, J. (2003b). Sag mir, wie Du lebst, und ich sage Dir, was Du isst. *Ernährungs-Umschau 7*, 252 – 256.

GFK Marktforschung GmbH & Co KG (1986). *Mensch und Ernährung 2000.* Frankfurt a. M..

GIM argo (2003). *Grundlagenstudie „Food-Trends".* Hamburg.

Gniech, G. (1995). *Essen und Psyche. Über Hunger und Sattheit, Genuß und Kultur*. Berlin, Heidelberg, New York: Springer.

Graber J. A. & Brooks-Gunn J. (1999). The role of parents in the emergence, maintenance, and prevention of eating problems and disorders. In Piran, N., Levine, M. P., & Steiner-Adair, C. (Hrsg.), *Preventing Eating Disorders: A handbook of interventions and special challenges* (S. 44 – 62). New York: Bruner/Mazel.

Grabhorn, R., Köpp, W., Gitzinger, I., von Wietersheim, J. & Kaufhold, J. (2003). Unterschiede zwischen weiblichen und männlichen Patienten mit einer Essstörung. *PsychotherPsychMed 53,* 15 – 22.

Grimm, H.-U. (1998). *Die Suppe lügt. Die schöne neue Welt des Essens.* Frankfurt a. M., Wien: Büchergilde Gutenberg (Lizenzausgabe).

Grob, A. & Jaschinski, U. (2003). *Erwachsen werden: Entwicklungspsychologie des Jugendalters.* Weinheim, Basel, Berlin: Beltz.

Grunert, S. C. (1993). *Essen und Emotionen: Die Selbstregulierung von Emotionen durch das Essverhalten.* Weinheim: Psychologie-Verlags-Union.

Hansell, S. & Mechanic, D. (1990). Parent and Peer Effects on Adolescent. Health Behaviour. In K. Hurrelmann & F. Lösel (Hrsg.), *Health Hazards in Adolescence*. Berlin, New York: Walter de Gruyter.

Harris, M. (1988). *Wohlgeschmack und Widerwillen. Die Rätsel der Nahrungstabus.* Stuttgart: Klett-Cotta.

Hastings, G., Stead, M., McDermott, L., Forsyth, A., MacKintosh, A. M., Rayner, M., Godfrey, C., Caraher, M. & Angus, K. (2003). *Review of Research on the Effects of Food Promotion to Children.* Glasgow: CSM − Centre for Social Marketing.

Haushalt & Bildung (2003). *Schwerpunkt: Biographie und Lernen.* 80. Jg., Heft 1.

Havighurst, Robert J. (1974/3. Auflage). *Developmental tasks and education.* New York: Mc Kay (Erstausgabe 1948).

Hayn, D. & Empacher C. (2004a) (Hrsg.), *Ernährung anders gestalten. Leitbilder für eine Ernährungswende.* München: ökom.

Hayn, D. & Empacher, C. (2004b). Leitbilder und Ernährung. In D. Hayn & C. Empacher (Hrsg.), *Ernährungsleitbilder für eine Ernährungswende* (S. 13 – 17). München: ökom.

Hayn, D. & Empacher, C. (2004c). Ernährungsleitbilder und Alltag. In D. Hayn & C. Empacher (Hrsg.), *Ernährungsleitbilder für eine Ernährungswende* (S. 40 – 50). München: ökom.

Hayn, D. & Empacher, C. (2004d). Ernährungsleitbilder für eine Ernährungswende - Von Visionen zur Praktizierbarkeit im Alltag. In D. Hayn & C. Empacher (Hrsg.), *Ernährungsleitbilder für eine Ernährungswende* (S. 139 – 146). München: ökom.

Heimann, P., Otto, G. & Schulz, W. (1965). *Unterricht − Analyse und Planung.* Hannover: Schroedel.

Heindl, I. (2003). *Studienbuch Ernährungsbildung. Ein europäisches Konzept zur schulischen Gesundheitsförderung.* Bad Heilbrunn/Obb.: Klinkhardt.

Heindl, I. (2004). Ernährung, Gesundheit und institutionelle Verantwortung − eine Bildungsoffensive. *Ernährungs-Umschau 6,* 224 – 230.

Heitmeyer, W. & Olk, T. (Hrsg.)(1990). *Individualisierung von Jugend.* Weinheim, München: Juventa.

Helfferich, C. (1994a). „Gesundheit, langes Leben und viele Kinderchen!" Geschlechtsrollen als Thema der Gesundheitsförderung und Suchtprävention in der Jugend. In P. Kolip (Hrsg.), *Lebenslust und Wohlbefinden* (S. 163 − 176). Weinheim, München: Juventa.

Helfferich, C. (1994b). *Jugend, Körper und Geschlecht.* Opladen: Leske + Budrich.

Helfferich, C. (1999). Geschlechtsspezifische Aspekte von Problemverhalten. In P. Kolip (Hrsg.), *Programme gegen Sucht* (S. 27 − 40). Weinheim, München: Juventa.

Hengst, H. & Kelle, H. (Hrsg.) (2003). *Kinder − Körper − Identitäten.* Weinheim, München: Juventa.

Hengst, H. & Zeiher, H. (Hrsg.) (2000). *Die Arbeit der Kinder.* Weinheim, München: Juventa.

Hepp, G. (1997). Perspektiven der Erziehung im gesellschaftlichen Wandel. Fachreferat − Wertewandel und Familienerziehung. *Papier zur Fachtagung am 15./16.05.1997 in Bonn*.

Heseker, H., Beer, S., Heindl, I., Methfessel, B., Oepping, A., Schlegel-Matthies, K. & Vohmann, C. (2005). Schlussbericht des Modellprojekts „Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen" (REVIS). Paderborn.

Heseker, H., Beer, S., Heindl, I., Methfessel, B. & Schlegel-Matthies, K. (2005). Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen. Das Modellprojekt REVIS. In H. Heseker (Hrsg.), *Neue Aspekte der Ernährungsbildung (S.* 207 – 213). Frankfurt: Umschau-Zeitschriftenverlag.

Heseker, H. (2005). Adipöse Kinder in einer adipogenen Umwelt. In Deutsche Gesellschaft für Ernährung DGE) (Hrsg.), *Tagungsband zur Arbeitstagung der DGE 2005 „Aktuelle Aspekte in der Ernährungsbildung und -beratung*" (S. 27 – 32). Bonn.

Heyer, A. (1997). *Ernährungsversorgung von Kindern in der Familie. Eine empirische Untersuchung.* Paderborn: Verlag Hans Jacobs.

Hirschfelder, G. (2001). *Europäische Esskultur.* Frankfurt, New York: Campus.

Hochschild, A. (2002). *Work-Life-Balance. Keine Zeit. Wenn die Firma zum Zuhause wird zu Hause nur Arbeit wartet.* Opladen: Leske + Budrich.

Homfeldt, H. G., Probst, W. & Schwander-Heitmann, B. (1993). Biographische Reflexion im Lebenszusammenhang. In Homfeldt, H. G. (Hrsg.), *Anleitungsbuch zur Gesundheitsbildung* (S. 197 – 203). Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.

Homfeldt, H. G. & Schulz, W. (1996). Strukturelemente für eine pädagogische Ausbildung. Am Beispiel: „Gesundheitsförderung". In Schulz, W. (Hrsg.), *Lebensgeschichten und Lernwege. Anregungen und Reflexionen zu biographischen Lernprozessen* (S. 229 − 237). Baltmannsweiler: Schneider.

Hradil, S. (2000/5. Auflage). Soziale Ungleichheit, soziale Schichtung und Mobilität. In H. Korte & B. Schäfers (Hrsg.), *Einführung in die Hauptbegriffe der Soziologie* (S. 193 − 215). Opladen: Leske + Budrich.

Hradil, S. (2001/8. Auflage). *Soziale Ungleichheit in Deutschland*. Opladen: Leske + Budrich.

Hüther, G. (1999). Nahrung für die Seele? Pschobiologische Aspekte des menschlichen Eßverhaltens. *Ernährungs-Umschau 4,* 120 – 124.

Hurrelmann, K. (1988). *Sozialisation und Gesundheit.* Weinheim, München: Juventa.

Hurrelmann, K. (1990). Sozialisation und Gesundheit. In Schwarzer, R. (Hrsg.), *Gesundheitspsychologie. Ein Lehrbuch* (S. 93 − 101). Göttingen, Toronto, Zürich: Hogrefe.

Hurrelmann, K. (1994). Lebensphase Jugend. In *Grundlagentexte Soziologie*. Weinheim, München: Juventa.

Hurrelmann, K. (1998). Gesundheitswissenschaftlichen Ansätze in der Sozialisationsforschung. In K. Hurrelmann & Ulich (Hrsg.), *Handbuch der Sozialisationsforschung* (5. neu ausgestattete Auflage, S. 189 − 213). Weinheim, Basel: Beltz.

Hurrelmann, K. et al. (2002). Eine Generation von Egotaktikern? Ergebnisse der bisherigen Jugendforschung. In Deutsche Shell (Hrsg.), *Jugend 2002* (S. 31 − 51). Frankfurt a. M.: Fischer.

Hurrelmann, K., Klocke, A., Melzer, W. & Ravens-Sieberer, U. (Hrsg.) (2003): *Jugendgesundheitssurvey.Internationale Vergleichsstudie im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation WHO.* Weinheim, München: Juventa.

Hurrelmann, K. & Lösel, F. (Hrsg.). (1990). *Health Hazards in Adolescence.* Berlin, New York: Walter de Gruyter.

Hurrelmann, K. & Ulich, D. (Hrsg.). (1998/5. Auflage). *Handbuch der Sozialisationsforschung. Studienausgabe*. Weinheim, Basel: Beltz.

Iglo-Forum (Hrsg.). (1989). *Iglo-Forum-Studie '89: Die Deutschen und ihre Ernährung – Urteile und Vorurteile.* Hamburg.

Iglo-Forum (Hrsg.). (1991). *Iglo-Forum-Studie '91: Genussvoll essen, bewusst ernähren − Gemeinsamkeiten und Unterschiede am neuen deutschen Tisch (Berichts- und Tabellenband).* Hamburg.

Iglo-Forum (Hrsg.). (1995). *Iglo-Forum-Studie '95: Kochen in Deutschland.* Hamburg.

Institut für angewandte Verbraucherforschung e. V. (IFAV) (Hrsg.). (2001). *Verbraucherverhalten beim Lebensmittelkauf. Studie im Auftrag des Bundesverbands der Verbraucherzentralen und Verbraucherverbände e. V.*, Köln.

Institut, Markt- und Sozialforschung (IFAK) im Auftrag der Stiftung Lesen (Hrsg.). (1999). *Jugendliche und Zeitschriften 1999.*

Jurczyk, K. & Rerrich, M. (1993). *Die Arbeit des Alltags. Beiträge zu einer Soziologie der alltäglichen Lebensführung.* Freiburg: Lambertus.

Kahl, H. et al. (1994). Einflußfaktoren auf die Entwicklung gesundheitsrelevanter Verhaltensweisen bei Jungen und Mädchen: Ergebnisse aus der Berlin-Bremen-Studie. In P. Kolip (Hrsg.), *Lebenslust und Wohlbefinden* (S. 63 − 82). Weinheim, München: Juventa.

Karmasin, H. (1998/2. überarb. u. erw. Auflage). *Produkte als Botschaften*. Wien, Frankfurt a. M.: Ueberreuter.

Karmasin, H. (2001). *Die geheime Botschaft unserer Speisen.* München: Kunstmann.

Karmasin, H. & Karmasin, M. (1997). *Cultural Theory.* Wien: Linde.

Kersting, M. et al. (2004). Kinderernährung in Deutschland. Ergebnisse der DONALD-Studie. *Bundesgesundheitsblatt (47), 213 – 218.*

Kettschau, I. (1981). Wieviel Arbeit macht ein Familienhaushalt? Zur Analyse von Inhalt, Umfang und Verteilung der Hausarbeit heute. *Dissertation PH Ruhr, Dortmund*.

Kettschau, I. (1990). Gewonnene Zeit − zerronnene Zeit. Grenzen der Technisierung der Hausarbeit. In Arbeitsgemeinschaft Hauswirtschaft e. V. & Stiftung Verbraucherinstitut (Hrsg.), *HaushaltsTräume* (S. 161 − 172). Königstein im Taunus: Langewische Nachfolger.

Kettschau, I. (2003). Haushaltsführung und Lebensgestaltung unter prekären Bedingungen − Haushaltswissenschaftliche und haushaltsdidaktische Ansätze. In Methfessel, B. & Schlegel-Matthies, K. (Hrsg.), *Fokus Haushalt* (S. 101 − 115). Baltmannsweiler: Schneider.

Kettschau, I. & Methfessel, B. (1985). Bedeutungen und Auswirkungen neuer Technologien im privaten Haushalt. *Hauswirtschaft und Wissenschaft 2,* 85 – 87.

Kettschau, I. & Methfessel, B. (1989). Frauenforschung in der Haushaltswissenschaft. In R. Meyer-Harter (Hrsg.), *Hausarbeit und Bildung. Zur Didaktik der Haushaltslehre* (S. 91 − 158). Frankfurt a. M., New York: Campus.

Kettschau, I., Methfessel, B. (2005). Neue Haushalts- und Familienarbeit. In Verbraucherzentrale Bundesverband e.V. (Hrsg.), *Neue Hauswirtschaft. Ein Material für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren der hauswirtschaftlichen und familienbezogenen Weiterbildung* (S. 38 – 61). Berlin 2005: VZBV.

Kettschau, I., Methfessel, B. & Piorkowsky, M.-B. (2000). *Familie 2000. Bildung für Familien und Haushalte zwischen Alltagskompetenz und Professionaliät. Europäische Perspektiven.* Baltmannsweiler: Schneider.

Kienzle, B. (1988). *Ernährungsverhalten von Schülern in 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 Stuttgart-Hohenheim.

Klafki, W. (1958). Didaktische Analyse als Kern der Unterrichtsvorbereitung. *Die Deutsche Schule 10,* 450 – 471.

Klotter, C. (1990). *Adipositas als wissenschaftliches und politisches Problem. Zur Geschichtlichkeit des Übergewichts.* Heidelberg: Roland Asanger.

Kolip, P. (1995). Ernährung und Körperzufriedenheit: Der Einfluß von Alter und Geschlecht auf Körperzufriedenheit und Ernährungsverhalten im Jugendalter. *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie 3*, 97 – 113.

Kolip, P. (2004). Der Einfluss von Geschlecht und sozialer Lage auf Ernährung und Übergewicht im Kindesalter. In *Bundesgesundheitsblatt 47,* 235 – 239.

Kolip, P. & Hurrelmann, K. (1994). Was ist Gesundheit im Jugendalter? Indikatoren für körperliches, psychisches und soziales Wohlergehen. In P. Kolip (Hrsg.), *Lebenslust und Wohlbefinden* (S. 25 − 46). Weinheim, München: Juventa.

Koscielny, G. (1983). *Didaktik der Ernährungserziehung.* München: Lexika.

Kotisaari, L. & Schuh, M. (2000). Verbraucherbildung als Beitrag zum Lernen für die Familie 2000. Consumer Education als Contribution to Learning Processes for Families. In I. Kettschau, B. Methfessel & M.-B. Piorkowsky (Hrsg.), *Familie 2000: Bildung für Familien und Haushalte. Europäische Perspektiven.* Baltmannsweiler: Schneider.

Kracke, B. & Silbereisen R. K. (1994). Körperliches Entwicklungstempo und psychosoziale Anpassung im Jugendalter: Ein Überblick zur neueren Forschung. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, (26), 293 -330.

Krappmann, L. (1998). Sozialisation in der Gruppe der Gleichaltrigen. In K. Hurrelmann & D. Ulich (Hrsg.), *Handbuch der Sozialisationsforschung* (5. Auflage, S. 355 − 375). Weinheim, Basel: Beltz.

Krebs, T. (2002/4). Konsumausgaben privater Haushalte für Nahrungsmittel, Getränke und Tabakwaren 1998. Ergebnisse der Einkommens- und Verbraucherstichprobe 1998. In Statistisches Bundesamt (Hrsg.), *Wirtschaft und Statistik.*

Kübler W. et al.(Hrsg.) (1995). VERA-Schriftenreihe, Band XI – *Ergebnisse der Nationalen Verzehrstudie (1985-1988) über die Lebensmittel- und Nährstoffaufnahme in der Bundesrepublik Deutschland.* Giessen: Wissenschaftlicher Fachverlag Dr. Fleck.

Kübler, W., Balzter, H., Grimm, R., Schek, A. & Schneider, R. (1997). *Die Nationale Verzehrstudie (NVS) und die Verbundstudie Ernähungserhebung und Risikofaktoren-Analytik (VERA). Synopsis und Ausblick.* In W. Kübler, H. J. Anders & W. Heeschen (Hrsg.), *VERA-Schriftenreihe*. Niederkleen: Wissenschaftlicher Fachverlag Dr. Fleck.

Kutsch T. (1993). Ernährungssoziologie. In T. Kutsch (Hrsg.), *Ernährungsforschung – interdisziplinär* (S. 98 – 135). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.

Kutsch, T., Piorkowsky, M.-B. & Schätzke, M. (1997). *Einführung in die Haushaltswissenschaft.* Stuttgart-Hohenheim: Ulmer.

Landesschulamt Berlin (Hrsg.). (2000). *Ausgewählte Eckdaten aus der IST-Statistik zum Schuljahr 2000/2001: Allgemeinbildenden Schulen.* Berlin.

Landesschulamt Berlin (Hrsg.). (2001). *Das Schuljahr 2000/01 in Zahlen.* Berlin.

Lange, E. (1991). *Jugendkonsum. Konsummuster, Freizeitverhalten, soziale Milieus.* Opladen: Leske + Budrich.

Lange, E. (1997). *Jugendkonsum im Wandel. Konsummuster, Freizeitverhalten, soziale Milieus und Kaufsucht 1990 und 1996.* Opladen: Leske + Budrich.

Lange, E. (2004). *Jugendkonsum im 21. Jahrhundert: eine Untersuchung der Einkommens-, Konsum- und Verschuldungsmuster der Jugendlichen in Deutschland.* Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Lehmkühler, S. & Leonhäuser, I.-U. (1998). Armut und Ernährung. Eine qualitative Studie über das Ernährungsverhalten von ausgewählten Familien mit niedrigem Einkommen. In Der Präsident der Justus-Liebig-Universität Gießen (Hrsg.), *Spiegel der Forschung* (Wissenschaftsmagazin). Gießen.

Leitzmann, C. et al. (2001). *Ernährung in Prävention und Therapie.* Stuttgart: Hippokrates.

Leonhäuser, I. U. (1999). Lifestyle und Gesundheit. Wie sieht es mit der Gesundheit in der Alltagswirklichkeit aus? In *Ernährungs-Umschau 9,* 324 – 327.

Leonhäuser, I. U. (2003). Ernährungskompetenz im Kontext einer Risko- und Erlebnisgesellschaft. In Methfessel, B. & Schlegel-Matthies, K. (Hrsg.), *Fokus Haushalt* (S. 117 − 128). Baltmannsweiler: Schneider.

Leonhäuser, I. U. & Berg, I. (Hrsg.). (1999). Kids & Food: Essverhalten von Kindern − Wunsch und Wirklichkeit. In *AMC-Akademie für ErnährungsKommunikation*. Bingen: AMC.

Leu, H. R. & Krappmann, L. (1999). Subjektorientierte Sozialisationsforschung im Wandel. In Leu, H. R. & Krappmann, L. (Hrsg.), *Zwischen Autonomie und Verbundenheit* (S. 11 − 18). Frankfurt a. M.: Suhrkamp.

Liebsch, K. (2000). Identität und Habitus. In H. Korte & B. Schäfers (Hrsg.), *Einführung in die Hauptbegriffe der Soziologie* (5. Auflage, S. 65 − 82). Opladen: Leske + Budrich.

Logue, A. W. (1995). *Die Psychologie des Essens und Trinkens.* Heidelberg, Berlin, Oxford: Spektrum, Akad. Verlag.

Mansel, J. & Klocke, A. (Hrsg.). (1996). *Die Jugend von heute. Selbstanspruch, Stigma und Wirklichkeit.* Weinheim, München: Juventa.

Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. In *Psychological Review 50,* 370 – 396.

Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality.* New York: Harper.

Methfessel, B. (1989/2. Auflage). ... entscheidend bleibt die Arbeitskraft der Frau. In G. Tornieporth (Hrsg.), *Arbeitsplatz Haushalt* (S. 55 − 85). Berlin: Reimer.

Methfessel, B. (1992). *Hausarbeit zwischen individueller Lebensgestaltung, Norm und Notwendigkeit. Ein Beitrag zur Sozioökonomie des Haushalts*. Baltmannsweiler: Schneider.

Methfessel, B. (1993). Eine gemeinsame Zukunft? Zur Relevanz von Familie und Haushalt für die Lebensplanung von Jungen und Mädchen. In I. Kettschau, B. Methfessel & H. Schmid-Waldherr (Hrsg.), *Jugend, Familie und Haushalt* (S. 85 − 102). Baltmannsweiler: Schneider.

Methfessel, B. (1996). Ernährungserziehung, Selbst-Bewußtsein und Eigenverantwortlichkeit − Forderungen und Überforderungen. *Haushalt & Bildung 2*, 79 – 87.

Methfessel, B. (1996). Hauptsache es schmeckt! In Ministerium Ländlicher Raum Baden-Württemberg (Hrsg.), *Kinderernährung heute* (S. 83 − 98). Baltmannsweiler: Schneider.

Methfessel, B. (1997a). Lernen im und für den Alltag − Erfahrungen und Anregungen aus Sicht der Pädagogik. In AID − Auswertungs- und Informationsdienst für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten e. V.. *Ernährungsverhalten heute: Die Verbraucher sind verunsichert*. Bonn.

Methfessel, B. (1997b). Lernziel: Eigenverantwortlichkeit und Flexibilität? Gesellschaftlicher Wandel als Herausforderung für die haushaltbezogene Bildung. In S. Gräbe (Hrsg.), *Privathaushalte im Umbau des Sozialstaates* (S. 89 − 118). Frankfurt a. M., New York: Campus.

Methfessel, B. (1999a). Ernährungserziehung, Selbst-Bewußtsein und Eigenverantwortlichkeit. Forderungen und Überforderungen. In Dr. Rainer Wild-Stiftung (Hrsg.), *Gesunde Ernährung zwischen Natur- und Kulturwissenschaft* (S. 91 − 106). Münster: Rhema.

Methfessel, B. (Hrsg.). (1999b). *Essen lehren − Essen lernen. Beiträge zur Theorie und Praxis der Ernährungsbildung.* Baltmannsweiler: Schneider.

Methfessel, B. (1999c). Gentechnik und Ernährung. Der Umgang mit einem komplexen Thema als Herausforderung für das Lehr-Lernverhältnis. *Haushalt & Bildung 4*, 36 – 39.

Methfessel, B. (1999d). Körperbeziehungen und Ernährungsverhalten bei Mädchen und Jungen. Lehr- und Lernvoraussetzungen in der Ernährungserziehung. In Methfessel, B. (Hrsg.), *Essen lehren − Essen lernen* (S. 31 − 76). Baltmannsweiler: Schneider.

Methfessel, B. (2000). Ansprüche und Methoden der Ernährungsbildung. *Zusammenfassung des Vortrages am 2. und 3.12.2000, Dresden*.

Methfessel, B. (2001). Lebensstil − Konsum − Identität. *Haushalt & Bildung 4*, 18 – 28.

Methfessel, B. (2002). Ernährung lehren − Essen lernen. Neue Konzepte der Ernährungserziehung. In aid inofdienst (Hrsg.), *aid Special/3824: Kinderernährung im Fokus − Zwischen Wunsch und Wirklichkeit.*

Methfessel, B. (2003a). „Biographie und Lernen" − Allgemeine Überlegungen zu Möglichkeiten und Grenzen in einem lebensweltbezogenen Fach. *Haushalt & Bildung 3*, 32 – 41.

Methfessel, B. (2003b). Wandel von Lebensstil und Lebensformen − Zur gesellschaftsgestaltenden Bedeutung von Haushalten. In Methfessel, B. & Schlegel-Matthies, K. (Hrsg.), *Fokus Haushalt* (S. 129 − 152). Baltmannsweiler: Schneider.

Methfessel, B. (2004a). Bildungsstandards für den Bereich Haushalt mit Schwerpunkt Ernährung und Verbraucherbildung. In R. Bigga & U. Holzendorf (Hrsg.), *Bildungsstandards. Eine Diskussion um Arbeitslehre − Haushalt − Technik − Textilarbeit – Wirtschaft* (S. 11 – 39). Marwitz International: Verlag Sonnenbogen.

Methfessel, B. (2004b). Esskultur und familiale Alltagskultur. In W. E. Fthenakis und M. R. Textor (Hrsg.), *Das Online-Famililienhandbuch.* Unter www.familienhandbuch.de/cms/ Ernaehrung_Esskultur.pdf am 29.07.2005.

Methfessel, B. (2004c). Geschlechterverhältnis und Ernährungsleitbilder. In C. Empacher & D. Hayn (Hrsg.), *Ernährung anders gestalten. Leitbilder für eine Ernährungswende* (S. 30 − 39). München: ökom.

Methfessel, B. (2004d). Von der Ernährung zur Esskultur. In Niedersächsisches Ministerium für den ländlichen Raum, Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (Hrsg.), *„Schule ist mehr": Impulse für Gesundheitsbildung-Ernährungsbildung − Alltagskompetenz − Schwerpunkte für den Sekundarbereich I (5.-10. Schuljahr)* (S. 20 − 24). Hannover.

Methfessel, B. (2004e). Zeit-Räume für eine gemeinsame Esskultur. Warum wie sie in der Schule brauchen und wie wir sie ermöglichen. *Haushalt & Bildung 1*, 2 – 10.

Methfessel, B. (2005). Fachwissenschaftliche Konzeption: Soziokulturelle Grundlagen des Essens und der Ernährung. *Paderborner Schriften zur Ernährungs- und Verbraucherbildung,* im Druck

Methfessel, B., Bartsch, S. & Rößler-Hartmann, M. (2001). Zielgruppe: Kinder und Jugendliche. Bildung: Marketing oder Warentest. In DGE, Sektion Baden-Württemberg (Hrsg.), *Werbung und Ernährungsverhalten* (S. 74 – 88). Frankfurt a. M.

Methfessel, B. & Kettschau, I. (1994). Koedukative Haushaltslehre − Partnerschaftliches Leben? In E. Glumpler (Hrsg.), *Koedukation: Entwicklungen und Perspektiven* (S. 86 − 106). Bad Heilbrunn: Kinkhardt.

Methfessel, B. & Schlegel-Matthies, K. (2003). *Fokus Haushalt.* Baltmannsweiler: Schneider.

Methfessel, B. & Schmid, C. (1999). Fleisch − Tabu und Traditionen. *Haushalt & Bildung 2,* 90 – 98.

Methfessel, B. & Schön, B. (2002). Biographie und Lernprozess − ein Lehrforschungsprojekt. In Wellensiek, A. & Petermann, H.-B. (Hrsg.), *Interdisziplinäres Lehren und Lernen in der Lehrerbildung. Perspektiven für innovative Ausbildungskonzepte* (S. 112 − 125). Weinheim, Basel: Beltz.

Meyer, S. (2002). *Mahlzeitenmuster in Deutschland.* München: Utz.

Meyer-Harter, R. (Hrsg.). (1989). *Hausarbeit und Bildung. Zur Didaktik der Haushaltslehre*. Frankfurt a. M., New York: Campus.

Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum Baden-Württemberg. (2002a). *Ernährungserziehung bei Kindern. Jahrestagung 2002. Pressedokumentation zu der Jahrestagung am 12. Juli 2002.* Stuttgart-Hohenheim.

Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum Baden-Württemberg & Sozialministerium Baden-Württemberg. (2002b). *KinderErnährung in Baden-Württemberg.* Stuttgart.

Mörth, I. & Fröhlich, G. (Hrsg.). (1994). *Das symbolische Kapital der Lebensstile. Zur Kultursoziologie der Moderne nach Pierre Bourdieu.* Frankfurt a. M., New York: Campus.

Montanari, M. (1993). *Der Hunger und der Überfluß* (Lizenzausgabe für die Büchergilde Gutenberg). München: C. H. Beck'sche Verlagsbuchhandlung.

Murcott, A. (Hrsg.). (1983). *The Sociology of Food and Eating.* Aldershot, Hants: Gower Publishing Company Limited.

Nave-Herz, R. (1998). Familie und Verwandtschaft. In B. Schäfers & W. Zapf (Hrsg.), *Handwörterbuch zur Gesellschaft Deutschlands*. Opladen: Leske + Budrich.

Neuloh, O. & Teuteberg, H.-J. (1976). Psychosoziale Ursachen des Fehlverhaltens in der Ernährung. In DGE (Hrsg.), *Ernährungsbericht 1976* (S. 395 − 445). Frankfurt a. M..

Neuloh, O. & Teuteberg, H.-J. (1979). *Ernährungsverhalten im Wohlstand.* Paderborn: Schöningh.

Nietzsche, F. (1899): *Menschliches, Allzumenschliches. Ein Buch für freie Geister.* Leipzig.

Nuber, U. (2002). Spion in eigener Sache. *Psychologie heute 11*, 28 – 29.

Oerter, R. (2002). Kultur, Ökologie und Entwicklung. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (5. Auflage, S. 72 − 104). Weinheim, Basel, Berlin: Beltz PVU.

Oerter, R. & Dreher, E. (2002). Jugendalter. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (5. Auflage, S. 258 − 318). Weinheim, Basel, Berlin: Beltz.

Oerter, R. & Montada, L. (Hrsg.). (2002/5. Auflage). *Entwicklungspsychologie*. Weinheim, Basel, Berlin: Beltz.

Oltersdorf, U. & Preuß, T. (Hrsg.). (1996). *Haushalte an der Schwelle zum nächsten Jahrtausend.* Frankfurt, New York: Campus.

Ostner, I. (1986). Die Entdeckung der Mädchen − Neue Perspektiven für die Jugendsoziologie. In *KZfSS 2,* 352 – 371.

Piorkowsky, M.-B. (1997). Haushaltsökonomie. In T. Kutsch, M.-B. Piorkowsky & M. Schätzke (Hrsg.), *Einführung in die Haushaltswissenschaft* (S. 13 − 184). Stuttgart (Hohenheim): Ulmer.

Piorkowsky, M.-B. (2000). Strukturwandel und gesellschafltiche Leistungspotentiale von Haushalten und Familien. In I. Kettschau, B. Methfessel & M.-B. Piorkowsky (Hrsg.), *Familie 2000: Bildung für Familien und Haushalte. Europäische Perspektiven.* (S. 15 − 28). Baltmannsweiler: Schneider.

Plasser, G. (1994): Essen und Lebensstil. In R. Richter (Hrsg.), *Sinnbasteln. Beiträge zur Soziologie der Lebensstile.* (S. 88 – 98). Wien, Köln, Weimar: Böhlau.

Pope, H. G. , Phillips, K. A. & Olivardia R. (2001). *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern.* München: dtv.

Postman, N. (1983). *Das Verschwinden der Kindheit.* Frankfurt a. M.: Suhrkamp.

Prahl, H.-W. & Setzwein, M. (1999). *Soziologie der Ernährung.* Opladen: Leske + Budrich.

Preuss-Lausitz, U. (Hrsg.). (1983). *Kriegskinder, Konsumkinder, Krisenkinder.* Weinheim, Basel: Beltz.

Pudel, V. et al. (1992). Ausgewählte sozio-kulturelle Einflüsse auf das Ernährungsverhalten. In DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung), *Ernährungsbericht 1992* (S. 177 − 222). Frankfurt a. M.

Pudel, V. (2000). Essverhalten und Ernährungszustand von Kindern und Jugendlichen − eine Repräsentativuntersuchung. In DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung), *Ernährungsbericht 2000* (S. 115 − 146). Frankfurt a. M.

Pudel, V. (2002). Medien und Ernährungsverhalten. In *Lexikon der Ernährung* (Band 2, S. 375 – 379). Heidelberg: Spektrum.

Pudel, V. & Westenhöfer, J. (1991). *Ernährungspsychologie. Eine Einführung.* Göttingen, Toronto, Zürich: Hofgrefe − Verlag für Psychologie.

Ravens-Sieberer U. & Thomas, C. (2003): *Gesundheitsverhalten von Schülern in Berlin. Ergebnisse der HBSC-Jugendgesundheitsstudie 2002 im Auftrag der WHO.* Berlin: Robert-Koch-Institut.

Redler, E. (1994). Der Körper als Medium zur Welt. In E. Redler (Hrsg.), *Der Körper als Medium zur Welt. Eine Annäherung von außen: Schönheit und Gesundheit* (S. 11 − 15). Frankfurt a. M.: Mabuse.

Remschmidt, H. (1992). *Adoleszenz. Entwicklung und Entwicklungskrisen im Jugendalter.* Stuttgart: Thieme.

Rerrich, M. (1993). Familie heute: Kontinuität oder Veränderung? In K. Jurczyk & M. Rerrich (Hrsg.), *Beiträge zu einer Soziologie der alltäglichen Lebensführung* (S. 112 − 132). Freiburg im Breisgau: Lambertus.

REVIS – Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schule (2005): *Bildungsziele und Kompetenzen in der Ernährungs- und Verbraucherbildung.* Homepage: www.evb-online.de (am 29.07.2005).

Rößler-Hartmann, M. (2002). Hausarbeit – ein unbeachteter Beitrag zur Salutogenese?! *Haushalt & Bildung 3,* 39 – 43.

Rosenblum, G. D. & Lewis, M. (1999). The Relations among Body Image, Physical Attractiveness and Body Mass in Adolescence. *Child Development 1*, 50 – 64.

Roth, M. (1998). *Das Körperbild im Jugendalter.* Aachen, Mainz: Verlag Mainz.

Schek, A. (2002). Gestörtes Essverhalten und Essstörungen im Leistungssport. *Ernährungs-Umschau 1*, 10 – 17.

Schlegel-Matthies, K. (1994). Die „geschickliche Wissenschaft, recht Haus zu halten". In deutschen Ökonomiken. In I. Richarz (Hrsg.), *Haushalten in Geschichte und Gegenwart* (S. 115 – 123). Göttingen.

Schlegel-Matthies, K. (1998). Zwischen Wissenschaft und Lebenswelt. Entwicklung, Stand und Zukunftsperspektiven haushaltsbezogener Bildung. Habilitation Münster. *Druck in Vorbereitung*.

Schlegel-Matthies, K. (2001a). Ernährung als Schnittstelle von Naturwissenschaften und Kulturwissenschaften − das Beispiel Fleisch. *Haushalt & Bildung 3*, 120 – 127.

Schlegel-Matthies, K. (2001b). Lebensstile von Jugendlichen und Umgang mit Geld. Folgerungen für die haushaltsbezogene Bildung. *Haushalt & Bildung 4*, 41 – 49.

Schlegel-Matthies, K. (2002). „Liebe geht durch den Magen". In Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg. (Hrsg.), *Der Bürger im Staat 4,* 208 – 212.

Schlegel-Matthies, K. (2003a). Bildung für Lebensführung − eine neue Aufgabe für die Schule!? In Methfessel, B. & Schlegel-Matthies, K. (Hrsg.), *Fokus Haushalt* (S. 71 − 84). Baltmannsweiler: Schneider.

Schlegel-Matthies, K. (2003b). Die Auseinandersetzung mit Geld und Konsum. *Haushalt & Bildung 3*, 25 – 31.

Schlegel-Matthies, K. (2003c). Neues Konsum- und Finanzmanagement. Modul erstellt im Auftrag des Bundesverbandes der Verbraucherzentralen und Verbraucherverbände (vzbv) für *neueh@uswirtschaft, Online-Kurs für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren in der haushalts- und familienbezogenen Erwachsenenbildung.* Berlin: VZBV.

Schlegel-Matthies, K. (2004). Verbraucherbildung im Forschungsprojekt REVIS − Grundlagen. *Paderborner Schriften zur Ernährungs- und Verbraucherbildung Nr. 2*.

Schlich, E. (2000). Perspektiven der Ernährungs- und Haushaltswissenschaften. *Ernährungs-Umschau 2*, 54 – 57.

Schmidt, H. (Begründer). Neu bearb. Schischkoff, G. (1991/22. Auflage). *Philosophisches Wörterbuch*. Stuttgart: Kroner.

Schmidt-Waldherr, H. (1984). Ernährungsverhalten − Relevanz geschlechtsspezifischer Sozialisation. *Hauswirtschaftliche Bildung 1*, 57 – 61.

Schneewind, K. A. (2002). Familienentwicklung. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (5. Auflage, S. 105 − 127). Weinheim, Basel, Berlin: Beltz.

Schön, B. (2003). Biographisch bedeutsames Lernen. *Haushalt & Bildung 1*, 13 – 24.

Schridde, I. (2002, 29.06.). Bloß nicht dick werden. In *Der Tagesspiegel.*

Schulze, T. (1993). Lebenslauf und Lebensgeschichte. In D. Baacke & T. Schulze (Hrsg.), *Aus Geschichten lernen. Zur Einübung pädagogischen Verstehens* (S. 174 − 226). Weinheim, München: Juventa.

Seiffge-Krenke, I. (1994). *Gesundheitspsychologie des Jugendalters.* Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hofgrefe.

Sektion Sachsen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (Hrsg.). (2001). Gesundheit kaufen statt gesund essen? − Ernährung im Spannungsfeld zwischen Verhalten und Verhältnissen. In *Dokumentation zur 2. Sächsischen Ernährungskonferenz*. Leipzig.

Sellach, B. (1996). *Wie kommt das Essen auf den Tisch? Die Frankfurter Beköstigungsstudie.* Baltmannsweiler: Schneider.

Setzwein, M. (2000). Ernährung und Geschlecht. In *Mitteilungen des Internationalen Arbeitskreises für Kulturforschung des Essens 5,* 14 – 23.

Setzwein, M. (2002). Sex & Food & Hierarchy: Überlegungen zum Zusammenhang von Ernährung, symbolischer Geschlechterordnung und sexueller Ideologie. In I. Jahn & U. Voigt (Hrsg.), *Essen mit Leib und Seele* (S. 75 − 100). Bremen: Edition Temmen.

Setzwein, M. (2004). *Ernährung − Körper − Geschlecht*. Wiesbaden: VS Verlag.

Simmel, G. (1957). Soziologie der Mahlzeit. In *Brücke und Tür* (S. 243 − 250). Stuttgart: Koehler.

Simmel, G. (1986). Die Mode. In S. Bovenschen (Hrsg.), *Die Listen der Mode* (S. 179 − 207). Frankfurt a. M.: Suhrkamp.

Sozialministerium Baden-Württemberg & Ministerium für Ernährung und Ländlicher Raum Baden-Württemberg (Hrsg.). (2002). *KinderErnährung in Baden-Württemberg.* Stuttgart.

Spellerberg, A. (1992). Freizeitverhalten − Werte − Orientierungen. Empirische Analysen von Lebensstilen. In WZB (Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung), *AB Sozialberichterstattung P 92 − 101*. Berlin.

Spiekermann, U. (1999a). Esskultur heute. Was, wie und wo essen wir? In Dr. Rainer Wild-Stiftung (Hrsg.), *Gesunde Ernährung zwischen Natur- und Kulturwissenschaft* (S. 41 − 56). Münster: Rhema.

Spiekermann, U. (1999b). Europäische Küchen. Eine Bestandsaufnahme. In W. Köpke, B. Schmelz (Hrsg.), *Das gemeinsame Haus Europa. Handbuch zur europäischen Kulturgeschichte* (S. 801 − 817). München: Deutscher Taschenbuch-Verlag.

Spiekermann, U. (2001a). Das Andere verdauen. Begegnungen von Ernährungskulturen. In U. Spiekermann & G. U. Schönberger (Hrsg.), *Ernährung in Grenzsituationen* (S. 89 − 106). Berlin: Springer.

Spiekermann, U. (2001b, November). *Ernährungstrends und Esskultur. Analyse, Erfahrungen und Folgerungen (Vortragsmanuskript).*

Spiekermann, U. (2002a). Auf dem Weg zur kalten Küche? *Psychologie heute 11*, 25 – 27.

Spiekermann, U. (2002b). Das Deftige für den Mann, das Leichte für die Frau? Über den Zusammenhang von Ernährung und Geschlecht im 20. Jahrhundert. In I. Jahn & U. Voigt (Hrsg.), *Essen mit Leib und Seele* (S. 51 − 74). Bremen: Edition Temmen.

Stahr, I. (1999). Eßstörungen in der Adoleszenz. Neuere epidemologische Daten und theoretische Entwicklungen. In P. Kolip (Hrsg.), *Programme gegen Sucht. Internationale Ansätze zur Suchtprävention im Jugendalter* (S. 89 − 108). Weinheim: Juventa.

Stahr, I., Barb-Priele, I. & Schulz, E.. (1995). *Eßstörungen und die Suche nach Identität. Ursachen, Entwicklungen und Behandlungsmöglichkeiten.* Weinheim, München: Juventa.

Statistisches Bundesamt (Hrsg.). (1995). *Die Zeitverwendung der Bevölkerung. Methode und erste Ergebnisse der Zeitbudgeterhebung 1991/92. Tabellenband I.* Wiesbaden.

Statistisches Bundesamt, Wiesbaden (Hrsg.). (2000). *Wirtschaftsrechnungen – Einkommens- und Verbraucherstichprobe 1998.* Heft 5: Aufwendungen privater Haushalte für den Privaten Verbrauch. Stuttgart: Metzler-Poeschel.

Steen, R. (1994). Gemeindenahe Gesundheitsförderung. In W. Knörzer (Hrsg.), *Ganzheitliche Gesundheitsbildung in Theorie und Praxis* (S. 101 − 120). Heidelberg: Haug.

Stieß, I. & Hayn, D. (2005). *Ernährungsstile im Alltag. Ergebnisse einer repräsentativen Untersuchung, Diskussionspapier Nr. 5 des Projektes Ernährungswende*, unter Mitarbeit von Götz, K., Schubert, S., Seltmann, G. & Birzle-Harder, B. (http://www.ernaehrungswende.de/fr_ver.html).

Stix, Peter. (2000). Der Mensch im Essalltag heute und morgen. Dokumentation der Jahrestagung 2000. In Schlich, E. (Hrsg.), *Haushaltstechnik − Berichte aus Forschung und Praxis* (Convenience Food und Technik im Privathaushalt) (S. 11 – 17). Aachen: Shaker.

Stoneman, B. (1999). Kids in the kitchen. Unter *www.britannica.com:80/magazine/article? email=1&content_id=141859. 7. November 1999*.

Storch, R. (1994). Ernährung und Gesundheit. In W. Knörzer & A. Olschewski (Hrsg.), *Ganzheitliche Gesundheitsbildung in Theorie und Praxis* (S. 203 − 240). Heidelberg: Haug.

Strotkamp, U. (1999). Lebensweltorientierung als Chance. In B. Methfessel (Hrsg.), *Essen lehren − Essen lernen* (S. 183 − 195). Baltmannsweiler: Schneider.

Tenzer, E. (2002). Sag mir, was du isst . *Psychologie heute 11*, 20 – 24.

Teuteberg, H. J. (1979). Die Ernährung als psychosoziales Phänomen. In Hamburger Jahrbuch für Wirtschafts- und Sozialpolitik (S. 263 − 282). Tübingen.

Teuteberg, H. J. (1985). Der Wandel der häuslichen Tischgemeinschaft und Aufgaben einer Haushalts- und Ernährungserziehung. *Haushaltwirtschaft und Wissenschaft 1,* 30 – 40.

Teuteberg, H. J. (2002). Der essende Mensch zwischen Natur und Kultur. In Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg. (Hrsg.), *Der Bürger im Staat 4,* 179 – 187.

Thiele-Wittig, M. (1992). Zur Frage der innovativen Kraft neuer Haushalts- und Lebensformen. *Hauswirtschaft und Wissenschaft 1,* 7 – 13.

Thiele-Wittig, M. (2000). Alltagskompetenzen − Bildungsbedarf in einer komplexen Welt. In I. Kettschau, B. Methfessel & M.-B. Piorkowsky (Hrsg.), *Familie 2000: Bildung für Familien und Haushalte. Europäische Perspektiven* (S. 83 − 99). Baltmannsweiler: Schneider.

Thieme, F. (2000). Kaste, Stand, Klasse. In H. Korte & B. Schäfers (Hrsg.), *Einführung in die Hauptbegriffe der Soziologie* (5. Auflage, S. 171 − 192). Opladen: Leske + Budrich.

Tolksdorf, U. (1975). Ernährung und soziale Situation. In N. Valonen & J. U. E. Lehtonen, (Hrsg.), *Ethnologische Nahrungsforschung. Ethnological Food Research* (S. 277 − 291). Helsinki.

Tolksdorf, U. (1976). Strukturalistische Nahrungsforschung. *Ethnologia Europaea,* 64 – 85.

Tolksdorf, U. (1994). Nahrungsforschung. In R. W. Brednich (Hrsg.), *Grundriss der Volkskunde* (2. überarb. und erw. Auflage, S. 229 − 242). Berlin: Reimer.

Tornieporth, G. (1979). *Studien zur Frauenbildung* (Neuausgabe). Weinheim, Basel: Beltz.

Tornieporth, G. (Hrsg.). (1980). *Haushaltslehre*. Bad Heilbrunn/Obb.: Klinkhardt.

Tornieporth, G. (1985). *Fast Food. Ein Unterrichtsmodell.* Bad Heilbrunn/Obb.: Klinkhardt.

Tornieporth, G. (Hrsg.). (1988). *Arbeitsplatz Haushalt. Zur Theorie und Ökologie der Hausarbeit.* Berlin: Reimer.

Tornieporth, G. (1993). Exemplarisches und systematisches Lehren und Lernen im Sachfeld Ernährung. In *AWT-INFO 2*, 14 – 21.

Tornieporth, G. (1997). *Tomatenkultur: Ein Unterrichtsmodell zur handlungsorientierten Verbraucherbildung.* Baltmannsweiler: Schneider.

Tornieporth, G. (1999). Die handwerkliche Praxis im Ernährungsunterricht der Haushaltslehre. *Haushalt & Bildung 3*, 143 – 148.

Trautwein, E. A., Henninger K. & Erberdobler, H. F. (1998). Ist die mediterrane Ernährung eine empfehlenswerte Ernährungsweise? *Ernährungs-Umschau 10*, 360 – 364.

Treibel, A. (2000/5. Auflage). *Einführung in soziologische Theorien der Gegenwart*. Opladen: Leske + Budrich.

Tschofen, B. (2004). „Wie hausgemacht." Die Dialektik industrialisierter Nahrungsgewohnheiten und das Wissen der Europäischen Ethnologien. In P. Lysaght (Hrsg.), *Changing Tastes* (S. 135 − 152). Basel: Verlag der Schweizerischen Gesellschaft für Volkskunde.

Verlagsgruppe Lübbe in Kooperation mit der Axel Springer Verlag AG und der Bauer Verlagsgruppe (Hrsg.). (2001). KVA − KidsVerbraucherAnalyse 2001. *KVA*.

Verlagsgruppe Lübbe in Kooperation mit der Axel Springer Verlag AG und der Bauer Verlagsgruppe (Hrsg.). (2004). KVA − KidsVerbraucherAnalyse 2004. *KVA*. Auch unter http://www.ehapa.de am 31.03.2005.

Vester, M. (2004). Gibt es eine 'neue Mitte'? Die gesellschaftliche Basis für eine sozialdemokratische Reformpolitik. *http://www.agis.uni-hannover.de/ 4.12.2004*.

Vester, M., Oerzen von, P., Geiling, H., Hermann, T. & Müller, D. (2001). *Soziale Milieus im gesellschaftlichen Strukturwandel.* Frankfurt a. M.: Suhrkamp.

Vollbrecht, R. (1995). Die Bedeutung von Stil. Jugendkulturen und Jugendszenen im Licht der neueren Lebensstildiskussion. In W. Ferchhoff, U. Sander & R. Vollbrecht (Hrsg.), *Jugendkulturen − Faszination und Ambivalenz* (S. 23 − 37). Weinheim, München: Juventa.

vom Berg, D. (1997). Eßkultur, Lebensmittelqualität und Ernährungserziehung aus Sicht von Schülerinnen und Schülern. In *Ernährungs-Umschau 11,* 403 – 408.

vom Berg, D. (1999). Eßkultur: Die Revolution findet alltäglich statt. Konzepte, die der Infantilisierung des (souveränen) Verbrauchers begegnen. In B. Methfessel (Hrsg.), *Essen lehren − Essen lernen* (S. 95 − 132). Baltmannsweiler: Schneider.

von Ferber, C. & Abt, G. (1991). *Bestimmungsgründe der Ernährungsweise*. Düsseldorf: Institut für Medizinische Soziologie Düsseldorf.

von Schweitzer, R. (1991). Die personale und soziale Theorie des haushälterischen Handlungssystems − Privathaushalt. In R. von Schweitzer (Hrsg.), *Einführung in die Wirtschaftslehre des privaten Haushalts* (S. 127 − 177). Stuttgart: Ulmer.

Voß, G. G. & Weihrich, M. (Hrsg.). (2001). *tagaus − tagein.* München: Rainer Hampp.

Walper, S. & Pekrun, R. (Hrsg.). (2001). *Familie und Entwicklung.* Göttingen: Hogrefe.

Warburton, D. M. (& Kew, M.aureen) (Hrsg.).(1994). *Pleasure: the politics and the reality.* Chichester, New York, Brisbane, Toronto, Singapore: John Wiley & sons.

Weber, M. (1980/5. überarb. Auflage). *Wirtschaft und Gesellschaft.* Tübingen: J. C. B. Mohr.

Westenhöfer, J. (2002). Establishing Dietary Habits during Childhood for Long-Term Weight Control. *Annals Nutrition & Metabolism 1*, 18 – 23.

Winkler, G., Noller, B., Waibel, S., Merx, H. & Reuter, M. (2004). 10 Regeln für Programme zur Ernährungserziehung in der Schule. *Ernährungs-Umschau* 6, B 21 – B 28.

Wirth, A. (2004). Lebensstiländerung zur Prävention und Therapie von arteriosklerotischen Krankheiten. *Deutsches Ärzteblatt* (24) A 1745 − 1752.

Wittenberg, R. et al. (1999). Ernährung und Gesundheit an Nürnberger Hauptschulen. In Stadt Nürnberg (Hrsg.), *Schriftenreihe zur Gesundheitsförderung*. Nürnberg.

Zahlmann, S. (2000). Vom Bonvivant zum Ironman. 100 Jahre Männerkörper in der deutschen Konsumwerbung. In Wischermann & Haas, *Körper mit Geschichte (S. 245 – 280).* Stuttgart: Franz Steiner Verlag.

Zeiher, H. (2000). Hausarbeit: zur Integration der Kinder in die häusliche Arbeitsteilung. In H. Hengst & H. Zeiher (Hrsg.), *Die Arbeit der Kinder* (S. 45 − 70). Weinheim, München: Juventa.

Ziemann, M. (1998). Zur Internationalisierung der Verzehrsgewohnheiten in europäischen Ländern. *Ernährungs-Umschau 4*, 121 – 123.

Ziemann, M. (1999). *Zur Internationalisierung der Ernährungsgewohnheiten in ausgewählten europäischen Ländern.* Frankfurt a. M.: Lang.

Zinnecker, J., Behnken, I., Maschke, S. & Stecher, L. (2002). *null zoff & voll busy.* Opladen: Leske + Budrich.

13 Anhang

13.1 Fragebogen

Lfd.Nr. Schulzweig Schulname Klassenstufe

Postleitzahl deines Wohnortes _ _ _ _ _

Alter _ _ Jahre

Geschlecht männlich weiblich

Hast du deutsche Eltern? ja, beide nur Mutter nur Vater nein

Bist du in Deutschland geboren und aufgewachsen? ja nein

Größe _ _ _ cm
Gewicht _ _ _ kg

Welche Schul- und Berufsausbildung hat dein Vater?
- kein Abschluss
- Hauptschulabschluss
- Hauptschulabschluss + Berufsausbildung
- Realschulabschluss
- Realschulabschluss + Berufsausbildung
- Abitur
- Abitur + Berufsausbildung
- Abitur + Studium
- anderes:_____

Welche Schul- und Berufsausbildung hat deine Mutter?
- kein Abschluss
- Hauptschulabschluss
- Hauptschulabschluss + Berufsausbildung
- Realschulabschluss
- Realschulabschluss + Berufsausbildung
- Abitur
- Abitur + Berufsausbildung
- Abitur + Studium
- anderes: _____

Wer wohnt zusammen mit dir? (Mehrfachnennung möglich) Mutter/Stiefmutter Vater/Stiefvater Geschwister andere

Frage A-1

Wer ist bei euch für das Essen zuständig? ich selbst Mutter/Stiefmutter Vater/Stief vater Geschwister

(Mehrfachnennung möglich)

andere: _____ _____

Frage A-2a
Ist deine Mutter zur Zeit berufstätig? nein ja, halbtags ja, ganztags

Frage A-2b
Ist dein Vater zur Zeit berufstätig? nein ja, halbtags ja, ganztags

Frage A-3
Wie häufig isst du normalerweise mit deinen Eltern oder einem von beiden?
- nie
- höchstens 1 Mal im Monat
- 2 - 3 Mal im Monat
- 1 - 2 Mal in der Woche
- 2 - 4 Mal in der Woche
- 1 Mal täglich
- mehr als 1 Mal am Tag

Frage A-4
Gefällt es dir, mit deiner Familie gemeinsam zu essen? gar nicht nicht so ein bisschen sehr

Frage A-5
Was gefällt dir am gemeinsamen Essen? (Mehrfachnennung möglich)
- Gespräche
- Zusammensein
- zu Hause sein

- ☐ meistens schmeckt es gut
- ☐ schön gedeckter Tisch
- ☐ anderes:

Frage A-6
Was stört dich am gemeinsamen Essen?
(Mehrfachnennung möglich)

Mich stört es, ...

- ☐ ... worüber wir reden
- ☐ ... dass ich mich bei Tisch benehmen muss
- ☐ ... dass ich essen muss, was und wieviel mir aufgetan wurde
- ☐ ... dass es lange dauert
- ☐ ... weil ich lieber etwas anderes zu der Zeit machen will
- ☐ anderes:

Frage A-7

Redet ihr beim gemeinsamen Essen?	nie	wenig	ziemlich viel	sehr viel
	☐	☐	☐	☐

Frage A-8

Bleibt ihr noch am Tisch sitzen, wenn ihr aufgegessen habt?	nie	selten	ab und zu	oft
	☐	☐	☐	☐

Frage A-9

Kommt es vor, dass es beim gemeinsamen Essen Streit gibt?	nie	selten	ab und zu	oft
	☐	☐	☐	☐

Frage A-10
Was sind typische Streitthemen?
(Mehrfachnennung möglich)

- ☐ Schule
- ☐ Familie
- ☐ Absprachen wie Ausgehzeiten
- ☐ Freund/Freundin
- ☐ Freunde
- ☐ anderes:

Frage A-11

Kommt es vor, dass du dich vor dem gemeinsamen Essen drückst?	nie	selten	ab und zu	oft
	☐	☐	☐	☐

Frage A-12

Isst du gerne mit der Familie deiner Freunde bzw. deiner Freundinnen?	nie	selten	ab und zu	oft
	☐	☐	☐	☐

Frage A-13
Was findest du gut, wenn du bei anderen isst?
(Mehrfachnennung möglich)

- ☐ Essen ist lecker.
- ☐ Es ist gemütlich.
- ☐ Es ist stressfrei.
- ☐ Es gibt interessante Gespräche.
- ☐ Es ist einfach mal etwas anderes.
- ☐ anderes:

Frage B-1
Entscheide spontan, wie wichtig dir folgende Dinge sind, wenn du **zu Hause** isst!

	eher unwichtig	eher wichtig
dass es schnell geht	☐	☐
dass es gut schmeckt	☐	☐
dass es cool ist	☐	☐
dass es gesund ist	☐	☐
dass ich essen kann, wie ich will	☐	☐
dass es gemütlich ist	☐	☐
dass es kalorienarm ist	☐	☐
dass andere da sind	☐	☐
dass es nebenbei geht	☐	☐
dass es gut aussieht	☐	☐
dass es viel ist	☐	☐
dass ich satt werde	☐	☐
dass es preiswert ist	☐	☐

Entscheide spontan, wie wichtig dir folgende Dinge sind, wenn du **unterwegs mit Freunden bzw. Freundinnen** isst!

	eher unwichtig	eher wichtig
dass es schnell geht	☐	☐
dass es gut schmeckt	☐	☐
dass es cool ist	☐	☐
dass es gesund ist	☐	☐
dass ich essen kann, wie ich will	☐	☐

dass es gemütlich ist	☐	☐
dass es kalorienarm ist	☐	☐
dass andere da sind	☐	☐
dass es nebenbei geht	☐	☐
dass es gut aussieht	☐	☐
dass es viel ist	☐	☐
dass ich satt werde	☐	☐
dass es preiswert ist	☐	☐

Frage B-6

Verabredest ihr euch mit Freunden/ Freundinnen zu Hause zum Essen?	nie	weniger als monatlich	1 Mal monatlich	mehrmals wöchentlich	1 Mal wöchentlich	mehrmals wöchentlich
	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Frage A-11

Was machst du, wenn du **zu Hause** Hunger bekommst?

	nie	selten	ab und zu	oft
Ich warte auf gemeinsames Essen.	☐	☐	☐	☐
Ich schaue in den Kühlschrank, ob etwas vorbereitet ist.	☐	☐	☐	☐
Ich esse Riegel, Chips, die ich einkaufe.	☐	☐	☐	☐
Ich schmiere mir ein Brötchen oder bereite einen Snack zu.	☐	☐	☐	☐
Ich unterdrücke meinen Hunger, weil	☐	☐	☐	☐
anderes:	☐	☐	☐	☐

Frage A-15

Was machst du, wenn du **mit Freunden/Freundinnen unterwegs** bist und Hunger bekommst?

	nie	selten	ab und zu	oft
Ich warte bis ich wieder zu Hause bin.	☐	☐	☐	☐
Ich esse Fast Food.	☐	☐	☐	☐
Ich gehe zum Bäcker.	☐	☐	☐	☐
Ich esse Riegel, Chips o. ä..	☐	☐	☐	☐
Ich esse Obst.	☐	☐	☐	☐
Ich unterdrücke meinen Hunger, weil	☐	☐	☐	☐
anderes:	☐	☐	☐	☐

Frage A-16

Darüber rede ich	gar nicht	selten	regelmäßig	oft
mich selbst	☐	☐	☐	☐
Freunde und Freundinnen	☐	☐	☐	☐
Hobbies	☐	☐	☐	☐
meine Zukunft	☐	☐	☐	☐
was ich esse	☐	☐	☐	☐
wie ich esse	☐	☐	☐	☐
Schulnoten	☐	☐	☐	☐
Lehrer, Schule allgemein	☐	☐	☐	☐
meine Probleme in der Schule	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☐	☐	☐	☐
Sport	☐	☐	☐	☐

Lebensmittelprodukte, Werbung	☐	☐	☐	☐
Lebensweise von Stars	☐	☐	☐	☐
Kino- und Fernsehfilme	☐	☐	☐	☐
Absprachen in der Familie	☐	☐	☐	☐
Familienthemen	☐	☐	☐	☐
das Leben meiner Eltern	☐	☐	☐	☐
anderes:	☐	☐	☐	☐

Frage A-17

Kreuze an mit wem du über folgende Themen redest!
(pro Zeile Mehrfachnennung möglich)

	Mutter	**Vater**	**Bruder/ Schwester**	**Freund/in**	**andere Person**	**keiner**
mich selbst						
Freunde und Freundinnen	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hobbies	☐	☐	☐	☐	☐	☐
meine Zukunft	☐	☐	☐	☐	☐	☐
was ich esse	☐	☐	☐	☐	☐	☐
wie ich esse	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Schulnoten	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lehrer, Schule allgemein	☐	☐	☐	☐	☐	☐
meine Probleme in der Schule	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sport	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lebensmittelprodukte, Werbung	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lebensweise von Stars	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Kino- und Fernsehfilme	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Absprachen in der Familie	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Familienthemen	☐	☐	☐	☐	☐	☐
das Leben meiner Eltern	☐	☐	☐	☐	☐	☐
anderes:	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Frage B-2

Welche der folgenden Dinge isst du nicht, weil du sie **nicht magst?** (Mehrfachnennung möglich)	Obst ☐	Gemüse ☐	Fleisch ☐	Kekse ☐
	Riegel ☐	Chips ☐	Döner ☐	Würstchen ☐
	Pizza ☐	belegtes Brot ☐	Eintopf ☐	Spiegelei ☐
Welche der folgenden Dinge isst du nie im Beisein deiner Freunde, weil es **echt peinlich** ist? (Mehrfachnennung möglich)	Obst ☐	Gemüse ☐	Fleisch ☐	Kekse ☐
	Riegel ☐	Chips ☐	Döner ☐	Würstchen ☐
	Pizza ☐	belegtes Brot ☐	Eintopf ☐	Spiegelei ☐
Welche der folgenden Dinge isst du im Beisein deiner Freunde, weil es **andere auch essen?** (Mehrfachnennung möglich)	Obst ☐	Gemüse ☐	Fleisch ☐	Kekse ☐
	Riegel ☐	Chips ☐	Döner ☐	Würstchen ☐
	Pizza ☐	belegtes Brot ☐	Eintopf ☐	Spiegelei ☐

Frage B-3

Wenn du viel Geld hättest, wie und was würdest du dann am liebsten essen?

Was?

Wie?

Frage B-4

Stell dir vor, jemand aus deiner Klasse ist bei Big Brother und du sieht im Fernsehen wie er/sie ...

	Das finde ich ...		
	... peinlich	.. total normal	... cool
... Müsli isst.	☐	☐	☐
... Austern schlürft.	☐	☐	☐
... Tiefkühlpizza isst.	☐	☐	☐
... Kalorien zählt.	☐	☐	☐
... Mohrrüben knabbert.	☐	☐	☐
... Braten übergießt.	☐	☐	☐
... Orangen auspresst.	☐	☐	☐
... Schokoriegel vertilgt.	☐	☐	☐

Frage B-5

Stell dir folgende Situation vor:
Du hast eine/n neue/n Feund/in.
Ihr geht zusammen in die Pizzeria.
Er/sie tut folgendes:

	Das stört mich ...			
	... gar nicht	... etwas	... ziemlich	... total
isst schnell und hastig	☐	☐	☐	☐
spricht mit vollem Mund	☐	☐	☐	☐
schmatzt	☐	☐	☐	☐
isst nur mit der Gabel (ohne Messer)	☐	☐	☐	☐
leckt Messer ab	☐	☐	☐	☐
fängt schon mit dem Eis an, während ich noch Pizza esse	☐	☐	☐	☐
isst nicht auf	☐	☐	☐	☐
redet dauernd über Kalorien	☐	☐	☐	☐
isst nur Pommes mit Ketchup	☐	☐	☐	☐
leckt sich Finger ab	☐	☐	☐	☐
nimmt mir etwas vom Teller	☐	☐	☐	☐
rülpst	☐	☐	☐	☐
raucht während ich esse	☐	☐	☐	☐
anderes:	☐	☐	☐	☐

Frage C-5

Wie findest du, wenn Eltern zu ihren Kindern in einer entsprechenden Situation folgendes sagen?

	Das finde ich ...	
	... schlecht!	... gut!
„Du bist zu dick!“	☐	☐
„Du bist zu dünn!“	☐	☐
„Iss deinen Teller leer!“	☐	☐
„Iss mehr Obst und Gemüse!“	☐	☐
„Iss keine Schokolade!“	☐	☐
„Nebenbei essen gibt es nicht!“	☐	☐
„Iss schneller und rede nicht soviel!“	☐	☐
„Iss langsamer!“	☐	☐
„Iss ordentlich!“	☐	☐
„Gib dir Mühe mit deinem Aussehen, sonst mag dich keiner!“	☐	☐

Frage C-6

Sagen das auch deine Eltern zu dir?	Mutter	Vater	keiner von beiden
„Du bist zu dick!“	☐	☐	☐
„Du bist zu dünn!“	☐	☐	☐
„Iss deinen Teller leer!“	☐	☐	☐
„Claudia Schiffer hat eine super Figur!“	☐	☐	☐
„Zlatko ist gut gebaut!“	☐	☐	☐
„Iss mehr Obst und Gemüse!“	☐	☐	☐
„Iss keine Schokolade!“	☐	☐	☐
„Nebenbei essen gibt es nicht!“	☐	☐	☐
„Iss schneller und rede nicht soviel!“	☐	☐	☐
„Iss langsamer!“	☐	☐	☐
„Iss ordentlich!“	☐	☐	☐
„Gib dir Mühe mit deinem Aussehen, sonst mag dich keiner!“	☐	☐	☐

Frage C-7

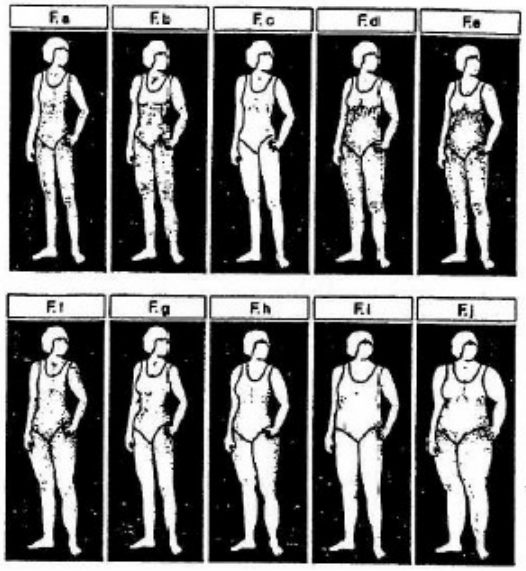
Wenn Freunde/Freundinnen zusammen sind, hast du es erlebt, dass **einer zum anderen sagt:**

	gar nicht	selten	regelmäßig	oft
„Du isst zu viel! Hör auf, sonst wirst du fett!“	☐	☐	☐	☐
„Hör endlich auf, Süßes in dich reinzustopfen!“	☐	☐	☐	☐
„Du isst schon wieder nichts!“	☐	☐	☐	☐
„Bist du etwa schon wieder auf Diät!“	☐	☐	☐	☐

Frage C-1

Welche der Frauenfiguren

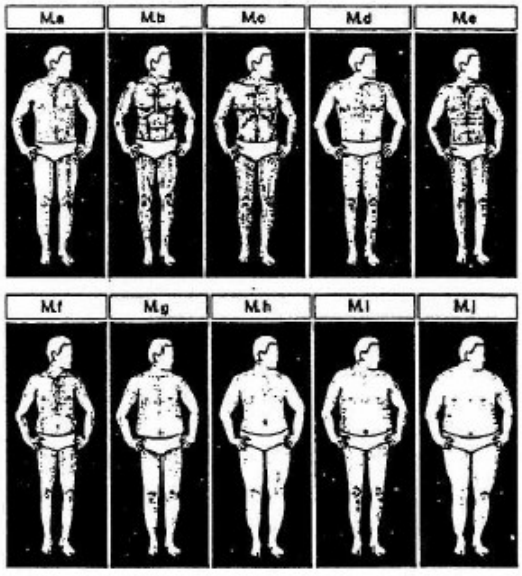
findest du am attraktivsten?



Frage C-2

Welche der Männerfiguren

findest du am attraktivsten?



Frage C-3

Welcher der Figuren siehst du am ähnlichsten?
Schreibe die Nummer auf!

Frage C-4
Wenn ich etwas für meine Figur tun will, dann ...

	nie	selten	oft	regelmäßig
... bewege ich mich mehr	□	□	□	□
... treibe ich Sport	□	□	□	□
... lasse ich täglich mindestens eine Mahlzeit ausfallen	□	□	□	□
... esse ich Dinge, die sonst nie esse	□	□	□	□
... verzichte ich auf Dinge, die ich gerne esse	□	□	□	□
... esse ich mich nicht satt	□	□	□	□
... mache ich eine Diät	□	□	□	□
... esse ich Muskelaufbaupräparate	□	□	□	□
... zähle ich Kalorien	□	□	□	□

13.2 Jugendesskulturstudie 2001: Weitere Ergebnisse

Gemeinsame Familienmahlzeiten

Tabelle 18 Familienmahlzeiten: Gefallen und Teilnahme

***Einzelfallprüfungen:* Zusammenhang zwischen Häufigkeit der Teilnahme und Gefallen an der Familienmahlzeit**				
Anzahl von Schülerinnen und Schüler, die eher selten oder nie mit ihren Eltern gemeinsam essen	**Gemeinsames Essen gefällt ...**			
	... gar nicht	**... nicht so**	**... ein bisschen**	**... sehr**
essen nie gemeinsam (4)	2	1	0	1
essen höchstens 1 Mal monaltich gemeinsam (5)	0	0	3	2
essen 2- 3 Mal monatlich gemeinsam (13)	1	0	9	3

***Einzelfallprüfungen:* Zusammenhang zwischen Häufigkeit der Teilnahme und Gefallen an der Familienmahlzeit**							
Anzahl von Schülerinnen und Schüler, denen Familienmahlzeit gar nicht oder nicht so gefallen	nie	max. 1 Mal monatl.	2-3 Mal monatl.	1-2 Mal wöchentl	2-4 Mal wöchentl	1 Mal täglich	mehrmals täglich
gefällt gar nicht (7)	2	0	1	1	1	2	0
gefällt nicht so (13)	1	0	0	6	2	3	1

Wenn du viel Geld hättest, wie und was würdest du dann am liebsten essen?

Von 196 Schülerinnen und Schüler machen 18 keine Angaben, 4 schreiben „weiß nicht" und ein Schüler will „erst überlegen". Das ergibt insgesamt 173 (88,3 %) inhaltliche Angaben und 23 Mal (11,7 %) keine inhaltliche Antwort. 49 Schülerinnen und Schüler nennen ein ausgewähltes Gericht, das meist (ihr) Lieblingsgericht ist („Lieblingsgericht", „Pizza", „Schnitzel", ...). 40 Schülerinnen und Schüler wollen „wie jetzt" essen, nur einer schreibt explizit, dass er neues probieren wolle. 7 Mal wird „gesund" genannt. Insgesamt wollen 4 Schülerinnen und Schüler selbst kochen. „Mit Freunden" taucht 16 Mal, „mit Familie" 10 Mal, „zu Hause" 3 Mal auf. 10 Nennungen beziehen sich auf Fast Food, 7 Nennungen auf Ethnofood (z. B. chinesisch essen). Worte wie „teuer", „luxuriös" kommen in 23 Antworten explizit vor.

Redet ihr beim gemeinsamen Essen?

Mit 55,6 % geben mehr als die Hälfte der Befragten an, dass beim Essen ziemlich viel geredet wird. Zählt man die 25,0 % hinzu, die angekreuzt haben, dass sehr viel geredet wird, kann man sagen, dass mehr als ¾ aller Befragten beim Essen ziemlich oder sehr viel reden. Gespräche werden sowohl bei der Frage, was gefällt dir an den gemeinsamen Mahlzeiten als auch, was stört dich bei den gemeinsamen Mahlzeiten von jeweils mehr als der Hälfte aller befragten deutschen Schüler genannt. Für die meisten Schülerinnen und Schüler gehören gemeinsames Essen und miteinander reden zusammen. Geschlecht ($p = 0{,}335$) und Klassenstufe ($p = 0{,}627$) haben keinen statistisch signifikanten Einfluss, aber der besuchte Schulzweig ($p = 0{,}040$). Beim gemeinsamen Essen reden 67,3 % der Hauptschülerinnen und Hauptschüler, 70,3 % der Realschülerinnen und Realschüler, 82,5 % der Gesamtschülerinnen und Gesamtschüler und 93,6 % der Gymnasiast/innen ziemlich und sehr viel.

Tabelle 19 Sitzen bleiben nach den Familienmahlzeiten

Nach dem Essen am Tisch sitzen bleiben differenziert nach Schulzweigen					
***Bleibt ihr noch am Tisch sitzen, wenn ihr aufgegessen habt?*[252]**					
	alle Schultypen	Hauptschule	Realschule	Gesamtschule	Gymnasium
nie	14,9	12,2	29,6	17,9	7,9
selten	23,6	30,6	11,1	21,4	25,4
ab und zu	44,6	51,0	33,3	46,4	42,9
oft	16,9	6,1	25,9	14,3	23,8

(Angaben in %)

Isst du gerne mit der Familie deiner Freunde bzw. Freundinnen?

Circa die Hälfte (49 %) essen ab und zu bei der Familie ihrer Freunde. 7,7 % tun das nie und 27,6 % selten. Ein gutes Drittel aller isst selten oder nie in den Familien ihrer Freunde. Oft essen 15,8 % aller in anderen Familien. Wenn die Schülerinnen und Schüler bei anderen essen, finden ...

- 66,8 % gut, dass es einfach mal was anderes ist,
- 64,8 % gut, dass das Essen lecker ist
- 45,6 % gut, dass es interessante Gespräche gibt,
- 39,9 % gut, dass es stressfrei ist und
- 22,6 % gut, dass es gemütlich ist.
- 10,9 % finden andere Dinge gut.

Tabelle 20 Verabredungen zum Essen

***Verabredet ihr euch mit Freunden/Freundinnen zu Hause zum Essen?*[253]**				
nie	weniger als 1 Mal monatlich	mehrmals monatlich	einmal wöchentlich	mehrmals wöchentlich
32,8 %	39,0 %	19,0 %	4,1 %	5,1 %

Tabelle 21 Gesprächsthemen

Rangliste der häufigsten Gesprächsthemen			
Rangplatz	Thema	regelmäßig/oft (%)	selten/gar nicht (%)
1	Freunde, Freundinnen	70,6	29,4
2	Lehrer, Schule	65,8	34,2
3	Hobbys	64,3	35,7
4	Schulnoten	52,0	48,0
5	Sport	51,5	48,5
6	Kino-/TV-Filme	49,5	50,5
7	eigene Zukunft	43,3	56,7
8	andere Themen	37,7	62,3
9	Absprachen	35,2	64,8
10	Schulprobleme	34,2	65,8
11	Familienthemen	33,7	66,3

[252] Der besuchte Schultyp hat statistisch signifikanten Einfluss (p = 0,041). Keinen Einfluss haben Geschlecht (p = 0,911) und Klassenstufe (p = 0, 365).

[253] Geschlecht, Klassenstufe und Schulzweig haben keine statistisch signifikanten Einfluss.

Rangliste der häufigsten Gesprächsthemen			
12	sich selbst	29,1	70,9
13	Eltern	21,5	78,5
14	Lebensmittelprodukte, Werbung	17,9	82,1
15	was ich esse	14,3	85,7
16	Lebensweise von Stars	13,8	86,2
17	Rezepte	4,6	95,4
18	wie ich esse	4,1	95,9

Tabelle 22 Typische Streitthemen bei Familienmahlzeiten

Kommt es vor, dass es beim gemeinsamen Essen Streit gibt?[254]	
Streitthema	**%**
Schule	79,6
Familie	37,3
Absprachen	27,6
anderes[255]	21,4
Freunde	14,8
Freund/in	9,7

Tabelle 23 Vermeiden von Familienmahlzeiten

Vermeiden der Familienmahlzeiten differenziert nach Schularten					
Kommt es vor, dass du dich vor dem gemeinsamen Essen drückst?[256]					
	alle Schultypen	Hauptschule	Realschule	Gesamtschule	Gymnasium
nie	46,4	34,7	37,0	49,1	57,1
selten	31,1	30,6	33,3	28,1	33,3
ab und zu	19,4	26,5	21,0	22,8	6,3
oft	3,1	8,2	0,00	0,00	3,2

(Angaben in %)

[254] Geschlecht, Klassenstufe und Schulzweig haben keinen statistisch signifikanten Einfluss.

[255] Unter „anderes" führten − sofern sie sich überhaupt dazu äußerten − die Befragten politische Themen, Haustiere und Computerthemen an.

[256] Geschlecht ($p = 0{,}485$) und Klassenstufe ($p = 0{,}164$) haben keinen statistisch signifikanten Einfluss, aber der besuchte Schulzweig ($p = 0{,}023$).

Tabelle 24 Familienmahlzeiten: Nicht-Teilnahme und Gefallen

***Einzelfallprüfungen:* Zusammenhang zwischen Teilnahme und Gefallen**				
Personen, die sich oft vor gemeinsamen Mahlzeiten drücken	**Gemeinsames Essen gefällt ...**			
	gar nicht	**nicht so**	**ein bisschen**	**sehr**
Person 1	x			
Person 2		x		
Person 3			x	
Person 4			x	
Person 5			x	
Person 6		x		

Tabelle 25 Familienmahlzeiten: Teilnahme und Nicht-Gefallen

***Einzelfallprüfungen:* Zusammenhang zwischen Gefallen und Teilnahme**				
Personen, denen gemeinsame Mahlzeiten gar nicht gefallen	**Vermeiden von gemeinsamen Mahlzeiten**			
	nie	**selten**	**ab und zu**	**oft**
Person 1				x
Person 2			x	
Person 3			x	
Person 4			x	
Person 5	x			
Person 6	x			
Person 7		x		

Tabelle 26 Familienmahlzeiten: Teilnahme und Körperstatus

***Einzelfallprüfungen:* Zusammenhang zwischen Vermeiden von Mahlzeiten und Körperstatus**				
Personen, die oft Mahlzeiten vermeiden	**Geschlecht**[257]	**Alter** (Jahre)	**Körpergröße** (cm)	**Körpergewicht** (kg)
Person 1	m	14	158	70
Person 2	m	15	195	70
Person 3	m	16	179	74
Person 4	w	14	170	57
Person 5	w	14	174	57
Person 6	w	16	156	43

[257] m = männlich, w = weiblich

Tabelle 27 Verhaltensalternativen bei Hunger zu Hause

Was machst du, wenn du zu Hause Hunger bekommst?			
Verhaltensalternativen	**nie**	**selten**	**ab und zu**
warten auf gemeinsames Essen	29,1	38,8	21,9
Vorbereitetes aus dem Kühlschrank	10,9	17,1	37,8
selbst gekaufte Chips, Riegel	30,6	35,2	23,3
Snack zubereiten, Brötchen schmieren	6,2	12,3	36,9
Hunger unterdrücken	47,2	23,6	16,9
anderes: Obst wird von 11,3 % aufgeschrieben			

(Angaben in %)

Nahrungsmittelpräferenzen

Tabelle 28 Übersicht zu Nahrungsmittelpräferenzen

Übersicht über einzelne Speisen						
	... essen, weil er/sie es **mag**		... nie essen, weil es **echt peinlich** ist		... essen, weil es **andere** auch essen	
	%	**Ranking**	**%**	**Ranking**	**%**	**Ranking**
Obst	96,3	1.	3,6		31,6	
Gemüse	90,7	5.	7,8		23,8	
Fleisch	82,5	9.	8,8		21,2	
Kekse	91,8	4.	7,3		33,7	3.
Riegel	89,7	6.	6,7		30,6	
Chips	89,7	6.	5,7		33,7	3.
Döner	82,5	9.	4,7		36,8	2.
Würstchen	71,1	11.	12,4	3.	19,2	
Pizza	95,9	2.	2,1		39,9	1.
belegtes Brot	95,9	2.	4,7		31,1	
Eintopf	64,4	12.	23,8	1.	13,5	
Spiegelei	86,1	8.	14,0	2.	17,1	

Benehmen bei Tisch

Tabelle 29 Störendes Verhalten bei Tisch

Störende Verhaltensweisen bei Tisch differenziert nach Geschlecht			
Ranking: abnehmende Mittelwerte	**Mittelwert**	**... stört Mädchen ziemlich/total** (% von Geschlecht)	**... stört Jungen ziemlich/total** (% von Geschlecht)
1. rülpst	3,11	80,7	62,1
2. schmatzt	2,98	73,1	64,0
3. redet über Kalorien	2,60	54,3	55,0
4. spricht mit vollem Mund	2,57	48,4	46,6
5. leckt sich Finger ab	2,46	50,0	47,6
6. raucht während ich esse	2,38	47,3	41,2
● 7. anderes[258]	2,33	47,7	42,9
8. leckt Messer ab	2,27	45,2	34,7
9. isst schnell und hastig	2,19	39,8	34,0
10. nimmt mir etwas vom Teller	2,00	26,1	34,9
11. fängt schon mit dem Eis an, während ich noch Pizza esse	1,75	22,9	17,5
12. isst nur mit der Gabel (ohne Messer)	1,72	20,6	20,4
13. isst nur Pommes mit Ketchup	1,54	11,9	16,5
14. isst nicht auf	1,46	6,6	12,7

(Verhaltensweisen, die jeweils eher Jungen resp. eher Mädchen stören, sind grau unterlegt.)

Tabelle 30 Kalorien zählen beim Essen

Kalorien zählen bei Big Brother differenziert nach Geschlecht[259]				
	Kalorien zählen finde ich ...			
	peinlich	**total normal**	**cool**	**gesamt**
Jungen	68,3	27,7	4,0	100,0
Mädchen	56,0	38,5	5,5	100,0

(Angaben in % von Geschlecht)

[258] genannte Verhaltensweisen (geordnet nach Häufigkeit, absteigende Reihenfolge): dauerndes, lautes Reden − pubsen, schlürfen − meckern und nicht genießen − mich angucken − streiten − Jogginghose − ...

[259] Obwohl mehr Jungen (68,3 %) als Mädchen (56,0 %) Kalorien zählen als peinlich empfinden, ist der Unterschied zwischen den Geschlechter nicht statistisch signifikant (p = 0,215).

Tabelle 31 Kalorien zählen beim Essen

Kalorien zählen bei Big Brother differenziert nach Schulzweigen				
	Kalorien zählen finde ich ...			
	peinlich	**total normal**	**cool**	**gesamt**
Hauptschule	59,2	30,6	10,2	100,0
Realschule	40,7	59,3	0,0	100,0
Gymnasium	70,5	29,5	0,0	100,0
Gesamtschule	67,3	25,5	7,3	100,0
alle Schulen	**62,5**	**32,8**	**4,7**	**100,0**

(Angaben in % von Schulzweig)

Der Vergleich zwischen den Schulzweigen ergibt einen statistisch relevanten Unterschied (p = 0,006). So ist Kalorien zählen Gymnasiasten am peinlichsten mit 70,5 %. Am wenigsten peinlich empfinden Realschülerinnen und -schüler mit 40,7 % Kalorien zählen. Kein Jugendlicher aus Realschule und Gymnasium gab an, dass Kalorien zählen cool sei. Dagegen finden es 10,2 % aller Hauptschülerinnen und -schüler cool und 7,3 % aller Gesamtschülerinnen und -schüler.

Bei der Differenzierung der weiteren Verhaltensweisen nach Geschlecht, Schulzweigen und Klassenstufe, ergaben sich folgende statistisch signifikante Unterschiede. Statistisch signifikante Geschlechtsunterschiede ergab der Chi-Quadrat-Test beim Mohrrüben knabbern (p = 0,029) und Schokoriegel vertilgen (p = 0, 034). Im Einzelnen gaben 20,8 % der Jungen, aber nur 7,6 % der Mädchen an, dass Mohrrüben knabbern peinlich sei. Entsprechend fanden es 82,6 % der Mädchen und 74,3 % der Jungen total normal. 9,8 % der Mädchen (und 5,0 % der Jungen) gaben an, Möhrrüben knabbern bei Big Brother wäre cool. 20,7 % der Mädchen gaben an, dass es peinlich wäre einen Schokoriegel zu verschlingen. Bei den Jungen waren es lediglich 9,0 %. Dagegen fanden 10,0 % der Jungen das Vertilgen des Schokoriegels cool, von den Mädchen fanden das nur 4,3 %.

Unterschiede zwischen den Schulzweigen sind statistisch signifikant beim Müsli essen (p = 0,012) und Schokoriegel vertilgen (p = 0,048). So findet kein Realschülerinnen und -schüler oder Gymnasiast/in Müsli essen peinlich. 9,7 % der Gymnasiast/innen geben an, Müsli essen sei cool. Obwohl 87,8 % der Hauptschülerinnen und -schüler und 94,5 % der Gesamtschülerinnen und -schüler angaben, dass es total normal wäre bei Big Brother Müsli zu essen, finden es doch 10,2 % der Hauptschülerinnen und -schüler und 3,6 % der Gesamtschülerinnen und -schüler peinlich. Ähnlich ist das Ergebnis zu „Mohrrüben knabbern". Mehrheitlich finden es alle Schülerinnen und Schüler total normal (Hauptschule 67,3 %, Realschule 92,6 %, Gymnasium 79,0 %, Gesamtschule 80,0 %). Aber 26,5 % der Hauptschülerinnen und -schüler und 14,5 % der Gesamtschülerinnen und -schüler gaben an, Mohrrüben knabbern sei peinlich. Das finden nur 8,1 % der Schülerinnen und Schüler des Gymnasiums; davon finden aber 12,9 % finden Mohrrüben knabbern cool. Schokoriegel zu vertilgen, finden 22,4 % der Hauptschüler peinlich, 63,3 % total normal und 14,3 % cool. Von den Realschülern finden es 96,3 % total normal und keiner findet es cool. 14,5 % der Gymnasiasten findet einen Schokoriegel zu vertilgen, peinlich und 80,6 % total normal. Bei den Gesamtschülern gaben 13,0 % peinlich, 79,6 % total normal und 7,4 % cool an. Gesamtschülerinnen und -schüler wichen damit am wenigsten von den Durchschnittswerten ab.

Der Vergleich zwischen den Klassenstufen ergab beim Schokoriegel vertilgen (p = 0,015) und beim Austern schlürfen (p = 0,012) statistisch signifikante Unterschiede. 20, 4 der Schülerinnen und Schüler in der 8. Klasse finden Schokoriegel vertilgen peinlich, aber nur 7,1 % der 10. Klässler/innen. Dagegen gaben 4,6 % der Jugendlichen in der 8. Klasse und 10,7 % der in der 10. Klasse an, dass es cool sei. Normal fanden 75 % der Schülerinnen und Schüler der 8. Klasse und 82,1 % der 10. Klasse. Ähnlich ist das Ergebnis beim Austern schlürfen: Schülerinnen und Schüler in der 8. Jahrgangsstufe finden diese eher peinlich als in der 10. Jahrgangsstufe.

Bedeutungen des Körpers

Tabelle 32 Attraktivste Frauenfigur im Vergleich mit DGE Daten 1992

Bevorzugte Frauenfigur	**Ernährungsbericht 1992** (Nennungshäufigkeit in % und Rangplatz)		**Berliner Umfrage 2001** (Nennungshäufigkeit in % und Rangplatz)	
	bei Frauen	bei Männern	bei Mädchen	bei Jungen
Wespentaillen- typ (F.g)	21,9 (2. Platz)	23,7 (2. Platz)	31,2 (2. Platz)	43,9 (1. Platz)
sportlich-androgyner Typ (F.c)	38,2 (1. Platz)	31,4 (1. Platz)	36,6 (1. Platz)	28,6 (2. Platz)
extrem muskulöser Typ (F.b)	15,0 (3. Platz)	15,1 (3. Platz)	16,1 (3. Platz)	17,3 (3. Platz)
normaler Typ (F.d)	12,1 (4. Platz)	14,0 (4. Platz)	3,2 (5. Platz)	8,2 (4. Platz)
Typ „Twiggy" (F.a)	6,4 (5. Platz)	4,2 (5. Platz)	8,6 (4. Platz)	1,0 (5. Platz)

Tabelle 33 Attraktivste Frauenfigur aus Sicht der Mädchen

Attraktivste Frauenfigur differenziert nach Klassenstufe (Mädchen)										
Figurtyp	*Twiggy*	*extrem muskulös*	*sportlich-andro-gyn*	*normal*	*normal mit Bauch*	*Birnentyp*	*Wespen-taillentyp*	*vollschlank*	*oben dick, Beine dünn*	*adipös*
8. Klasse	3,8	5,7	47,2	1,9	3,8	-	37,7	-	-	-
10. Klasse	15,0	30,0	22,5	6,0	-	2,5	22,5	2,5	-	-
alle	**8,6**	**16,1**	**36,6**	**3,2**	**2,2**	**1,1**	**31,2**	**1,1**	**-**	**-**

(% von Schülerinnen der Klassenstufe)

Tabelle 34 Attraktivste Männerfigur im Vergleich mit DGE-Daten 1992

Bevorzugte Männerfigur	**Ernährungsbericht 1992** (Nennungshäufigkeit in % und Rangplatz)		**Berliner Umfrage 2001** (Nennungshäufigkeit in % und Rangplatz)	
	bei Frauen	bei Männern	bei Mädchen	bei Jungen
Sportlicher Typ (M.c)	37,3 (1. Platz)	34,3 (2. Platz)	37,6 (1. Platz)	29,9 (2. Platz)
Extrem muskulöse „Body-Builder" (M.b)	24,0 (2. Platz)	35,0 (1. Platz)	32,3 (2. Platz)	47,4 (1. Platz)
extreme Y-Form (M.d)	9,8 (4. Platz)	9,2 (3. Platz)	1,1 (6. Platz)	10,3 (3. Platz)
„statistischer Normal-mann" (M.a)	7,3 (5. Platz)	7,3 (5. Platz)	10,8 (3. Platz)	5,2 (4. Platz)
dünner Typ (M.e)	13,7 (3. Platz)	8,3 (4. Platz)	10,8 (3. Platz)	2,1 (5. PlatzI
„normal" Mann mit Bauchansatz (M.g)	2,9 (6. Platz)	3,9 (6. Platz)	0,0	2,1 (5. Platz)

Tabelle 35 Nie praktizierte Handlungsalternativen zur Figurmodellierung

Rangliste geordnet nach Häufigkeiten von Dingen (in aufsteigender Reihenfolge), die die Schülerinnen und Schüler *nie* tun!		
Rang	***Wenn ich etwas für meine Figur tun will, dann ...***	%
9.	... treibe ich Sport	7,7
8.	... bewege ich mich mehr	8,7
7.	... verzichte ich auf Dinge, die ich gerne esse	46,4
6.	... lasse ich täglich mindestens eine Mahlzeit ausfallen	52,0
5.	... esse ich mich nicht satt	59,0
4.	... mache ich eine Diät	64,3
3.	... esse ich Dinge, die ich sonst nie esse	65,1
2.	... zähle ich Kalorien	74,0
1.	... esse ich Muskelaufbaupräparate	86,2

Tabelle 36 Figurmodellierung durch Bewegung

Figurmodellierung durch Bewegung: Einfluss von Klassenstufe, Geschlecht und Schulzweig auf Bewegungsverhalten		
Ich treibe Sport, wenn ich etwas für meine Figur tun will.		
	8. Jahrgangsstufe davon Prozentanteil Mädchen/Jungen	**10. Jahrgangsstufe** davon Prozentanteil Mädchen/Jungen
Hauptschule	**59,1 %** 71,4 % Mädchen/53,3 % Jungen	**81,4 %,** 60,0 % Mächen/94,1 % Jungen
Realschule	81,8 % 66,7 % Mädchen/100,0 % Jungen	62,6 % 25,0 % Mädchen/ 75,0 % Jungen
Gymnasium	81,7 % 80,0 % Mädchen/ 83,4 % Jungen	71,4 % 90,0 % Mädchen/ 25,0 % Jungen
Gesamtschule	67,9 % 60,0 % Mädchen/ 77,0 % Jungen	75,8% 68,8 % Mädchen/ 84,6 % Jungen

(% der Schülerinnen und Schüler, die wegen der Figur oft resp. regelmäßig Sport treiben)

Elternkommentare

Wie findest du, wenn Eltern zu ihren Kindern in einer entsprechenden Situation folgendes sagen? „Iss mehr Obst und Gemüse!" (62,8 %[260])

- ✗ „Iss ordentlich!" (52,8 %)
- ✗ „Iss langsamer!" (51,5 %).
- ✗ „Du bist zu dünn!" (38,7 %)
- ✗ „Du bist zu dick!" (26,2 %)
- ✗ „Iss keine Schokolade!" (24,4 %)
- ✗ „Iss deinen Teller leer!" (14,4 %)
- ✗ „Gib dir Mühe mit deinem Aussehen, sonst mag dich keiner!" (13,4 %)
- ✗ „Iss schneller und rede nicht soviel!" (8,7 %)
- ✗ „Nebenbei essen gibt es nicht!" (8,3 %)

[260] Prozentangabe bezieht sich auf Jugendliche, die den elterlichen Kommentar gut finden.

Zwischen den Geschlechtern gibt es bei den Kommentaren zum Gewichtsstatus („Du bist zu dick!" „... zu dünn!") die Tendenz, dass Mädchen diese Kommentierungen eher ablehnen als Jungen. So finden es 69,6 % der Jungen, aber 78,5 % der Mädchen schlecht, wenn Eltern zu ihrem Kind sagen, dass es zu dick sei. Ähnlich ist es mit „Du bist zu dünn!" − so finden diesen Kommentar 55,9 % der Jungen schlecht und 67,4 % der Mädchen.

Die Aufforderung seitens der Eltern, mehr Obst und Gemüse zu essen, finden signifikant mehr Mädchen (73,1 %) als Jungen (53,4 %) gut (p = 0, 003[261]). Bei den Kommentaren zur Essgeschwindigkeit unterscheiden sich die Bewertungen von Mädchen und Jungen statistisch signifikant: Mädchen finden es eher schlecht (96,7 % der Mädchen) als Jungen (86,4 % der Jungen), wenn Eltern sagen, „Iss schneller und rede nicht soviel!" (p = 0,009[262]). Umgekehrt finden Jungen auch eher schlecht, wenn Eltern Kinder zum langsamen Essen auffordern (54,9 % der Jungen, 41,3 % der Mädchen (p = 0,040[263]). Zwar nicht statistisch signifikant, aber eine Tendenz zeigt sich im Folgenden. Mehr Mädchen (29,7 % aller Mädchen; 19,6 % aller Jungen) finden die Aufforderung „iss keine Schokolade" gut. Dagegen finden Mädchen das Verbot, nebenbei zu essen, eher schlecht. 95,6 % der Mädchen und 88,2 % der Jungen lehnen diese Kommentare ab.

Statistisch signifikante Unterschiede zwischen den Schultypen sind bei zwei Items feststellbar. Besonders gut finden nur die Gymnasiast/innen die Aufforderung, langsamer (64,5 %) und keine Schokolade (35,0 %) zu essen. Vergleicht man die Ergebnisse zwischen den Klassenstufen, so stellt sich eine deutliche Tendenz zur Bejahung des Kommentares, „Iss ordentlich!" bei den älteren Schülerinnen und Schüler heraus (60,5 % finden das in der 10. Klasse gut, aber nur 46,7 % in der 8. Klasse; p = 0,039[264]). Ebenfalls finden es mehr Schülerinnen und Schüler der 10. Klasse gut (20,9 % in der 10., aber nur 7,4 % in der 8. Klasse), wenn Eltern ihren Kindern sagen, dass sie sich mehr Mühe mit ihrem Aussehen geben sollen, weil sie sonst keiner mag. Dieser Unterschied ist statistisch signifikant (p = 0,006[265]).

Insgesamt finden mehrheitlich alle deutschen Schülerinnen und Schüler, die Aufforderungen und Aussagen von Eltern zu ihren Kindern hinsichtlich Regulierungen und Kommentaren zum Essen eher schlecht. Ausnahmen sind die Aufforderung, mehr Obst und Gemüse zu essen und Hinweise auf die Art und Weise des Essens, nämlich: „Iss langsamer resp. ordentlich!"

Tabelle 37 Übersicht zu den Elternkommentaren

Übersicht zu den Elternkommentaren		
Sagen das auch deine Eltern zu dir? (sortiert nach der Häufigkeit der Ja-Antworten)	**ja**	**nein**
„Iss mehr Obst und Gemüse!"	53,8	46,2
„Iss ordentlich!"	41,0	59,0
„Iss langsamer!"	29,6	70,4
„Du bist zu dünn!"	24,0	76,0
„Iss keine Schokolade!"	18,9	81,1
„Nebenbei essen gibt es nicht!"	17,3	82,7
„Iss deinen Teller leer!"	17,3	82,7
„Claudia Schiffer hat eine super Figur!"	14,9	85,1
„Du bist zu dick!"	13,3	86,7
„Iss schneller und rede nicht soviel!"	8,7	91,3
„Gib dir Mühe mit deinem Aussehen, sonst mag dich keiner!"	7,7	92,3
„Zlatko ist gut gebaut!"	5,1	94,9

(Angaben in %)

[261] Exakter Test nach Fisher

[262] Exakter Test nach Fisher

[263] Exakter Test nach Fisher

[264] Exakter Test nach Fisher

[265] Exakter Test nach Fisher

Tabelle 38 Elternkommentare

Elternkommentare differenziert nach Mutter und Vater (Fortsetzung Tabelle 38)		
Sagen das auch deine Eltern zu dir?	**Mutter** % der Mütter, die das sagen	**Vater** % der Väter, die das sagen
„Iss mehr Obst und Gemüse!"	49,5	22,0
„Iss ordentlich!"	32,9	26,7
„Iss langsamer!"	26,1	11,8
„Du bist zu dünn!"	20,4	11,8
„Iss keine Schokolade!"	16,3	7,7
„Nebenbei essen gibt es nicht!"	14,3	8,7
„Iss deinen Teller leer!"	12,3	8,7
„Claudia Schiffer hat eine super Figur!"	4,7	12,4
„Du bist zu dick!"	11,3	5,6
„Iss schneller und rede nicht soviel!"	5,6	4,6
„Gib dir Mühe mit deinem Aussehen, sonst mag dich keiner!"	6,2	4,1
„Zlatko ist gut gebaut!"	4,6	1,5

(Vergleich Mütter − Väter: Grau unterlegt ist jeweils höhere Prozentzahl)

Tabelle 39 Elternkommentare

Elternkommentare differenziert nach Geschlecht des Kindes		
Eltern, die das ...	**... zur Tochter sagen**	**... zum Sohn sagen**
Du bist zu dick!	14,0	12,6
Du bist zu dünn!	25,8	22,3
Gib dir Mühe mit deinem Aussehen, sonst mag dich keiner!	3,3	11,7
Claudia Schiffer hat eine super Figur!	11,8	17,4
Zlatko ist gut gebaut!	4,4	5,8

(Angaben in %)

Kommentare der Peergroup

Tabelle 40 Übersicht zu den Kommentaren der Peergroup

*Wenn Freunde/Freundinnen zusammen sind, hast du es erlebt, dass **einer zum anderen** sagt:*			
	gar nicht	selten	regelmäßig/oft
„Du isst zu viel! Hör auf, sonst wirst du fett!"	51,5	32,1	16,3
„Hör endlich auf, Süßes in dich reinzustopfen!"	53,1	34,2	12,8
„Du isst schon wieder nichts!"	36,7	36,7	24,5
„Bist du etwa schon wieder auf Diät!"	48,0	29,6	22,5

(Angaben in %)

Tabelle 41 Kommentare der Peergroup

Kommentare der Peergroup differenziert nach Geschlecht (Übersicht untergliedert in Prozentzahlen für Mädchen und Jungen[266])			
Wenn Freunde/Freundinnen zusammen sind, hast du es erlebt, dass **einer zum anderen** sagt:	gar nicht	selten	regelmäßig/oft
„Du isst zu viel! Hör auf, sonst wirst du fett!"	57,0	29,0	14,0
	46,6	35,0	18,5
„Hör endlich auf, Süßes in dich reinzustopfen!"	51,6	33,3	15,1
	54,4	35,0	10,7
„Du isst schon wieder nichts!"	22,6	39,8	37,6
	49,5	34,0	16,5
„Bist du etwa schon wieder auf Diät!"	31,2	33,3	35,5
	63,1	26,2	10,7

(Angaben jeweils in %; weißer Hintergrund = Mädchen; grauer Hintergrund = Jungen)

[266] Die Jungen geben signifikant häufiger an, gar nie oder selten erlebt zu haben, dass einer zum anderen sagt: „Du isst schon wieder nichts!" ($p < 0{,}001$) und „Bist du etwa schon wieder auf Diät!"($p < 0{,}001$).