

Geschlecht, Lebensstile und Ernährung

Jürgen Gerhards, Jörg Rössel, Claudia Beckert-Zieglschmid, Janet Bennat

1 Einleitung

Wenn es um Gesundheit geht – und insbesondere um die von Kindern und Jugendlichen – spielt die Ernährung eine zentrale Rolle. Neben Bewegungsmangel gehört eine falsche Ernährung heute bei vielen Jugendlichen zu den wesentlichen Ursachen für Gesundheitsstörungen, die häufig die Weichen für ernsthafte Erkrankungen im Erwachsenenalter stellen. Die Forschung hat gezeigt, dass es eine Vielzahl an Faktoren gibt, die das Ernährungsverhalten von Jugendlichen beeinflussen. Neben genetischen Dispositionen sind es vor allem sozial vermittelte Faktoren, die darüber entscheiden, in welchem Maße sich Jugendliche gesund ernähren. Neben dem Ernährungswissen, dem besuchten Schultypus, der Schicht- und Klassenzugehörigkeit und den praktizierten Lebensstilen, ist es das Geschlecht einer Person, das einen Einfluss auf das Ernährungsverhalten hat.¹ Monika Setzwein (2002) hat die empirischen Befunde jüngst zusammengefasst:

„Sie (die Frauen) konsumieren häufiger und mehr frisches Obst und Gemüse, Milchprodukte wie Quark und Joghurt, greifen häufiger zu Vollwertwaren und leben zu einem größeren Teil vegetarisch. Männer zeigen dagegen höhere Verzehrswerte bei energiereichen Speisen und nehmen deutlich häufiger und in größeren Mengen Fleisch, vor allem rotes Fleisch, sowie alkoholische Getränke zu sich“.

Während die deskriptiven Befunde über geschlechtsspezifische Unterschiede in der Ernährungsweise als relativ gesichert gelten können, scheinen die Ursachen für die gefundenen Differenzen und der Zusammenhang zwischen Geschlecht und anderen Faktoren, die das Ernährungsverhalten beeinflussen, noch relativ ungeklärt zu sein. Das zentrale Ziel unserer Analyse ist es zu erklären, warum sich Mädchen meist gesünder ernähren als Jungen und wie das Verhältnis zwischen Geschlecht und anderen Faktoren, die das Ernährungsverhalten beeinflussen, theoretisch und empirisch zu bestimmen ist. Dazu werden wir in einem ersten Schritt prüfen, ob sich auch in unserer Untersuchung bestätigen

1 Vgl. auch die populärwissenschaftliche Monografie von Zittlau (2002).

lässt, dass sich Mädchen gesünder ernähren als Jungen. In einem zweiten Schritt rekonstruieren wir die sozialwissenschaftliche Literatur, die eine theoretische Erklärung geschlechtsspezifischer Unterschiede des Ernährungsverhaltens versucht hat. Diese interpretiert geschlechtsspezifische Ernährungsweisen als das Resultat einer geschlechtsspezifischen Rollensozialisation: Sowohl das Wissen über Ernährung als auch die Vorstellungen eines idealen Körpers, als auch die mit Nahrungsmitteln verbundenen Bedeutungen, sind gelernte Orientierungen und Verhaltensweisen, die je nach Geschlecht unterschiedlich ausfallen und die unterschiedlichen Ernährungsweisen von Mann und Frau erklären können. Wir werden im dritten Kapitel prüfen, ob sich diese Thesen empirisch bestätigen lassen; dies geschieht unter Kontrolle von Drittvariablen, die sich als besonders erklärungskräftig erwiesen haben, nämlich der Lebensstile der Befragten. Schließlich gehen wir in einem vierten Schritt der Frage nach, ob sich die Unterschiede zwischen Jungen und Mädchen erst mit der Pubertät ausbilden und wie man die Unterschiede im Ernährungswissen und den Körpereinstellungen wiederum erklären kann.

Empirische Grundlage der Untersuchung bildet eine Befragung von Jugendlichen im Alter zwischen 13 und 17 Jahren (vgl. zur Methodik der Studie Gerhards und Rössel 2003). In einer standardisierten Befragung wurden die Verzehrsgewohnheiten der Schüler erhoben und Fragen über ihr Wissen über Ernährung, ihre Freizeitaktivitäten, ihren Freundeskreis, die Freizeitaktivitäten von Vater und Mutter und soziodemografische Merkmale des Elternhauses gestellt. Die standardisierte, schriftliche Befragung wurde 2001 in drei Leipziger Schulen (Gymnasium und Mittelschulen) durchgeführt. In allen drei Schulen wurden jeweils die Schüler der Klassenstufen 8, 9 und 10 befragt. Insgesamt wurden Schüler in 18 Klassen befragt, sodass Fragebögen von 400 Schülern vorliegen. Zusätzlich haben wir mit 25 Jugendlichen, die auch an der standardisierten Befragung teilgenommen hatten, Leitfadengespräche durchgeführt. Auf dieser Basis haben wir die Einbettung von Ernährungsverhaltensweisen in die alltäglichen Handlungsroutinen und Lebensstile der Jugendlichen dichter rekonstruiert, als dies auf der Basis einer standardisierten Befragung möglich ist.

2 Geschlechtsspezifische Unterschiede in der Ernährungsweise: deskriptive Befunde

In vielen Studien ist ein Zusammenhang zwischen Geschlecht und Ernährungsweise nachgewiesen worden. Der Verzehr von Obst, Gemüse, Milchprodukten und Vollwertkost liegt bei Frauen deutlich höher als bei Männern. Der Verzehr von Fleisch und tierischen Fetten insgesamt liegt bei Männern hingegen

höher als bei Frauen (vgl. Nationale Verzehrsstudie Kübler et al. 1994; ähnlich bei Köhler 1991; Weyrauch 1996; Roos et al. 1998). Prättälä konnte in verschiedenen Studien zu jugendlichem Ernährungsverhalten nachweisen, dass Jungen mehr Fette und Zucker zu sich nehmen (Prättälä 1988; Prättälä et al. 1988; Prättälä et al. 1986). Auch in deutschen Studien konnten ähnliche Unterschiede im Ernährungsverhalten von Jungen und Mädchen festgestellt werden (Kienzle 1988; Faber 1996). Reinhard Wittenberg kommt in seiner an Nürnberger Hauptschulen durchgeführten Studie zu dem Ergebnis, dass Jungen häufiger übergewichtig sind als Mädchen, dass Mädchen umgekehrt häufiger untergewichtig sind als Jungen (Wittenberg 1999: 38). Insofern kann man sagen, dass sich Frauen bzw. Mädchen gesünder ernähren als Männer bzw. Jungen. Wann genau sich diese Unterschiede herausbilden, ist in der Literatur allerdings umstritten.²

Wir wollen in einem ersten Schritt prüfen, ob sich auch in unserer Untersuchung bestätigen lässt, dass sich Mädchen gesünder ernähren als Jungen. Das Erkenntnisinteresse zielt dabei auf die Beschreibung und Erklärung geschlechtsspezifischer Unterschiede bezüglich einer *gesunden* Ernährungsweise ab. In Hinblick auf die Einschätzung bestimmter Arten von Ernährung als gesund haben wir uns an den Ernährungsregeln der DGE orientiert (Deutsche Gesellschaft für Ernährung 2000). Dabei muss man berücksichtigen, dass es keine grundsätzlich gesunden oder ungesunden Nahrungsmittel gibt. Es kommt auf eine vielfältige Kombination an, bei der die verschiedenen Lebensmittel in einem angemessenen Umfang genossen werden. Zunächst vergleichen wir die Maßstäbe der DGE mit den in unserer Studie festgestellten Verzehrshäufigkeiten.³

1. Möglichst mehrmals am Tag sollten Getreideprodukte – am besten Vollkornprodukte – konsumiert werden. Wir operationalisieren diese Dimension durch die Häufigkeit des Konsums von *Vollkornbrot*. Die Verzehrshäufig-

2 Einige Studien kommen zu dem Ergebnis, dass die Unterschiede in der Phase der Pubertät entstehen, in der sich verstärkt auch eine weibliche und männliche Identität herausbildet. Diese Interpretation wird zum Beispiel durch die Auswertung der Nationalen Verzehrsstudie unterstützt, in der nach Altersgruppen und Geschlecht unterschieden wurde (Kübler et al. 1994: 303). Auch Prättälä zeigt, dass sich das Ernährungsverhalten von Mädchen mit zunehmendem Alter stärker vom Ernährungsverhalten der Jungen unterscheidet (Prättälä et al. 1988). Allerdings kommt Heyer in ihrer Studie über die Ernährungsversorgung von Schülern der vierten Jahrgangsstufe zu einem anderen Resultat. Erstens zeigt sich in ihrer Untersuchung, dass bereits in dieser Altersgruppe Mädchen ein vielfältigeres und gesünderes Pausenfrühstück zu sich nehmen und zweitens, dass Jungen häufiger überwiegend ungesunde Zwischenmahlzeiten essen (Heyer 1997).

3 Es wurde die Verzehrshäufigkeit von insgesamt 42 Lebensmitteln abgefragt, wobei jede Variable fünf Ausprägungen hatte: täglich, mehrmals pro Woche, einmal pro Woche, einmal pro Monat und nie.

keit der befragten Schüler liegt weit unter den Empfehlungen, sodass eine Steigerung wünschenswert ist.

2. Die DGE betont die gesundheitsförderliche Wirkung des Verzehrs von Obst, Gemüse und Salat, die möglichst täglich oder mehrmals täglich konsumiert werden sollten. Da nur ein Teil der Schüler täglich Gemüse (27,8%), Salat (11,3%), Obst (55,3%) oder Fruchtsaft (35,5%) zu sich nimmt, ist eine Steigerung des Konsums dieser Produkte gesundheitsförderlich. Wir haben die einzelnen Indikatoren zu einem Ernährungsmuster mit dem Namen *Obst/Gemüse* zusammengefasst.
3. Fettthaltige Speisen sollten möglichst wenig konsumiert werden. Wir haben in unserer Studie einen Index von fettreichen *Snacks* gebildet (Pommes Frites, Bratwurst, Döner Kebab, Pizza, Chips und Hamburger) und folgende Verzehrshäufigkeiten gefunden: Mindestens einmal in der Woche konsumieren die Jugendlichen Pommes Frites (24,9%), Bratwurst (28,1%), Döner Kebab (29,7%), Pizza (47,7%), Hamburger (28,6%) und Chips (51,4%). Eine Verringerung des Verzehrs dieser Produkte ist also wünschenswert.
4. Zucker und Salz, das ebenfalls nur in Maßen konsumiert werden sollte, manifestiert sich in drei verschiedenen Produkten: Erstens sind vor allem die genannten *Snacks* meist ausgesprochen salzreich, zweitens findet sich Zucker in hohem Maße in *Süßigkeiten* (Schokolade, Schokoriegel, Eis, Kuchen und Teilchen) und drittens in „versteckter“ Form in den *Süßgetränken* (Cola, Limonade, Powerdrinks). Mindestens einmal in der Woche konsumieren die Schüler: Kuchen (70,3%), Schokolade (85,4%), Schokoriegel (74,5%), Teilchen (54,3%), Eis (92,8%), Cola (59,2%), Limonade (73,2%) und Powerdrinks (21,0%). Die Verzehrshäufigkeiten liegen auch hier deutlich über den Empfehlungen.
5. Alkoholische Getränke sollten gar nicht oder laut DGE selten und in geringen Mengen konsumiert werden. Dies gilt vor allem für Jugendliche. Wir konnten auf der Basis einer Faktorenanalyse ein Ernährungsmuster (*Drogen*) bestimmen, das einerseits den Alkoholkonsum (Wein, Bier, Schnaps) und andererseits das Rauchen von Zigaretten umfasst.⁴ Es zeigt sich, dass 40% der befragten Schüler rauchen und ein nicht geringer Anteil Bier (36,4%), Wein (61,1%) oder härtere alkoholische Getränke (34,1%) konsumiert.

4 Rauchen wurde durch die Menge der Zigaretten gemessen, der Konsum von Alkohol durch die Häufigkeit (täglich, mehrmals pro Woche, einmal pro Woche, einmal pro Monat, nie) verschiedener alkoholischer Getränke.

Fazit

Die Senkung des Konsums von Drogen, Snacks, Süßigkeiten und Süßgetränken sowie die Steigerung des Verzehrs von Obst, Gemüse und Salat sowie Vollkornbrot kann – unabhängig vom Geschlecht – als gesundheitsförderlich für die von uns befragten Jugendlichen betrachtet werden. Nach der Ableitung und Bestimmung der abhängigen Variablen können wir nun prüfen, ob es geschlechtsspezifische Unterschiede im Konsum dieser Lebensmittel gibt. In Tabelle 1 sind die bivariaten Zusammenhänge zwischen dem Geschlecht und dem Konsum der verschiedenen Lebensmittel abgebildet.

Tabelle 1: Bivariate Korrelation zwischen Geschlecht und gesunder Ernährung

	Geschlecht (männlich = 1)	Anzahl Fälle
Snacks	0,35***	288
Süßigkeiten	0,06	292
Fleisch	0,22***	292
Drogen	0,06	290
Süßgetränke	0,23***	293
Obst/Gemüse	-0,23***	292
Vollkornbrot	-0,10	296

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Die bivariaten Befunde sind eindeutig: Männliche Jugendliche ernähren sich weniger gesund als weibliche Jugendliche. Sie essen mehr Snacks, Süßigkeiten, Fleisch, konsumieren mehr Drogen und Süßgetränke, zugleich aber weniger Obst, Gemüse und Vollkornbrot. Dabei sind die Ergebnisse für Süßigkeiten, Drogen und Vollkornbrot nicht statistisch signifikant. Die statistischen Ergebnisse werden auch durch die Befunde der von uns durchgeführten Leitfadeninterviews unterstützt.

In den Interviews findet sich z.B. kein einziger Junge, der eine Abneigung gegen Fleisch zum Ausdruck bringt. Es wird im Gegenteil die Vorliebe für Fleisch und die Notwendigkeit von Fleischgerichten betont: „*Einmal im Monat muss es Rouladen geben.*“ (Interview 358: 6). Allein in den Mengenangaben zeigt sich bei diesem Schüler die Wichtigkeit von Fleisch: So werden für ihn und seinen Vater gleich zwanzig Rouladen auf Vorrat gebraten, bei der Familienfeier werden zwei ganze Schweine zubereitet:

„Das eine Mal gab es Schweinebraten, ein ganzes Schwein, davon aber zweie, bei siebzig Mann. Das eine ist total alle geworden, das andere war bloß noch der Kopf da.“ (ders.: 18f.).

Auch andere Schüler betonen enthusiastisch die Bedeutung von Fleisch, vor allem für das Mittagessen am Wochenende:

„Manchmal gibt's auch, so, sehr Schönes, da macht meine Mutter zum Beispiel schönes Fleisch und noch andere Sorten von Fleisch, das meine Schwester dann mag.“ (Interview 245: 4).

Hier kommt nicht nur die eigene Vorliebe für Fleisch zum Ausdruck, sondern auch der innerfamiliäre geschlechtsspezifische Unterschied im Hinblick auf den Fleischverzehr. Dieser lässt sich aus den Leitfadengesprächen nicht nur für die Generation der Schüler, sondern auch für die Elterngeneration erschließen. So wird vor allem dann Fleisch gegessen, wenn die Väter kochen, und mit Rücksicht auf die Väter wird Fleisch angeboten:

„Und mein Vati isst halt trotzdem gerne noch Fleisch und deswegen gibt's halt meistens, ... ein bisschen Fleisch oder so, damit mein Vati halt auch ein bisschen auf seine Kosten kommt.“ (Interview 236: 4).

Bei den befragten Mädchen kommt dagegen häufig eine Abneigung gegenüber Fleisch und eine Vorliebe für leichte Kost zum Ausdruck; vor allem wird an die in den Lebensmitteln enthaltenen Kalorien gedacht:

... es ist auch wieder so ein bisschen dieses Kaloriendenkendahinter" (Interview 236: 6). „Ich esse bewusst weniger.“ (Interview 183: 6) „Aber ich versuche, Fleisch zu meiden, das ist nicht so mein Fall, so viel Fett dran und so. Wenn ich das so sehe, die Tiere, was da alles so drin ist – dann doch nicht so.“ (Interview 146: 4)

Derartige Äußerungen, die auf eine kontrollierte, kalorienarme und fettarme Ernährung hinauslaufen, finden sich durchweg nur bei den von uns interviewten Mädchen.

3 Geschlechtsspezifisches Ernährungsverhalten: Theoretische Perspektiven

Die genannten Unterschiede hinsichtlich der Variable "Geschlecht" lassen offen, welche sozialen Mechanismen zu diesen Differenzen im Ernährungsverhalten zwischen Männern und Frauen führen und wie diese theoretisch zu erklären sind. Geschlecht ist letztendlich keine im engeren Sinne erklärende soziologische Kategorie und muss aufgelöst werden in Bedingungsfaktoren, die „hinter“ Geschlecht lagern. Bezüglich der Erklärungskraft der Variable Geschlecht gilt das gleiche Argument, das Hedström und Swedberg für die Variable "soziale Klasse" ausgeführt haben: „A statistical effect of a class variable in contexts like these is essentially an indicator of our inability to specify properly the underlying

explanatory mechanisms. The worse we do in specifying and incorporating the actual generative mechanisms into the statistical model, the stronger the effect of the class variable will appear to be.“ (Hedström und Swedberg 1998:11). Die Frage ist nun, welche Faktoren geschlechtsspezifische Unterschiede im Ernährungsverhalten aus sozialwissenschaftlicher Perspektive erklären können.

3.1 Ungleiche Verfügung über Ressourcen

Nahrungs- und Genussmittel sind Ressourcen, die zur Erhaltung des Körpers und zur Reproduktion der Arbeitskraft erforderlich sind. Die Verfügung über Nahrungsmittel war historisch häufig innerhalb von Haushalten ungleich verteilt. Nährstoffreichere und fetthaltigere Lebensmittel kamen meist den Personen in größerem Maße zu, die in höherem Maße mit (Macht-) Ressourcen ausgestattet waren, und das waren meist männliche, erwachsene Personen. In historischen und anthropologischen Studien ist eine solche ungleiche und geschlechtsspezifische Verteilung von Nahrungsmitteln in Haushalten nachgewiesen worden (Elias 1997; Marquardt 2000; Harris 1995). Auch in gegenwärtigen Gesellschaften lassen sich noch Hinweise auf eine solche Ungleichverteilung feststellen (Charles und Kerr 1986; Kerr und Charles 1986; Frerichs 2000). Insbesondere Bourdieu stellte fest, dass in unteren Klassen die geschlechtsspezifische Verteilung der Speisen stark ausgeprägt ist; diese Ungleichverteilung nimmt mit steigender Klassenlage ab (Bourdieu 1987).

Insgesamt scheint uns aber eine Erklärung von geschlechtsspezifischen Ernährungsweisen durch Unterschiede über die Verfügung über Ressourcen kaum noch angemessen zu sein und dies aus zwei Gründen. Erstens sind die Ernährungsgewohnheiten von Männern nicht eindeutig mit höheren monetären Aufwendungen verbunden, wie z.B. der höhere Konsum von Obst und Gemüse durch Frauen deutlich macht. Zweitens konnten wir in unseren Analysen nicht feststellen, dass in sozial schwachen Haushalten, in denen die Ressourcenausstattung geringer ist, die geschlechtsspezifischen Unterschiede größer sind, als in ressourcenstarken Haushalten. Diese Ergebnisse lassen vermuten, dass das Ernährungsverhalten in gegenwärtigen Gesellschaften weniger durch die Ressourcenausstattung der Akteure, sondern durch sozialisationsvermittelte Einstellungen und Rollenbilder erklärt werden können.

3.2 Sozialisation von geschlechtsspezifischen Einstellungen und Rollen

Die Sozialisationstheorie geht davon aus, dass insbesondere in der Jugendphase die Suche nach der Identität im Vordergrund des Entwicklungsprozesses der Individuen steht (Reinders 2002). Die Ausbildung dieser Identität verläuft entlang zweier sozialisatorischer Prozesse. Zum einen ist das die Vergesellschaftung bzw. „Integration“. Während dieser erlernt der Heranwachsende legitime Normen und Verhaltensmuster wie auch Rollen zu übernehmen, um in der Umwelt interagieren zu können und eine soziale Identität auszubilden. Zum anderen ist das die „Individuierung“: Sie führt zur Entwicklung einer individuellen Persönlichkeitsstruktur bzw. personaler Identität. Für den Aufbau dieser personalen Identität ist vor allem eine Kontinuität im Selbsterleben durch Reaktionen Dritter wichtig. Und diese Kontinuität erreichen Jugendliche u.a. auch durch den Rückgriff auf stereotype Handlungsmuster, die in die eigene Definition des Geschlechts eingehen (Hurrelmann 1990; Hurrelmann 1999). Durch beide Prozesse werden die legitimen und normativen Vorstellungen der Geschlechteridentität und Körpervorstellungen über Generationen hinweg vermittelt. Sie gehen zum einen in die eigene Definition der Geschlechtsidentität (Individuierung) ein und steuern zum anderen adäquates normkonformes Geschlechtsverhalten (Integration).

Drei Faktoren der Sozialisation und Identitätsentwicklung sind besonders relevant, um geschlechtsspezifische Ernährungsweisen zu erklären:

- a. Zum Ersten lassen sich die geschlechtsspezifischen Ernährungsweisen mit Rekurs auf die Semiotik von Nahrungsmitteln erklären. Diese Semiotik verweist auf die mit bestimmten Nahrungsmitteln einhergehenden Bedeutungen. So sind einige Nahrungsprodukte in unserer Gesellschaft eher mit einer weiblichen, andere eher mit einer männlichen Identität assoziiert; dieser Zusammenhang wird im Sozialisationsprozess vermittelt. Mit Fleisch z.B. verknüpfen sich Assoziationen von Kraft und Potenz. Mit dem Konsum von Fleisch können sich die männlichen Jugendlichen auch den mit dem Fleisch verbundenen Bedeutungshof aneignen und zum Aufbau einer männlichen Identität benutzen (vgl. Prahl und Setzwein 1999: 79). Der umgekehrte Sachverhalt gilt für Obst und Gemüse. Die Leichtigkeit und Frische der Produkte lässt sich zum Aufbau einer weiblichen Identität instrumentalisieren, die in unserer Gesellschaft als zart und empfindsam codiert ist.
- b. Zum Zweiten kann die Sozialisation von Körperbildern und Gesundheitsaspekten geschlechtsspezifische Unterschiede erklären helfen (Köhler 1991; Roos et al 1998): So sind Frauen in unserer Gesellschaft in sehr viel

stärkerem Maße als Männer dazu aufgefordert, einen schlanken Körper zu haben (vgl. Prahl und Setzwein 1999: 77); die Idee eines gesunden und gepflegten Körpers ist ebenfalls stärker im Identitätsbild der Frauen verankert als in dem der Männer.

- c. Zum Dritten werden im Sozialisationsprozess den Mädchen und Jungen gesellschaftlich unterschiedliche Konzepte des Umgangs mit Nahrung vorgegeben. So werden Mädchen auch heute noch in stärkerem Maße als Jungen mit der Auswahl und Zubereitung von Lebensmitteln vertraut gemacht, da die Hausarbeit auch gegenwärtig überwiegend die Domäne der Frauen darstellt. Damit verbunden ist ein grundlegend größeres Wissen über Ernährung und eine stärkere Kenntnis der Vor- und Nachteile bestimmter Lebensmittel.

Wir vermuten also, dass a) die geschlechtsspezifischen Bedeutungen von Lebensmitteln, b) das Wissen um die Ernährung sowie c) die Gesundheits- und Körpereinstellungen sozialisationsbedingt für Männer und Frauen unterschiedlich sind. Diese Faktoren konstituieren u.a. eine geschlechtsspezifische Identität. Und diese Geschlechtsrollenidentität steuert das Ernährungsverhalten so, dass die Geschlechterunterschiede zutage treten. Folgt man dieser Perspektive, kann man erwarten, dass Frauen sich vor allem deshalb gesünder ernähren, weil sie zum einen mehr Wissen über Lebensmittel haben, zum anderen in stärkerem Maße auf die Schlankheit und Gesundheit ihres Körpers achten und schließlich den Lebensmitteln andere Bedeutungen zuordnen.

4 Die Determinanten geschlechtsspezifischer Ernährungsweisen

4.1 Der Einfluss von Wissen und Körpervorstellungen: Operationalisierungen

Wir wollen im Folgenden prüfen, ob wir die geschlechtsspezifischen Unterschiede im Ernährungsverhalten auf die Wissensunterschiede zwischen den Geschlechtern, die unterschiedlichen Körpervorstellungen und auf die geschlechtsspezifischen Bedeutungen von Lebensmitteln zurückführen können.

1. Ernährungswissen: Das Ernährungswissen der Schüler wurde mithilfe eines kleinen Tests erfragt. Daraus haben wir eine Variable mit dem Namen *Ernährungswissen* gebildet, die auf 15 Wissensfragen zur Ernährung basiert. Für jede richtige Antwort haben die Schüler einen Punkt erhalten, sodass sie zwischen 0 und 15 Punkten erreichen konnten. Tatsächlich haben eine Reihe von Schülern keinen einzigen Punkt, die Maximalzahl von 15 Punkten wurde von keinem Schüler erreicht, dafür lagen aber immerhin 4 Schüler bei 13 bzw. 14 Punkten.

2. Körper und Gesundheitsbewusstsein: Wir haben mehrere Fragen gestellt, die die Bedeutsamkeit von Einstellungen für das Ernährungsverhalten erheben sollten. Dazu gehört die Bedeutung des Gesundheitsaspektes bei der Bewertung des Ernährungsverhaltens. Diese Dimension wurde mit der Frage erhoben: „Was findest Du am Essen besonders wichtig: Essen muss gesund sein“. Die Variable hatte fünf Ausprägungen (von „sehr wichtig“ bis „sehr unwichtig“). Die Wichtigkeit eines schlanken Körpers haben wir mithilfe einer Skala, die sich aus zwei Fragen zusammensetzt, erhoben. Einerseits wurde die Angst vor dem Zunehmen und andererseits das Gefühl zu dick zu sein abgefragt (Cronbach's alpha: 0,89).

Wir haben dann den Zusammenhang zwischen Geschlecht einerseits und dem Ernährungswissen und dem Gesundheits- und Körperbewusstsein andererseits analysiert. Das Ergebnis bestätigt unsere theoretischen Vermutungen: Mädchen sind im Hinblick auf die Ernährung gesundheitsbewusster ($r = 0,21^{***}$), sie sind weitaus stärker an einem schlanken Körper orientiert ($r = 0,43^{***}$) und wissen auch mehr über Ernährung ($r = 0,21^{***}$).

Wir prüfen in einem zweiten Schritt (Kap. 3.3), in welchem Maße das Ernährungswissen und das Körper- und Gesundheitsbewusstsein eine gesunde bzw. ungesunde Ernährungsweise beeinflussen. Wir gehen von der Erwartung aus, dass sich die Erklärungskraft der Variable Geschlecht auf das Ernährungsverhalten merklich reduzieren müsste, wenn man die genannten Größen in die Regressionsanalyse aufnimmt. Darüber hinaus sollen aber auch die Lebensstile der Schüler berücksichtigt werden, da sich diese als die wichtigsten Determinanten des Ernährungsverhaltens in dieser Altersgruppe erwiesen haben (Gerhards und Rössel 2002; 2003).

4.2 Lebensstile als Determinanten des Essens: Operationalisierungen

Wir haben an anderer Stelle gezeigt, dass die Lebensstile der Befragten einen guten Prädiktor für gesunde bzw. ungesunde Ernährungsweisen darstellen (Gerhards und Rössel 2002); insofern haben wir die Lebensstile der Jugendlichen als Kontrollvariable in die Analyse aufgenommen.

Einer der einflussreichsten Versuche der Gliederung von Lebensstilen stammt von Gerhard Schulze aus seiner Studie über die Erlebnisgesellschaft (Schulze 1992). Schulze bezeichnet die Präferenzmuster als alltagsästhetische Schemata. Er unterscheidet bekanntlich drei typische inhaltliche Muster: Erstens das *Hochkulturschema*, welches z.B. durch den Besuch von klassischen

Konzerten, das Lesen von Literatur oder das Schauen von Informationssendungen im Fernsehen gekennzeichnet werden kann. Die hier genannten Freizeitaktivitäten weisen einen gewissen Komplexitätsgrad auf und sollen idealerweise kontemplativ genossen werden. Davon grenzt sich das *Trivialschema* ab, das sich eher an Harmonie und Gemütlichkeit orientiert. Es schließt Aktivitäten wie das Hören von Volksmusik und Schlagern, das Lesen von Groschenromanen und die Beteiligung an Kaffeefahrten ein. Entsprechen diese beiden Schemata noch dem traditionellen Gegensatz von Hoch- und Trivialkultur, so hat sich in den letzten Jahrzehnten ein drittes Schema etabliert, das *Spannungsschema* (vgl. Müller-Schneider 1994). Damit sind Aktivitäten wie der Kino- und Konzertbesuch, Präferenzen für Actionfilme und Rockmusik gemeint.

Wir haben uns in unserer Vorgehensweise in einem ersten Schritt an diesen Schemata von Schulze orientiert. In der standardisierten Befragung der Jugendlichen wurden zahlreiche Fragen nach den Lebensstilen der Eltern und nach den Lebensstilen der Schüler gestellt⁵; wir haben die Vielzahl der Informationen über die Häufigkeit einzelner Freizeitverhaltensweisen zu komplexeren Variablen zusammengefasst. Folgende unterscheidbare Lebensstile lassen sich empirisch bestimmen:

Wir finden keine Hinweise auf die Existenz eines Trivialschemas unter den Jugendlichen. Dies ist insofern nicht überraschend, da Schulze eine Orientierung am Trivialschema vorwiegend bei älteren, weniger gebildeten Personen hat finden können und jugendkulturelle Stile gerade im Gegensatz zu den „spießigen“ Lebensstilen der älteren Bevölkerung entstanden sind (Zinnecker 1987).⁶ Das von Schulze beschriebene *Hochkulturschema* findet sich hingegen bei den Schülern in ausgeprägter Form. Aktivitäten wie Bücher lesen, ins Theater gehen, Musizieren und klassische Musik hören, fallen unter diese Freizeitorientierung. Es ist naheliegend, dass auch das Spannungsschema sich als Lebensstilorientierung bei den von uns befragten Jugendlichen findet. Allerdings zeigen unsere empirischen Analysen, dass es ratsam ist, zwei Unterfälle zu differenzieren. Wir unterscheiden entsprechend zwischen einem *außerhäuslichen* und einem *innerhäuslichen Spannungsschema*: Ersteres ist vor allem auf spannungsorientierte Freizeitaktivitäten außerhalb des Hauses gerichtet. Es umfasst Aktivitäten wie in die Disco gehen, mit Freunden rumhängen, Bummeln, in die Kneipe gehen, Jugendclubs besuchen, zum Imbiss bzw. ins Kino gehen,

5 Gefragt wurde nach der Häufigkeit des Praktizierens der Freizeitaktivitäten: Die jeweilige Variable hatte sieben Ausprägungen: täglich, mehrmals pro Woche, einmal pro Woche, mehrmals pro Monat, einmal pro Monate, ein oder mehrmals im Jahr und nie.

6 Diese Distanz lässt sich am Beispiel der Vorliebe für deutschen Schlager sehr deutlich demonstrieren. Trotz eines gewissen Schlagerrevivals unter Jugendlichen in den letzten Jahren, bekunden in unserer Umfrage weniger als 5% der befragten Jugendlichen eine Neigung zum deutschen Schlager.

Rock, Pop oder Techno hören. Das zweite Schema bezieht sich auf spannungsorientierte Aktivitäten, die im Haus ausgeübt werden, wie z.B. Musik hören, Videos gucken, Computer spielen, Zeitschriften sowie Comics lesen und im Internet surfen.

Man hätte erwarten können, dass Fernsehen ein Bestandteil des innerhäuslichen Spannungsschemas ist. Dies ist empirisch aber nicht der Fall. Die Fernsehdauer am Wochenende und in der Woche konnte weder diesem noch einem anderen Lebensstilschema zugeordnet werden. Insofern und angesichts der erheblichen Dauer dieser „Aktivität“ ist es gerechtfertigt, dieses als eigenes Lebensstilschema – *Fernsehschema* – zu betrachten.

Auch die Sportpräferenzen der Jugendlichen lassen sich nicht unter die drei Schemata von Schulze subsumieren, sodass wir ein eigenes Schema mit dem Namen *Sportschema* gebildet haben. Es beinhaltet folgende Aktivitäten: Sport treiben, Sportveranstaltungen besuchen, Mitglied im Sportverein und Anzahl der Tage im Verein.

Die unterschiedenen fünf Lebensstilschemata erweisen sich nach statistischen Kriterien als ausreichend homogen und sind zugleich auch nicht weiter reduzierbar. Die Werte für Cronbach's alpha liegen zwischen 0,61 und 0,79.⁷

Auch für die Lebensstile haben wir geprüft, ob es geschlechtsspezifische Unterschiede gibt: Mädchen präferieren eher das Hochkulturschema ($r = -0,13^{**}$), während Jungen häufiger das innerhäusliche Spannungsschema ($r = 0,27^{***}$), das Fernsehschema ($r = 0,14^{***}$) sowie das Sportschema ($r = 0,12^{**}$) bevorzugen. Im Hinblick auf das außerhäusliche Spannungsschema gibt es keine Unterschiede zwischen Mädchen und Jungen. Wir vermuten, dass die geschlechtsspezifischen Lebensstilpräferenzen helfen können, die Geschlechtsunterschiede in der Ernährung zu erklären.

4.3 Einfluss der Determinanten auf den Verzehr der verschiedene Produktgruppen: Ergebnisse

Tabelle 3 gibt nun die Ergebnisse von sieben Regressionsanalysen wieder, in denen die Ernährungsweisen die abhängigen Variablen bilden. Als erklärende Variablen wurden die fünf erläuterten Lebensstildimensionen, Gesundheits- und Körpereinstellungen und das Wissen um Ernährung und schließlich die Ressourcenausstattung (Taschengeld und zusätzliches Einkommen) sowie natürlich das Geschlecht der Schüler berücksichtigt. Präsentiert werden hier nur

7 a) Außerhäuslich-spannungsorientiertes Schema: Cronbach's α : 0,68. b) Häuslich-spannungsorientiertes Schema: Cronbach's α : 0,61. c) Hochkulturelles Schema: Cronbach's α : 0,72. d) Sportschema: Cronbach's α : 0,75. e) Fernsehschema: Cronbach's α : 0,79.

die Modelle mit den statistisch signifikanten Variablen und zum Vergleich noch einmal die bivariaten Korrelationen zwischen dem Geschlecht und den sieben Ernährungsdimensionen.

Betrachtet man die Ergebnisse im Überblick, so zeigt sich in vier von sieben Fällen eine deutliche Reduktion des statistischen Effekts der Variable Geschlecht auf die jeweilige abhängige Variable.

Beim Verzehr von *Snacks* lässt sich fast eine Halbierung des kräftigen geschlechtsspezifischen Unterschieds feststellen. Dieser geht fast vollständig auf die ernährungsrelevanten Einstellungen zurück. Zugleich wird aber auch deutlich, dass die Lebensstile einen Einfluss auf dieses Ernährungsverhalten haben.

Auch beim Verzehr von *Obst und Gemüse* findet sich eine Verringerung der geschlechtsspezifischen Unterschiede; auch diese geht auf die Einstellungs-differenzen zurück. Gleichzeitig wird der Verzehr von Obst und Gemüse durch einen sportorientierten Lebensstil und einen fernsehorientierten Lebensstil beeinflusst.

Ein geringfügiger Rückgang der Erklärungskraft von Geschlecht ist auch beim *Fleischkonsum* festzustellen. Dieser ist auf die Ressourcenausstattung und einen häuslichen spannungsorientierten Lebensstil zurückzuführen, wobei die Einstellungen hier weniger relevant sind.

Eine deutliche Ausnahme vom restlichen Muster stellen der Konsum von alkoholischen Getränken und das Zigarettenrauchen dar (hier unter dem Begriff *Drogenkonsum* zusammengefasst). Es zeigt sich – unter Kontrolle der anderen Variablen – sogar ein deutlicher Anstieg der geschlechtsspezifischen Unterschiede. Die zentrale Determinante für dieses Verhalten ist ein außerhalb des Hauses geführter spannungsorientierter Lebensstil. Zudem zeigt sich, dass Jugendliche mit einer starken Orientierung an einem schlanken Körper häufiger Drogen konsumieren als andere. Dieser Drogenkonsum kann im Zusammenhang mit dem für die Jugendphase typischen abgrenzenden Verhalten interpretiert werden. Ähnlich wie eine ausgeprägte Körperorientierung, verhilft es den Jugendlichen zu Anerkennung der eigenen Persönlichkeit durch die Peergruppe aber auch durch die Eltern – selbst – bzw. gerade auch dann, wenn die Jugendlichen damit Normen brechen.

Tabelle 2: Lineare Regression: Erklärung geschlechtsspezifischer Unterschiede im Ernährungsverhalten⁸

	Snacks	Obst/ Gemüse	Fleisch	Drogen	Süßgetränke	Süßig- keiten	Vollkorn- brot
Geschlecht bivariat	0,35***	-0,23***	0,22***	0,06	0,23***	0,06	-0,10
Geschlecht	0,18**	-0,16**	0,19**	0,18**	0,11*	---	---
Körper- einstellung	-0,16**	---	---	0,16**	---	0,35***	---
Ernährungs- wissen	-0,15**	0,14*	---	---	-0,15**	---	---
Gesundheits- einstellung	-0,10**	0,33***	0,14*	-0,24***	-0,14**	---	0,12*
Hochkultur	-0,14**	---	---	---	-0,22***	---	0,21**
Sport	---	0,18***	---	---	---	---	---
Fernsehen	---	-0,15**	---	---	0,13*	---	-0,21**
Spannung außer Haus	0,20**	---	---	0,47***	0,27***	0,31***	---
Spannung im Haus	0,20***	---	0,17**	-0,15**	0,17**	---	---
Taschengeld	0,16**	---	---	---	0,10*	---	---
Sonstiges Einkommen	---	---	0,18**	0,12*	---	---	---
Korrigiertes R ²	0,34	0,26	0,11	0,39	0,38	0,18	0,13
Anzahl Fälle	288	292	292	290	293	292	296

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Wiederum eine kräftige Reduktion des geschlechtsspezifischen Unterschieds kann man beim Konsum von *Süßgetränken* feststellen, wobei diese sowohl auf die Lebensstile als auch auf die Ernährungseinstellungen zurückzuführen ist.

Sowohl beim Verzehr von *Süßigkeiten* als auch von *Vollkornbrot* verringern sich die Effekte des Geschlechts unter Kontrolle der erklärenden Variablen.⁹

8 Im Sinne einer leichteren Verständlichkeit und um die Tabellen nicht zu unübersichtlich werden zu lassen, haben wir hier die standardisierten Regressionskoeffizienten präsentiert, da diese sich in ihrer Aussage nicht von den eigentlich methodisch gebotenen unstandardisierten Regressionskoeffizienten unterscheiden (Geschlecht: männlich = 1).

Geschlechtsunterschiede des Süßigkeitenkonsums werden zum einen erklärt durch einen förderlichen spannungsorientierten Lebensstil und zum anderen durch die Körpereinstellung, die hinderlich wirkt. Für den Verzehr von Vollkornbrot ist ein hochkulturorientierter Lebensstil förderlich, ein außerhäuslicher Spannungsstil hinderlich und die positiven Gesundheitseinstellungen (in sekundärem Maße) wiederum förderlich. Die quantitativen Ergebnisse spiegeln sich in den Leitfadengesprächen und lassen sich mit diesen illustrieren.

Insbesondere Mädchen haben ein ausgeprägtes Wissen über gesunde Ernährungsweisen:

„Und ich mach mir dann halt immer mein Müsli, Milch oder Joghurt oder Früchte mach ich dann halt immer mit rein. Mehr aber nicht, weil in der Schule ess' ich dann noch ne Schnitte oder Obst oder irgendwie so was. (...) Und in der Woche leg ich halt auch Wert drauf, dass schon en bisschen was dabei ist, was gesund ist und dass ich am Tag auch was damit anfangen kann. Das es nicht irgendwie so en 08/15 Frühstück ist, deswegen auch Müsli und so. (...) Zweitens weiß ich, dass es gesund ist und dass dort auch ziemlich viele Vitamine, Nährstoffe drin sind, ja.“ (Interview 199: 2).

Diese Schülerin ist gesundheitsbewusst und weiß, welche Nahrungsmittel gesund bzw. schädlich sind. Dementsprechend gehören zu ihrer Nahrungspalette Obst, Gemüse, Vollkorn- und Milchprodukte. Auch ihre folgende Äußerung bringt ihr Gesundheitsbewusstsein und Wissen wie auch die Ablehnung ungesunder Nahrung zum Ausdruck:

„Aber so jetzt, irgendwie jetzt zu Mc Donalds würd ich auf keinen Fall. Fast Food und so was, da sag ich generell nein. ...Und es sollt auch nicht so was ein, wovon ich genau weiß, da ist was drin, Farbstoffe oder Phosphor und Geschmacksverstärker und so en Zeug und Aroma, also das finde ich dann auch nicht so gut.“ (Interview 199: 5). Die Einstellung und das Wissen um gesunde Ernährungsweisen wurden der Schülerin durch die Mutter vermittelt, sie sagt an andere Stelle: „Also, Mama, die achtet schon sehr drauf, dass es Gesundes gibt, insofern brauch ich mir da nicht groß en Kopf machen.“ (Interview 199: 5).

Auch das Körperbewusstsein und die Vorstellung von einem gesunden Körper scheint bei Mädchen stärker ausgeprägt zu sein als bei Jungen. Das folgende Beispiel zeigt, wie diese Vorstellungen auf den männlichen Partner (erfolgreich) übertragen werden:

„Mein Freund hat früher immer noch so Bratwürste, (...) und hat sich diese übelst fetten Bratwürste geholt und das ist so eklig. Und nachdem ich ihm erzählt hab', dass mehr und mehr sein Waschbrettbauch schwindet, hat er das auch aufgegeben und hat mir ganz stolz erzählt, dass er auch keine Chips und so was mehr isst.“ (Interview 236: 7).

9 Unter Kontrolle der im besten Modell berücksichtigten Variablen liegt der standardisierte Regressionskoeffizient für das Geschlecht im Falle der Zwischenmahlzeiten 0,05 und beim Vollkornbrot ebenfalls bei -0,05.

Anders sehen die Vorlieben und die Essens- und Körper Einstellungen bei den Jungen aus. Das zeigt sich in der Vorliebe zum Fleisch im Allgemeinen sowie bei der Zubereitung von Fleischgerichten, die oft von den Vätern vorgenommen wird. In der folgenden Aussage eines Jungen wird nicht nur die semiotische Perspektive sichtbar:

„Also ich bin eigentlich nicht so gesundheitsbewusst, dass ich jetzt äm, unbedingt drauf jetzt bestehe jetzt Gemüse oder was anderes zu essen, was gesund ist. Da hab ich mich erst letztes mit meinem Freund drüber unterhalten. Also, wenn ich wählen könnte zwischen nem Broccoliauflauf und nem schönen Steak, dann würde ich mich bestimmt fürs Steak entscheiden.“ (Interview 342: 7).

Auch bei anderen Schülern zeigt sich, dass die „leichten“ Nahrungsmittel – eher typisch weiblich – von der Mutter zubereitet werden und der Vater für die Zubereitung des Fleisches verantwortlich ist. Ein Schüler äußert:

„Das ist unterschiedlich, meine Mutter die macht meistens, wenn’s Nudeln gibt oder Pizza oder Auflauf oder so, das macht sie. Und mein Vater, der macht eigentlich meistens das Fleisch.“ (Interview 335: 8).

Eine Schülerin meint:

„Schweinebraten oder so was, dann gibt’s dazu entweder Rotkraut, Erbsen, Möhren. Also, das macht dann aber auch mein Papa. (...) Also Fleisch brauch ich schon. Und vor allen Dingen, es schmeckt so lecker, wenn mein Papa kocht.“ (Interview 199: 8,9, weiblich).

Und eine weitere Schülerin weiß, wenn der Vater kocht, dann gibt es Fleisch:

„Also, am Wochenende kocht meistens mein Papa, weil der auch ziemlich gut kochen kann. (...) Und da gibt’s dann meistens sonntags auch so Fleisch.“ (Interview 351: 4).

Bilanzieren wir die Ergebnisse unserer Analyse: Wir können einen relativ hohen Anteil der geschlechtsspezifischen Unterschiede im Ernährungsverhalten durch die theoretisch begründeten Variablen auflösen bzw. erklären. Wir hatten gesehen, dass Jungen und Mädchen zum Teil unterschiedliche Lebensstile präferieren: Mädchen sind stärker hochkulturorientiert, die Jungen stärker sport-, fernseh- und spannungsorientiert (innerhäusliche Spannungsorientierung). Mit den Lebensstilen sind unterschiedliche Vorlieben für gesunde bzw. ungesunde Lebensmittelprodukte verbunden, sodass ein Teil der Geschlechtsunterschiede in der Ernährungsweise auf die von den Geschlechtern unterschiedlich bevorzugten Lebensstile zurückzuführen sind.

Weiterhin hat sich gezeigt, dass neben dem Ernährungswissen das Gesundheits- und Schlankheitsbewusstsein tatsächlich in stärkerem Maße zur weiblichen als zur männlichen Rollenidentität gehört und die gesündere Ernährungsweise der Mädchen erklären helfen kann. Schließlich erweisen sich insbesondere für die Jungen die aus semiotischer Perspektive relevanten geschlechtsspezifischen Bedeutungen von Nahrungsprodukten als einflussreich. Unabhängig von anderen Faktoren lässt sich bei Jungen eine Präferenz für die als

männlich geltenden Lebensmittel Fleisch und Alkohol zeigen. Schwächer, aber feststellbar, findet sich bei den Mädchen eine Präferenz für die als weiblich geltende Gruppe Obst/Gemüse. Die eindeutige Zuschreibung von geschlechtsspezifischen Bedeutungen gilt aber nur für diese begrenzte Gruppe von Nahrungsmitteln, weniger für Vollkornbrot und Süßigkeiten.¹⁰

Die Gesundheits- und Körpereinstellungen, das (Alltags-)Wissen wie auch die Bedeutungen von Lebensmitteln werden durch Sozialisationsprozesse vermittelt. Die Handlungsrelevanz dieser Determinanten lässt sich auf die handlungsleitende Suche nach der eigenen Identität von Jugendlichen zurückführen. Die eigene Weiblichkeit oder Männlichkeit zu demonstrieren, gelingt den Jugendlichen durch den Rückgriff auf die legitimen und bekannten Stereotype, die hinter den genannten Determinanten liegen und im Sozialisationsprozess vermittelt werden.¹¹ Wir wollen im Folgenden prüfen, ob sich die geschlechtsspezifischen Unterschiede im Ernährungsverhalten und in den Einstellungen erst in der Sozialisation und vor allem in der Pubertät ausbilden (4.1); weiterhin gehen wir der Frage nach, ob man die Ernährungseinstellungen, die ja vor allem die geschlechtsspezifischen Ernährungsweisen erklären, selbst wiederum auf das Elternhaus der Kinder und die Schule als die dominanten Sozialisationsinstanzen zurückführen kann (4.2).

5 Die Entwicklung geschlechtsspezifischer Ernährungseinstellungen und deren Erklärung

5.1 Entwicklung geschlechtsspezifischer Ernährungsweisen und Einstellungen

Sozialisierungstheorien gehen davon aus, dass sich geschlechtsspezifische Identitäten erst im Zeitverlauf ausbilden. Ihre besondere Ausprägung erhalten sie mit der Pubertät. Mit der biologischen Geschlechtsreife werden die gelernten, zum Teil aber latent gehaltenen geschlechtsspezifischen Rollenvorbilder und Verhaltensweisen aktualisiert und zum Aufbau einer eigenen Geschlechtsrollenidentität genutzt. Entsprechend kann man auch im Hinblick auf die geschlechtsspezifischen Ernährungsweisen und Einstellungen erwarten, dass diese sich im Verlauf der Jugendphase erst richtig ausbilden bzw. verstärken.¹² Wir können

10 Vor allem Campbell (1986) hat in seiner Kritik an der semiotischen Konsumsoziologie deutlich gemacht, dass für viele Produkte erstens keine eindeutigen Bedeutungen vorliegen und dass diese zweitens auch keineswegs allgemein bekannt sind.

11 Vgl. zu entwicklungsförderlichen Konflikten oder Gewalt und Aggression: Hurrelmann 1999; Mansel und Hurrelmann 1998.

12 Gegen Ende der Pubertät bzw. im Erwachsenenalter werden die im Jugendalter demonstrativ praktizierten stereotypen Verhaltensweisen vermutlich wieder zurückgehen. Sie treten dann

diese Vermutung mit unseren Daten empirisch prüfen, indem wir drei verschiedene Altersgruppen unterscheiden und analysieren, ob sich die geschlechtsspezifischen Differenzen im Zeitverlauf verstärken.

Die empirischen Analysen bestätigen die theoretisch formulierten Erwartungen weitgehend: Jungen konsumieren mit höherem Alter im Vergleich zu Mädchen mehr Drogen und Snacks. Der umgekehrte Sachverhalt gilt für den Konsum von Obst und Gemüse. Die Präferenz der Mädchen für Obst und Gemüse verstärkt sich im Zeitverlauf. Dagegen bleibt der geschlechtsspezifische Unterschied im Fleischkonsum nahezu konstant. Auch im Hinblick auf die Einstellungen zeigen sich in zwei von drei Fällen die theoretisch erwarteten Entwicklungsverläufe.

Die Geschlechtsunterschiede bezüglich der Gesundheitsorientierung und des Ernährungswissens nehmen mit dem Alter zu.

Für den Konsum von Vollkornbrot, Süßigkeiten und Süßgetränken, lässt sich eine Zunahme der Geschlechtsunterschiede bei den ersten beiden Altersstufen beobachten, während der Unterschied bei der dritten Altersstufe wieder abnimmt. Über die Ursachen können wir hier nur spekulieren. Wir vermuten, dass die Unterschiede wieder abnehmen, weil in der Altersphase der 16-19-jährigen Mädchen die Hochphase der Pubertät bereits beendet ist, während sie bei den Jungen noch andauert (Fend 2001: 106-108). Diese Annahme wird durch die Entwicklung der Einstellungen unterstützt. So nimmt der Geschlechterunterschied bei den Körpereinstellungen und den Gesundheitseinstellungen in der dritten Altersklasse wieder ab. Entsprechend des Verlaufsunterschiedes der Pubertät bei den Geschlechtern, ist eine solche Verringerung plausibel. Denn die Bedeutung des schlanken Körpers und darauf basierend die Orientierung an Gesundheit des Körpers, tritt bei den Mädchen, wenn sie älter als 15 Jahre sind, wieder mehr in den Hintergrund.¹³

5.2 Sozialisationsinstanzen und die Ausbildung der geschlechtsspezifischen Einstellungen

In den Analysen des letzten Kapitels wurde deutlich, dass sich ein großer Teil der Unterschiede im Ernährungsverhalten zwischen Jungen und Mädchen auf Differenzen in den generalisierten Einstellungen zur Ernährung zurückführen lässt. Die Sozialisationshypothese legt es nahe, diese Unterschiede auf die beiden wichtigsten Sozialisationsinstanzen – das Elternhaus und die Schule – zurück-

hinter andere Definitionskriterien von Geschlecht zurück (z.B. spezielle Fähigkeiten, Bildungserfolge, Familienstatus etc.).

13 Vgl. Ergebnisse zu Essstörungen, Magersucht u.a.: Gerlinghoff et al. 1999.

zuführen. So ist aus der Sozialisationsforschung bekannt, dass die Entwicklung von allgemeinen Wertvorstellungen und Einstellungen zu Grundfragen des Lebens stark abhängig ist von der Sozialisation durch die Herkunftsfamilie (Grundmann 2001; Vogelgesang 2001).

Tabelle 3: Bivariate Korrelation: Geschlecht, gesunde Ernährung und Ernährungseinstellungen für drei verschiedene Altersgruppen

	Geschlecht	Geschlecht 13-14-Jährige	Geschlecht 15-Jährige	Geschlecht 16-19-Jährige
Ernährung				
Snacks	0,35*** (288)	0,22** (121)	0,42*** (101)	0,51*** (66)
Obst/Gemüse	-0,23** (292)	-0,20** (123)	-0,22* (102)	-0,32*** (67)
Fleisch	0,22*** (292)	0,25*** (120)	0,19* (103)	0,20 (69)
Drogen	0,06 (290)	-0,01 (120)	-0,07 (102)	0,37** (68)
Süßgetränke	0,23*** (293)	0,19** (122)	0,34*** (103)	0,10 (68)
Süßigkeiten	0,06 (292)	-0,08 (121)	0,17* (102)	0,16 (69)
Vollkornbrot	-0,10* (296)	-0,04 (125)	-0,23** (102)	-0,01 (69)
Ernährungseinstellungen				
Körpereinstellung	-0,43*** (401)	-0,42*** (158)	-0,45*** (135)	-0,42*** (109)
Ernährungswissen	-0,21*** (407)	-0,09 (162)	-0,29*** (136)	-0,30*** (108)
Gesundheitseinstellung	-0,21*** (403)	-0,11 (162)	-0,28*** (134)	-0,26*** (107)

$p < 0,1$, ** $p < 0,05$, *** $p < 0,01$ (Die Anzahl der berücksichtigten Fälle ist jeweils in Klammern angegeben.)

Wir gehen davon aus, dass die Einstellungen der Jugendlichen durch die Einstellungen der Eltern und deren Alltagspraktiken geprägt werden. Eltern, die auf die gesunde Ernährung ihrer Kinder achten, werden die Gesundheitsorientierung ihrer Kinder fördern. Und Eltern, die darauf achten, dass Kinder nicht zu viel essen, werden zur Ausbildung eines schlanken Körperideals beitragen. Die Gesundheitsorientierung der Eltern haben wir in der Befragung durch die Frage „Meine Eltern achten auf gesunde Ernährung“ erhoben, die elterliche Kontrolle der Menge der zugenommenen Nahrung durch die Frage „Meine Eltern achten darauf, dass ich nicht zu viel esse“.

Wir vermuten, dass die Schule vor allem das Wissen und die Bildung der Schüler beeinflusst (Hurrelmann 1999; Schäfers 1994; Zinnecker und Silbereisen 1998). Wir gehen davon aus, dass Kinder, die ein Gymnasium besuchen, über mehr Ernährungswissen verfügen als Kinder, die die Mittelschule besuchen. Wir haben getrennte Analysen für Mädchen und Jungen durchgeführt, um geschlechtsspezifische Unterschiede berücksichtigen zu können.

Tabelle 4: Lineare Regression: Determinanten der Ernährungseinstellungen und des Wissens für Mädchen und Jungen getrennt

	Körpereinstellungen		Gesundheitseinstellung		Ernährungswissen	
	Jungen	Mädchen	Jungen	Mädchen	Jungen	Mädchen
Elterlicher Einfluss						
Verzehrmenge	0,40***	0,26***	0,18**	0,24***	---	---
Gesundheitseinstellung	---	---	0,43***	0,15*	---	---
Schulischer Einfluss						
Schultyp Gymnasium	---	---	---	---	0,31***	0,33***
Korrigiertes R²	0,16	0,06	0,24	0,08	0,09	0,11
Anzahl Fälle	194	205	193	206	198	209

* $p < 0,1$; ** $p < 0,05$; *** $p < 0,01$

Die Ergebnisse zeigen, dass die Kontrolle der Eltern über die Lebensmittelverzehrmenge der Kinder einen Einfluss auf deren Körpereinstellungen hat und zwar in der erwarteten Richtung. Je stärker die Eltern darauf achten, dass die Kinder nicht zu viel essen, desto eher orientieren sich die Kinder an dem Ideal eines schlanken Körpers. Dieser Effekt ist interessanterweise bei den Jungen deutlich stärker als bei den Mädchen. Weiterhin zeigt sich, dass auch die

Gesundheitsorientierung der Eltern einen Einfluss auf die Gesundheitsorientierung der Kinder hat. Auch hier ist der Effekt bei den Jungen stärker als bei den Mädchen. Dazu ein Beispielzitat aus den Leitfadengesprächen:

„Meine Mutter hat da immer so ein Reformhausmüsli, das ist mit Nüssen und das ist superlecker. Und dann ess' ich morgens en Teller Müsli, weil das ist erst mal en bisschen was im Magen, weil so viel kann man morgens nicht essen und dann trinke ich mein Glas Molke (lachen), ganz brav. Doch, meine Mutti möchte das gerne, weil sie sagt das ist gesund und das bringt den Darmkreislauf erst mal in Takt so am Morgen.“ (Interview 236: 2).

Die Mutter weiß, was gesund ist und versucht es ihrer Tochter zu vermitteln, was ihr wohl auch gelingt, weil die Schülerin keine Einwände erhebt.

Schließlich bestätigt sich auch die These, dass die Schule einen Einfluss auf das Ernährungswissen hat. Kinder, die ein Gymnasium besuchen, verfügen über mehr Ernährungswissen als Kinder, die die Mittelschule besuchen. Auch dazu ein Beispielzitat aus den qualitativen Interviews zur Illustration.

„In der Siebenten hatten wir ein viertel Jahr über Ernährung gesprochen, also wie man es aufnimmt und was man essen sollt. Dann in der Hauswirtschaft hatten wir es letztens.(...) Ja und da bin ich drinne, weil ich ja Koch werden will und wir da auch kochen und da haben wir auch drüber gesprochen und dann in der neunten will se jemand einladen von der Ernährung. (...) Es ist nicht immer das gleiche, weil ich ja welche aus der neunten und zehnten kenne, es ist immer interessant gemacht.“ (Interview 358:19).¹⁴

Die empirischen Ergebnisse bestätigen also unsere Hypothesen. Erklärungsbedürftig ist allerdings der Befund, dass die Ernährungseinstellungen der Jungen in sehr viel stärkerem Maße in Abhängigkeit vom Elternhaus variieren, als dies bei den Mädchen der Fall ist. Wir vermuten, dass sich die Mädchen in ihren Körper- und Gesundheitsvorstellungen an gesellschaftlich weit verbreiteten Leitbildern orientieren, die nur wenig in Abhängigkeit von der Familie variieren. Diese Leitbilder werden von Mädchen zur Herausbildung von Geschlechteridentität in der Jugendphase aufgegriffen.

6 Zusammenfassung

Viele Studien haben gezeigt, dass Frauen und Mädchen sich deutlich gesünder ernähren als Männer und Jungen. Diese Befunde werden auch durch unsere Studie unterstützt. Auf den deskriptiven Resultaten aufbauend haben wir in diesem Artikel versucht, die geschlechtsspezifischen Unterschiede im Ernährungsverhalten systematisch zu erklären. Dabei haben wir uns vor allem auf

14 Auch in unserer Studie bestätigt sich der Zusammenhang von Schulleistung und Schultyp ($r = -0,29^{***}$).

eine sozialisationstheoretische Perspektive gestützt. Wir haben vermutet, dass a) die geschlechtsspezifischen Bedeutungen von Lebensmitteln, b) das Wissen um die Ernährung sowie c) die Gesundheits- und Körper Einstellungen sozialisationsbedingt für Männer und Frauen unterschiedlich sind. Diese Faktoren konstituieren eine geschlechtsspezifische Identität und können die Unterschiede in der Ernährungsweise zwischen Mann und Frau erklären helfen.

Die empirischen Analysen unterstützen unsere Hypothesen weitgehend. Die Körperbilder, die Gesundheitseinstellungen aber auch das Wissen um die Ernährung sind geschlechtsspezifisch unterschiedlich. Insbesondere für die Ernährung der Jungen ist die Semiotik der Lebensmittelprodukte ebenfalls bedeutsam. Dies gilt vor allem für fleischhaltige Produkte, Alkohol/Zigaretten und für Gemüse und Obst.

In einem weiteren Schritt haben wir versucht, die Entstehung der geschlechtsspezifischen Ernährungseinstellungen zu erklären. Dabei hat sich gezeigt, dass das Gesundheitsbewusstsein und die Schlankkeitsvorstellungen durch die Familie der Jugendlichen beeinflusst werden, während das Wissen um eine gute Ernährung vor allem durch die Schule vermittelt wird. Dieser Zusammenhang gilt aber vor allem für die Jungen und in nur geringem Maße für die Mädchen; deren Grundeinstellungen werden von den beiden Sozialisationsinstanzen nur schwach beeinflusst.

Warum aber die sozialisierten Einstellungen und Bedeutungen für die Jungen und Mädchen handlungsrelevant sind, ist dadurch noch nicht komplett erklärt. Die empirischen Befunde sprechen für unsere Grundannahme der Instrumentalisierung von Geschlechterstereotypen zur Identitätsbildung der Jugendlichen. Es hat sich gezeigt, dass einige der geschlechtsspezifischen Ernährungsweisen und Einstellungsmuster mit dem Alter zunehmen und mit der Pubertät ihre Ausprägung erhalten, teilweise bei der letzten Altersklasse wieder abnehmen. In dieser Altersphase werden die geschlechtertypischen Rollen entwickelt. Und dabei ist der Rückgriff auf legitime Konnotationen von Lebensmitteln, die Kommunikation von Körpervorstellungen und Gesundheitseinstellungen wie auch die Essenspraxis natürlich sehr hilfreich.

Literatur

- Bourdieu, Pierre, 1987: Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteils-kraft. Frankfurt a.M.: Suhrkamp Taschenbuch.
- Campbell, Colin, 1996: The Sociology of Consumption. S. 96 - 126 in: Daniel Miller (Hg.): Acknowledging Consumption. A Review of New Studies. London/New York: Routledge.
- Charles, Nicola und Marion Kerr, 1986: Eating Properly, the Family and State Benefit, *Sociology* 20: 412 - 429.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung, 2000: Vollwertig Essen und Trinken nach den Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Bonn: DGE.
- Elias, Norbert, 1997: Über den Prozess der Zivilisation. Soziogenetische und psycho-genetische Untersuchungen. Frankfurt: Suhrkamp Taschenbuch.
- Faber, Cornelia, 1996: Ernährungsverhalten von Abiturienten: Eine empirische Studie bei hessischen Abiturienten allgemeinbildender und beruflicher Gymnasien mit dem Schwerpunkt Ernährung: Universität Gießen.
- Fend, Helmut, 2001: Entwicklungspsychologie des Jugendalters. Opladen: Leske + Budrich.
- Frerichs, Petra, 2000: Klasse und Geschlecht als Kategorien sozialer Ungleichheit, *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* 52: 36-59.
- Gerhards, Jürgen und Jörg Rössel, 2002: Lebensstile und ihr Einfluss auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen, *Soziale Welt* 53: 323-346.
- Gerhards, Jürgen und Jörg Rössel, 2003: Das Ernährungsverhalten Jugendlicher im Kontext ihrer Lebensstilein: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hg.), *Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung*. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).
- Gerlinghoff, Monika, Herbert Backmund und Norbert Mai, 1999: Magersucht und Bulimie: verstehen und bewältigen. Weinheim, Basel: Beltz-Taschenbuch.
- Grundmann, Matthias, 2001: Milieuspezifische Einflüsse familialer Sozialisation auf die kognitive Entwicklung und den Bildungserfolg. S. 209-229 in: Andreas Klocke und Klaus Hurrelmann (Hg.): *Kinder und Jugend in Armut. Umfang, Auswirkungen und Konsequenzen*. Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
- Harris, Marvin, 1995: Wohlgeschmack und Widerwillen. Die Rätsel der Nahrungstabus. München: dtv.
- Hartmann, Peter, 1999: Lebensstilforschung. Opladen: Leske + Budrich.
- Hedström, Peter und Richard Swedberg, 1998: Social Mechanisms: An Introductory Essay. S. 1 - 31 in: Peter Hedström und Richard Swedberg (Hg.): *Social Mechanisms. An Analytical Approach to Social Theory*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Heyer, Alexandra, 1997: Ernährungsversorgung von Kindern in der Familie. Eine empirische Untersuchung. Lage: Jacobs.
- Hurrelmann, Klaus, 1990: Einführung in die Sozialisationstheorie. Weinheim; Basel: Beltz Verlag.
- Hurrelmann, Klaus, 1999: Lebensphase Jugend. Weinheim, München: Juventa.

- Kerr, Marion und Nicola Charles, 1986: Servers and Providers: The Distribution of Food within the Family, *Sociological Review* 34: 115 - 157.
- Kienzle, Brunhilde, 1988: Ernährungsverhalten von Schülern an Gymnasien, Realschulen und Hauptschulen - eine vergleichende Analyse von Ernährungsverhalten, Ernährungseinstellungen und Ernährungswissen bei Schülern der 9. Klasse an allgemeinbildenden Schulen im Freiburger Raum, Dissertation. Universität Hohenheim.
- Köhler, Barbara Maria, 1991: Gibt es eine soziale Differenzierung des Ernährungsverhaltens? Sekundäranalytische Untersuchungen sozialer Bestimmungsgründe des Ernährungsverhaltens Erwachsener: Wissenschaftszentrum Berlin.
- Kübler, Werner, et al. (Hg.), 1994: Lebensmittel- und Nährstoffaufnahme in der Bundesrepublik Deutschland. Ergänzungsband zum Ernährungsbericht 1992 auf der Basis der Nationalen Verzehrsstudie im Auftrag der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Verbundstudie Ernährungserhebung und Risikofaktorenanalytik (VERA). Niederkleen.
- Mansel, Jürgen und Klaus Hurrelmann, 1998: Aggressives und delinquentes Verhalten Jugendlicher im Zeitvergleich, *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* 50: 78-109.
- Marquardt, Editha, 2000: Das kleine Geschlecht - Zur Geschichte der Frauen aus anthropometrischer Sicht. Ein Überblick, *Jahrbuch für Wirtschaftsgeschichte*: 29 - 42.
- Müller-Schneider, Thomas, 1994: Schichten und Erlebnismilieus. Der Wandel der Milieustruktur in der Bundesrepublik Deutschland. Wiesbaden: Deutscher Universitätsverlag.
- Prahl, Hans Werner und Monika Setzwein, 1999: *Soziologie der Ernährung*. Opladen: Leske + Budrich.
- Prättälä, Ritva, 1988: Socio-Demographic Differences in Fat and Sugar Consumption Patterns Among Finnish Adolescents, *Ecology of Food and Nutrition* 22: 53 - 64.
- Prättälä, Ritva, Ossi Rahkonen und Arja Rimpelä, 1988: Consumption Patterns of some Sugar-Containing Foods Among Finish Adolescents in 1981 - 1985, *Nutrition Research* 8: 3 - 11.
- Prättälä, Ritva, Ossi Rahkonen und Matti Rimpelä, 1986: Consumption Patterns of Critical Fat Sources Among Adolescents in 1977 - 1985, *Nutrition Research* 6: 485 - 498.
- Reinders, Heinz, 2002: Entwicklungsaufgaben - Theoretische Positionen zu einem Klassiker. S. 13-38 in: Hans Merckens und Jürgen Zinnecker (Hg.): *Jahrbuch Jugendforschung*. Opladen: Leske + Budrich.
- Roos, Eva, et al., 1998: Gender, Socioeconomic Status and Family Status as Determinants of Food Behaviour, *Social Science and Medicine* 46: 1519- 1529.
- Rössel, Jörg und Claudia Beckert-Zieglschmid, 2002: Die Reproduktion kulturellen Kapitals, *Zeitschrift für Soziologie* 31: 497-513.
- Schäfers, Bernhard, 1994: *Soziologie des Jugendalters*. Opladen: Leske & Budrich.
- Schulze, Gerhard, 1992: *Die Erlebnisgesellschaft. Kultursoziologie der Gegenwart*. Frankfurt a. M., New York: Campus.

- Setzwein, Monika, 2002: Sex & food & hierarchy. Überlegungen zum Zusammenhang von Ernährung, symbolischer Geschlechterordnung und sexueller Ideologie. S. 75-98 in: Ingeborg Jahn und Ulla Voigt (Hg.): Essen mit Leib und Seele. Bremen.
- Vogelgesang, Waldemar, 2001: "Meine Zukunft bin ich!" Alltag und Lebensplanung Jugendlicher. Frankfurt, New York: Campus.
- Weyrauch, Susanne, 1996: Einfluß sozioökonomischer Merkmale auf den Lebensmittelverzehr und die Nährstoffzufuhr von Personen. Technische Universität München
- Wittenberg, Reinhard, 1999: Ernährung und Gesundheit an Nürnberger Hauptschulen Januar 1999. Nürnberg
- Zinnecker, Jürgen, 1987: Jugendkultur 1945 - 1985. Opladen: Leske + Budrich.
- Zinnecker, Jürgen und Rainer K. Silbereisen, 1998: Kindheit in Deutschland. Aktueller Survey über Kinder und ihre Eltern. Weinheim, München: Juventa.
- Zittlau, Jörg, 2002: Frauen essen anders - Männer auch. Frankfurt: Eichborn.