

Die Bände zum 31. Kongress der DGS im Oktober 2002 in Leipzig sind erschienen und den Kongressbesuchern inzwischen zugesandt worden. Bestandteil der Bände ist auch eine CD-ROM, die sämtliche Beiträge in Sektionsveranstaltungen und ad-hoc-Gruppen enthält.

Der nachfolgende Beitrag zur Veranstaltung der Sektion Medizin- und Gesundheitssoziologie befindet sich auch auf dieser CD-ROM. Gleichwohl ist er darauf nicht zu finden – ein philosophisch interessantes Problem, wie einer seiner Autoren kommentiert. Man stand vor der Wahl, den Lesern aufwändig und verwirrungssteigernd die Umwege zum Beitrag auf der Kongress-CD-ROM darzustellen oder den Beitrag selbst in der *Soziologie* zu veröffentlichen. Wir entschieden zugunsten der Einfachheit.

Red.

Jürgen Gerhards, Jörg Rössel, Claudia Beckert-Zieglschmid

## **Sozialstruktur, Lebensstile und gesunde Ernährung von Jugendlichen**

### **1. Fragestellung**

Die sogenannten Zivilisationskrankheiten – vor allem die Herz-Kreislauf-erkrankungen – gehören heute zu den häufigsten, und damit auch kostenintensivsten Erkrankungen moderner Gesellschaften. Eine gesundheitsabträgliche Ernährungsweise und geringe oder falsche Bewegung bilden eine der Hauptursachen für die Konjunktur dieser Erkrankungen. Wir haben auf der Basis einer standardisierten Befragung und einer ergänzenden Leitfadensbefragung von Jugendlichen untersucht, welche Faktoren die Ernährungsweise von Jugendlichen erklären können. Dabei haben wir Überlegungen der neueren Ungleichheitsforschung aufgegriffen. Die Sozialstrukturanalyse der letzten beiden Jahrzehnte ist in hohem Maße durch die These vom Bedeutungsverlust von Klasse und Schicht bestimmt worden: Nicht die sozioökonomisch bedingte Zuordnung zu einer Klasse oder Schicht und die damit verknüpfte Verfügung über Ressourcen, sondern die Zugehörigkeit zu bestimmten sozialen Milieus oder Lebensstilgruppen ist von Relevanz für das Alltagsleben der Menschen, so die These. Dabei ist die explanatorische Bedeutung von Lebensstilen und sozialen Milieus in der Literatur durchaus umstritten (vgl. für viele andere Hartmann 1999). Wir wollen mit unserer Untersuchung an diese Diskussion anknüpfen und gehen in diesem Artikel der Frage nach, welchen Einfluss Le-

bensstile im Vergleich zur Ressourcenausstattung des Herkunftshaushaltes von Schülern auf das Ernährungsverhalten haben.

Empirische Grundlage der Untersuchung bildet eine Befragung von Jugendlichen im Alter zwischen 13 und 17 Jahren. In einer standardisierten Befragung wurden die Verzehrgeohnheiten der Schüler erhoben und Fragen über ihr Wissen über Ernährung, ihre Freizeitaktivitäten, ihren Freundeskreis, die Freizeitaktivitäten von Vater und Mutter und soziodemographische 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. Zusätzlich haben wir mit 25 Jugendlichen, die auch an der standardisierten Befragung teilgenommen hatten, Leitfadengespräche durchgeführt, um die Bedeutung der Einbettung von Ernährungsverhaltensweisen in die alltäglichen Handlungsroutinen und Lebensstile der Jugendlichen dichter zu rekonstruieren, als dies auf der Basis einer standardisierten Befragung möglich ist. Wir konzentrieren uns hier aber allein auf eine Darstellung der Ergebnisse der standardisierten Befragung (vgl. für eine ausführliche Darstellung Gerhards, Rössel 2002; 2003).

## **2. Zentrale Variablen der Untersuchung**

Aus der Fragestellung ergeben sich die zentralen Variablen unserer Untersuchung.

*1. Gesunde versus ungesunde Ernährung:* Das Erkenntnisinteresse unserer Studie ist auf eine Erklärung einer gesundheitsförderlichen bzw. gesundheitsbelastenden Ernährungsweise gerichtet. Zur Operationalisierung von gesunder/ ungesunder Ernährung haben wir uns an den Ernährungsregeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (2001) orientiert. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung betont in ihrer Publikation, dass es keine grundsätzlich gesunden oder ungesunden Nahrungsmittel gibt, sondern dass es bei einer gesunden Ernährung auf eine vielfältige Kombination ankommt, bei der kein Lebensmittel im Übermaß genossen werden soll. Der Konsum von einigen Lebensmitteln wird aber gesondert hervorgehoben und als gesund bzw. ungesund beschrieben. Wir haben in der standardisierten Befragung nach dem Konsum einer Vielzahl von Nahrungsmitteln gefragt. Einige von diesen bilden jeweils ein Ernährungsmuster, so dass man sie zusammenfassen kann. Das folgende Schaubild gibt einen Überblick über die Ernährungsmuster und die jeweiligen Ernährungsempfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, unter Berücksichtigung der unter den befragten Schülern vorherrschenden Konsummuster.

**Schaubild 1: Übersicht über Ernährungsverhaltensmuster**

<b>Ernährungsmuster</b>	<b>Ernährungsempfehlung</b>
Snacks	eher seltener konsumieren
Süßigkeiten	eher seltener konsumieren
Drogen	eher seltener konsumieren
Süßgetränke	eher seltener konsumieren
Obst/Gemüse	Häufiger konsumieren
Vollkornbrot	Häufiger konsumieren

2. *Die soziale Herkunft der Jugendlichen:* Die soziale Herkunft der Jugendlichen haben wir durch zwei Variablen operationalisiert: Erstens die Bildung der Eltern und zweitens die soziale Lage des Elternhauses, die beide für die Ressourcenausstattung des Elternhauses stehen. Die Bildung beider Elternteile ließ sich ohne größere Schwierigkeiten von den Schülern erfragen. Die Bildungsstruktur des Haushaltes wurde dabei durch den jeweils höchsten Bildungsabschluss von Vater oder Mutter operationalisiert. Die soziale Lage des Haushalts auf der Basis einer Befragung von Jugendlichen zu bestimmen ist nicht so einfach möglich, da vor allem das Einkommen der Haushalte nicht erfragt werden kann. Daher haben wir uns hier einem Vorgehen aus der Armutsforschung angeschlossen (Klocke 2001), bei dem aus verschiedenen Einzelindikatoren ein Index für die Wohlfahrtssituation von Haushalten gebildet wird. In den hier verwendeten additiven Index für die soziale Lage sind folgende Größen eingegangen: Zahl der Erwerbstätigen im Haushalt, Arbeitslosigkeit des Haushaltsvorstands, Anzahl der Urlaubsreisen im letzten Jahr, Anzahl der Autos im Haushalt, Wohneigentum und Größe der Wohnung.

3. *Lebensstile der Jugendlichen:* Einer der einflussreichsten Versuche der Gliederung von Lebensstilen stammt von Gerhard Schulze (1992) aus seiner Studie über die Erlebnisgesellschaft. Wir haben uns in unserer Vorgehensweise an dessen Einteilung von Lebensstilen orientiert. In der standardisierten Befragung der Jugendlichen wurden zahlreiche Fragen nach den Lebensstilen der Eltern und nach den Lebensstilen der Schüler gestellt; wir haben die Vielzahl der Informationen über die Häufigkeit einzelner Freizeitverhaltensweisen zu komplexeren Variablen zusammengefasst. Welche unterscheidbaren Lebensstile lassen sich empirisch bestimmen?

**Schaubild 2: Lebensstilschemata der Jugendlichen****Lebensstilschemata Jugendliche**

---

Hochkulturschema  
Spannungsschema im Haus  
Spannungsschema außer Haus  
Fernsehschema  
Sportschema

---

Das von Schulze beschriebene *Hochkulturschema* findet sich auch bei den Schülern in ausgeprägter Form. Aktivitäten wie Bücher lesen, ins Theater gehen, musizieren und klassische Musik hören fallen unter diese Freizeitorientierung. Auch das Spannungsschema findet sich als Lebensstilorientierung bei den von uns befragten Jugendlichen. Allerdings zeigen unsere empirischen Analysen, dass es ratsam ist, dieses in zwei Unterfälle zu differenzieren. Wir unterscheiden entsprechend zwischen einem *außerhäuslichen Spannungsschema* und einem *innerhäuslichen Spannungsschema*: Ersteres ist vor allem auf spannungsorientierte Freizeitaktivitäten außerhalb des Hauses gerichtet und umfasst Aktivitäten wie in die Disco gehen, mit Freunden rumhängen, Bummeln, in die Kneipe gehen, Jugendclubs besuchen, zum Imbiss bzw. ins Kino gehen, Rock, Pop oder Techno hören; das zweite Schema bezieht sich auf spannungsorientierte Aktivitäten, die im Haus ausgeübt werden und umfasst Musik hören, Videos gucken, Computerspiele machen, Zeitschriften und 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 unter der Woche konnte weder diesem noch einem anderen Lebensstilschema zugeordnet werden. Entsprechend haben wir eine eigenständige Freizeitorientierung als *Fernsehschema* ausgewiesen. Auch die Sportpräferenzen der Jugendlichen lassen sich nicht unter die drei Schemata von Schulze subsumieren, so dass wir ein eigenes Schema mit dem Namen *Sportschema* gebildet haben, das folgende Indikatoren umfasst: Sport treiben, Sportveranstaltungen besuchen, Mitglied im Sportverein und Anzahl der Tage im Verein. Die unterschiedenen jugendlichen 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.

**3. Ergebnisse**

Welchen Einfluss hat die soziale Herkunft der Jugendlichen im Vergleich zu den Lebensstilen der Jugendlichen auf ihr Ernährungsverhalten? Tabelle 1 gibt Auskunft auf diese Frage.

**Tabelle 1: Soziale Herkunft, Lebensstile und Ernährungsverhalten**

	Snacks	Süßigkeiten	Drogen	Süßgetränke	Obst/Gemüse	Vollkornbrot
<b>Hochkultur</b>	-0,28***	---	-0,14**	-0,32***	0,24***	0,24***
<b>Spannung (häuslich)</b>	0,22***	0,16***	-0,15***	0,17***	---	---
<b>Spannung (außerhäuslich)</b>	0,16***	0,26***	0,51***	0,24***	0,11*	---
<b>Sport</b>	---	---	---	---	0,19***	0,12**
<b>Fernsehen</b>	---	---	---	0,14***	-0,14**	-0,17***
<b>Bildung Eltern</b>	---	---	0,10*	---	---	---
<b>Soziale Lage</b>	---	---	---	---	---	---
<b>Korr. R<sup>2</sup></b>	0,18	0,12	0,25	0,31	0,11	0,13
<b>N</b>	318	333	299	310	311	349

Angegeben sind die standardisierten Regressionskoeffizienten für die statistisch signifikanten Effekte. \*  $p < 0,1$ ; \*\*  $p < 0,05$ ; \*\*\*  $p < 0,01$ .

a. Die Ergebnissen in Tabelle 1 zeigen sehr deutlich, dass die soziale Herkunft der Jugendlichen, operationalisiert durch die soziale Lage des elterlichen Haushaltes und die Bildung der Eltern, nahezu irrelevant für ihr Ernährungsverhalten ist. Als zentrale Determinante des Lebensmittelkonsums erweisen sich die Lebensstile der Schüler selbst.

b. Der Einfluss der Lebensstile erweist sich für die verschiedenen Nahrungsprodukte als unterschiedlich stark ausgeprägt: Für die Produkte, die wahrscheinlich vornehmlich im Haushalt konsumiert werden und entsprechend stärker unter der Kontrolle der Eltern stehen, ist ihr Einfluss geringer als für die überwiegend außerhalb des elterlichen Haushaltes verzehrten Snacks, Süßgetränke und Drogen.

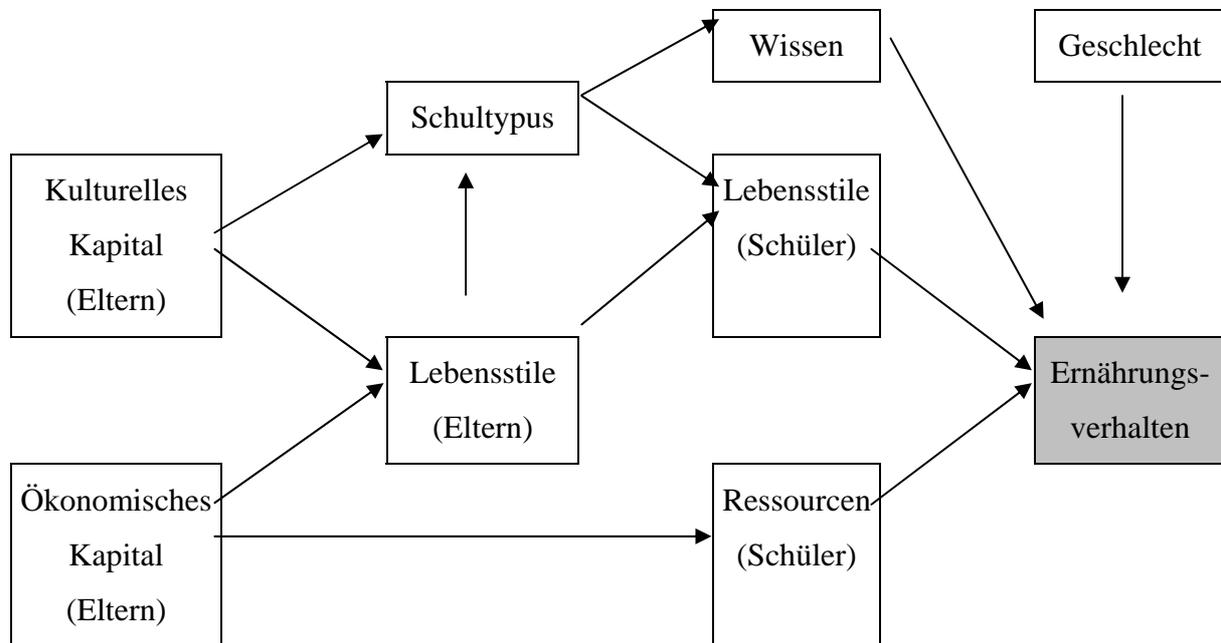
c. Betrachten wir den Einfluss der verschiedenen Lebensstile etwas genauer. Zwei der Lebensstilorientierungen, das Hochkultur- und das Sportschema, erweisen sich im Hinblick auf eine gesunde Ernährung tendenziell als förderlich, für die anderen drei Schemata, die beiden spannungsorientierten wie auch das fernsehorientierte gilt, dass sie eher zu einer gesundheitsschädlichen Ernährung führen.

#### **4. Zusammenfassung**

In unserer Untersuchung konnten wir feststellen, dass das Ernährungsverhalten von Schülern in hohem Maße durch deren Lebensstile geprägt wird. Wir haben darüber hinaus aber auch den Einfluss anderer Größen und die Einbettung der Lebensstile in ihren weiteren sozialen Kontext untersucht. Dies wollen wir im folgenden anhand eines Kausalmodells erläutern, ohne dass wir die zugrunde-

liegenden empirischen Resultate an dieser Stelle präsentieren können (vgl. Gerhards, Rössel 2002; 2003).

**Schaubild 3: Erklärungsmodell jugendlichen Ernährungsverhaltens**



1. Die *unmittelbaren* Einflussfaktoren: Die empirischen Analysen haben gezeigt, dass je nach Lebensmittel, dessen Konsum erklärt werden soll, eine unterschiedliche Kombination und Stärke der unmittelbaren Einflussfaktoren von Relevanz ist. Betrachtet man die wichtigsten Einflussfaktoren, so stehen allen voran die *jugendlichen Lebensstile*. Weiterhin zeigt sich, dass sowohl das *Wissen* über Ernährung einen positiven Einfluss auf das Ernährungsverhalten hat als auch das *Geschlecht* der Jugendlichen, insofern sich Mädchen deutlich gesünder ernähren als Jungen. Schließlich spielen die *finanziellen Ressourcen* der Jugendlichen eine erklärende Rolle, wobei sich zeigt, dass diese vor allem für den Konsum von weniger gesunden Lebensmitteln genutzt werden.

2. Die *mittelbaren* Einflussfaktoren *erster* Ordnung: Die Faktoren, die das Ernährungsverhalten von Jugendlichen erklären können, sind zum Teil selbst wiederum durch andere soziale Bedingungsfaktoren erklärbar. Die Ressourcenausstattung der Jugendlichen mit Taschengeld ist abhängig von der ökonomischen Stärke des Elternhauses, das Wissen über Ernährung ist insofern abhängig vom Schultypus, als Gymnasiasten deutlich besser über Ernährung informiert sind als Mittelschüler. Die empirischen Analysen zeigen weiterhin, dass die Lebensstile der Jugendlichen (die ja wiederum einen starken Einfluss auf das Ernährungsverhalten haben) im hohen Maße von den Lebensstilen des Elternhauses und von den Einflüssen des Schultypus geprägt werden. Unsere Analysen zeigen aber zugleich, dass diese intergenerationale „Vererbung“ von Lebensstilen nicht für alle Lebensstile im gleichen Maße gilt.

3. Die *mittelbaren* Einflussfaktoren *zweiter* Ordnung: Man kann die Kausalkette noch einen Schritt weiter nach hinten verfolgen, indem man untersucht, welche Faktoren die Auswahl des Schultypus und welche den Lebensstil der Eltern prägen. Es zeigt sich, dass der Schultypus in hohem Maße durch das Bildungsniveau und die Hochkulturorientierung des Haushaltes bedingt ist. Zudem ist die Lebensstilorientierung der Eltern wiederum abhängig vom Bildungsniveau der Eltern und der sozialen Lage des Haushaltes. Fazit: Die Lebensstile bilden eine zentrale Determinante des Ernährungsverhaltens von Jugendlichen, während klassische sozialstrukturelle Variablen nur eine geringe Erklärungskraft aufweisen. Die Lebensstile sind aber nur eingebettet in ihren sozialen Entstehungskontext zu verstehen und sind damit nicht unabhängig von sozialstrukturellen Vorgaben.

### **Literatur**

- Deutsche Gesellschaft für Ernährung, 2001: Vollwertig Essen und Trinken nach den 10 Regeln der DGE. Bonn: DGE.
- Gerhards, J., Rössel, J., 2002: Lebensstile und ihr Einfluss auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen. Soziale Welt, 53. Jahrgang, Heft 3, 261 - 284.
- Gerhards, J., Rössel, J., 2003: Das Ernährungsverhalten Jugendlicher im Kontext ihrer Lebensstile. Eine empirische Studie. Köln: BZgA.
- Hartmann, P.H., 1999: Lebensstilforschung. Darstellung, Kritik und Weiterentwicklung. Opladen: Leske + Budrich.
- Klocke, A., 2001: Die Bedeutung von Armut im Kindes- und Jugendalter. Ein europäischer Vergleich. In A. Klocke, K. Hurrelmann (Hg.), Kinder und Jugendliche in Armut. Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
- Schulze, G., 1992: Die Erlebnisgesellschaft. Kultursoziologie der Gegenwart. Frankfurt/M.: Campus.

