

Jugendesskultur – ein Ausgangspunkt schulischer Ernährungs- und Verbraucherbildung

Silke Bartsch

Einleitung

In Mitteleuropa wachsen heute Kinder und Jugendliche in einer leistungsorientierten Konsumgesellschaft auf, in deren Folge sich u. a. die Bedeutungen von Lebensmittel verändert haben und allgemein über eine „Verarmung der Esskultur“ geklagt wird. Alltagskompetenzen, die eine verantwortliche Teilhabe in der veränderten Gesellschaft ermöglichen, sollten in der Schule vermittelt werden, da diese heute in den Familien nicht selbstverständlich erlernt werden (können) (vgl. auch Rössler-Hartmann 2006). Ernährungs- und Verbraucherbildung wird hier als Teil einer Grundbildung verstanden, die zur individuellen Lebensführung sowie zu Gesundheit und Wohlbefinden befähigt (vgl. Beer 2004). Gesellschaftliche Rahmenbedingungen prägen menschliches Handeln. Ohne diese außer Acht zu lassen, rücken der handelnde Mensch (vgl. Barlösius 1999) und die subjektive Bedeutungen in den Mittelpunkt der im nachfolgenden präsentierten Forschungsarbeit, um der Interdependenz beider Perspektiven gerecht zu werden. Die Ergebnisse dieser Arbeit zum Thema „Jugendesskultur“ (Bartsch 2006)¹ bilden die Grundlage für Impulse zur schulischen Ernährungs- und Verbraucherbildung.

1 Jugendesskulturstudie 2001

1.1 Studie

Zur Untersuchung von jugendspezifischen Bedeutungen des Essens in der Familie und der Peergroup wurden Literatur und Studien ausgewertet und eine Jugendesskulturstudie 2001 in Berlin durchgeführt. Auf der Grundlage von qualitativen Interviews wurde eine standardisierte, schriftliche Befragung entwickelt. Die Studie hatte explorativen Charakter und war nicht repräsentativ. Rund 300 Schülerinnen und Schüler der 8. und

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.

10. Klassenstufe beantworteten überwiegend im Multiple-Choice-Verfahren Fragen zu den drei Themenbereichen:

1. Bedeutungen von Familienmahlzeiten,
2. Bedeutungen des Essens im Kontext Familie und Peer Group und
3. Bedeutungen des Körpers als Determinante jugendliches Essverhalten.

1.2 Ausgewählte Ergebnisse

Jugendliche konnten aufgrund des historischen Wandels eine altersgruppenspezifische Esskultur entwickeln. Jugendliches Essverhalten unterscheidet sich von dem anderer Altersgruppen aufgrund entwicklungsphasentypischer Brechungen und der jugendspezifischen Situation in Abhängigkeit des elterlichen Haushaltes. Zugleich sind sie auch Träger des Wandels der allgemeinen Esskultur und fungieren überdies vielfach als Trendsetter für die Veränderungen in der Esskultur.

1.2.1 Esskultur in der Peergroup in Abgrenzung zum Essen in der Familie

Im Beisein der Peergroup entwickeln Jugendliche eine von der Familienesskultur differente Esskultur. Im Unterschied zu der Versorgungsfunktion zu Hause, ist Essen unterwegs eher nebensächlich (auch aufgrund der finanziell begrenzten Möglichkeiten) und ordnet sich dem gemeinsamen Erlebnis unter. Das Essverhalten muss als Teil des Lebensstils (Bourdieu 1999) zur gesamten Selbstinszenierung passen.

1.2.2 Familienmahlzeit

Entgegen allen pessimistischen Annahmen (z. B. DGE 1976, Ziemann 1998) sind gemeinsame Familienmahlzeiten für die überwiegende Mehrheit der Jugendlichen nach wie vor ein Teil der Alltagsrealität, die auch Anklang bei den Jugendlichen selbst finden. Gleichzeitig gewinnt die individuelle Selbstversorgung in den Familien an Bedeutung, die mit Ansprüchen seitens der Kinder und Jugendlichen (z. B. gefüllter Kühlschrank) einhergeht und familiale Konsummuster beeinflusst. Auch stehen Zeitpunkt und Dauer von Familienmahlzeiten (vgl. z. B. Meyer 2002) besonders mit steigendem Alter der Jugendlichen gerade abends in Konkurrenz mit anderen Freizeitaktivitäten. Gestützt auf Literatur (z. B. Meyer 2002, DGE 2004) und eigene empirische Untersuchung, wird deutlich:

- Die Teilnahme an Familienmahlzeiten ist für Jugendlichen eine Option, da sich die Versorgungsfunktion nicht mehr exklusiv an gemeinsame Mahlzeiten knüpft und Jugendliche selbst für ihre Versorgung zuständig sein (müssen) bei einer insgesamt liberalen Erziehung.
- Familienmahlzeiten sind für Jugendlichen ein bedeutsamer Kommunikationsort. Jugendliche schätzen zeitweise das freiwillige Zusammensein mit der Familie und das Versorgtsein.

1.2.3 Schönheitsideale und Körpermodellierung durch Essen und Bewegung

Die erhaltenen Daten bestätigen die Fortsetzung des allgemeinen Trends zu extremen Körperidealen (DGE 1992) bei Jugendlichen². Damit gehen Jungen und Mädchen unterschiedlich um, auch aufgrund der geschlechtsdifferenten körperlichen Voraussetzungen und den entsprechenden Zielvorstellungen für den eigenen Körper (vgl. auch Methfessel 1999). Gemeinsam ist allen jugendlichen Befragten, dass sie Bewegung und Essverhalten zur Figurmodellierung einsetzen, aber einer Veränderung der Essweise ablehnend gegenüber stehen.

2 Ausgangspunkte für die schulische Ernährungs- und Verbraucherbildung

Fünf ausgewählte Thesen, die sich auf Ergebnisse der vorgestellten Arbeit zur „Jugendesskultur“ stützen, sind Ausgangspunkte für Impulse zur schulischen Ernährungs- und Verbraucherbildung.

2.1 Jugendliches Essverhalten ist vielschichtig

Für den Unterricht kann weder von einer „allgemein üblichen“ Nahrungsversorgung noch von klaren Vorstellungen bei Jugendlichen über das, was und wie üblicherweise gegessen werden sollte, vorausgesetzt werden. Trotz aller sozio-kultureller Unterschiede weist jugendliches Essen aber Gemeinsamkeiten auf. Zum Beispiel unterscheiden sich außerhäusliche und häusliche Essweisen und erfüllen unterschiedliche Funktionen, Familienmahlzeiten dienen der Kommunikation, Jugendliche nehmen daran freiwillig teil

² Gleichzeitig sind eine Zunahme von übergewichtigen und adipösen Kindern und Jugendlichen (DGE 2001) und ein Anstieg von Essstörungen (vgl. z. B. Buddeberg-Fischer 2003) im Zusammenhang mit sozialer Zugehörigkeit (vgl. z. B. Kolip 2004) und Lebensstil (Gerhards & Rössel 2003) festzustellen.

etc. Mit Hilfe von biografischen Konzepten können im Unterricht Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Lerngruppe aufgespürt werden und damit auch einen Beitrag zur Esskulturbildung leisten und zur Verortung der eigenen Person beitragen.

2.2 Jugendliche sind selbst bestimmte Essende

Jugendliche können (und müssen) frühzeitig selbst (mit)entscheiden, was, wie und wann sie essen wollen, ohne jedoch über die notwendigen Kompetenzen für ein selbstständiges, verantwortliches Essverhalten vermittelt zu bekommen. Was und wie sie essen, wird überwiegend spontan aus der Situation heraus entschieden. Besonders außer Haus soll dann das Essen schnell gehen und preiswert sein (vgl. auch Bartsch 2003). Jugendliche wünschen sich gleichzeitig einen hohen Grad an Selbstbestimmung und Möglichkeiten zur Eigenkreation, die die überwiegend bevorzugten Convenience-Produkte nicht bedienen können. Das bietet Ansatzpunkte für den Aufbau von Kompetenzen, die auf den jugendlichen Alltag bezogen sind und eigenverantwortliches Handeln fördern.

2.3 Nahrungsmittelprodukte sind auch Konsumprodukte

Essentscheidungen sind heute häufig begrenzt auf Produkt- und damit Konsument-scheidungen. Erleben die Jugendlichen zum Beispiel einen Mehrwert von selbst zubereiteten Speisen (gemeinsames Essen als Genusserlebnis, etwas geschafft zu haben und damit unabhängig zu sein, etc.), dann wissen sie, wofür sich der Aufwand lohnt oder auch nicht. Folglich sind Einkauf, Zubereitung und genussvolles Essen in ihrer Kombination zentrale Themen für einen kompetenzorientierten Unterricht, der die Lernenden befähigt, für unterschiedlichen Situationen Handlungsalternativen zu kennen und selbst bestimmt zu handeln.

2.4 Jugendliches Essverhalten grenzt sich von dem anderer Altersgruppen ab

Jugendliche haben eine Doppelrolle als Heranwachsende in ihrer Entwicklung und als Träger des Wandels. Jugendliches Ess- und Konsumverhalten steht dabei in enger Wechselwirkung mit der Lebenswelt. Pauschale Ablehnungen von Ernährungsgewohnheiten wie Fast-Food-Verzehr oder „Snacking“ ignoriert erstens den Alltag fast aller

Altersgruppen, zweitens die Bedeutung des Kontextes und drittens entwicklungsphasentypische Bedeutung von Abgrenzung, Unabhängigkeit und zeitlicher Flexibilität. Vielmehr sollte die Ernährungs- und Verbraucherbildung differenzierter aus der Lebensphase Jugend resultierende Probleme und Interessen wahr- und ernst nehmen und dafür handlungsrelevantes Wissen und Können anbieten. Pädagogische Ansätze mit salutogenetischer Orientierung, die gleichzeitig gesundheitliche Risikofaktoren ernst nehmen, sind eine mögliche Antwort, die dem gegenwartsorientierten Gesundheitsverständnis von Jugendlichen gerecht werden (Bartsch 2002).

2.5 Jugendliche Interesse an Essen und Bewegung fokussiert auf Verbesserung ihres körperlichen Aussehens

Erwartungen und Wissenserwerb werden durch Vorkenntnisse, Bedürfnisse und subjektive Bedeutungen geleitet (Brandl 1999). Biographische Konzepte sehen Jugendliche als handelnde Subjekte, als Experten für ihre Situation und überlassen die Verantwortung dem Individuum. Die zentrale Rolle des eigenen Körpers und seines Aussehens bietet verschiedene Ansatzpunkte für den Unterricht (z. B. Schönheitsideale, Fitness, Kosmetikprodukte, Nahrungsmittel etc.) die aufgegriffen werden können, um beispielsweise Schülerwarentests durchzuführen, Werbung und Marketingstrategien unter die Lupe zu nehmen oder ausgehend von sog. „Diäten“³ Fachwissen aufzubauen, um diese hinsichtlich ihrer kurz- und langfristigen Wirkungen aus fachwissenschaftlicher Sicht zu bewerten.

Ausblick:

Abschließend sei auf die fachdidaktische Weiterentwicklung im Modellprojekt REVIS⁴ hinweisen. REVIS hat Bildungsziele und Kompetenzen formuliert, die eine Antwort auf die aktuellen Bildungsherausforderungen sind, die Jugendlichen ernst nehmen und ihnen gerecht werden.

³ Der Begriff „Diät“ wird hier umgangssprachlich gebraucht, im Sinne einer kalorienreduzierten Kost, die jedoch nicht gleichbedeutend mit „Reduktionsdiät“ im fachlichen Sinne ist.

⁴ Schlussbericht des REVIS Modellprojekt: Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen 2003 – 2005. Paderborn 2005. Information dazu im Internet unter <http://www.evb-online.de>.

Literatur

- Barlösius, E.: *Soziologie des Essens*. Weinheim, München 1999.
- Bartsch, S.: *Jugendliches Essverhalten als Coping-Strategie*. Haushalt & Bildung 2002/3, S. 44 – 51.
- Bartsch, S.: *Jugendesskultur: Bedeutungen des Essens für Jugendliche im Kontext Familie und Peer-group*. 2006 – Druck in Vorbereitung.
- Bartsch, S.: *Hungrig im Konsumdschungel – Essverhalten Jugendlicher unterwegs*. Haushalt & Bildung 2003/3, S. 3 – 12.
- Beer, S.: *Zum Grundlagenverständnis für die Standard- und Curriculums-Entwicklung*. H. Heseke & K. Schlegel-Matthies (Hrsg.), Paderborner Schriften zur Ernährungs- und Verbraucherbildung (Band 1). Paderborn 2004.
- Brandl, W.: „Konstruktivistische“ Wende auch in der hauswirtschaftlichen Bildung? *Grundfragen – Grundlagen – Grundpositionen*. Haushalt & Bildung 1999/3, S. 104 – 111.
- Bourdieu, P.: *Die feinen Unterschiede*. Frankfurt a. M. 1999/11. Auflage (Deutsche Erstausgabe 1984).
- Buddeberg-Fischer, B.: *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 2003.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.): *Ernährungsbericht 1976*. Frankfurt a. M. 1976.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.): *Ernährungsbericht 1992*. Frankfurt a. M. 1992.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE): 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.): *Ernährungsbericht 2004*. Frankfurt a. M. 2004.
- Gerhards, J. & Rössel, J.: *Das Ernährungsverhalten Jugendlicher im Kontext ihrer Lebensstile*. Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung (Band 20) hrsg. von BzGA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung). Bonn 2003.
- Heseke, H. et al.: *Schlussbericht des Modellprojekts „Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen“ (REVIS)*. Paderborn 2005.
- Kolip, P.: *Der Einfluss von Geschlecht und sozialer Lage auf Ernährung und Übergewicht im Kindesalter*. In Bundesgesundheitsblatt 2004/47, S. 235 – 239.
- Methfessel, B.: *Körperbeziehungen und Ernährungsverhalten bei Mädchen und Jungen*. In Methfessel, B. (Hrsg.), Essen lehren – Essen lernen (S. 31 – 76). Baltmannsweiler 1999.
- Methfessel, B.: *Welche Rolle spielt Ernährungskultur in der Ausbildung von Mittlerkräften?* In Bundesamt für Naturschutz (Hrsg.), Ernährungskultur: Land(wirt)schaft, Ernährung und Gesellschaft, 26. Wissenschaftliche Jahrestagung der AGEV, BfN Skripten Nr. 123/2004, S. 92 – 103.
- Methfessel, B.: *Fachwissenschaftliche Konzeption: Soziokulturelle Grundlagen der Ernährungsbildung*. In H. Heseke & K. Schlegel-Matthies (Hrsg.), Paderborner Schriften zur Ernährungs- und Verbraucherbildung (Band 7). Paderborn 2005.
- Meyer, S.: *Mahlzeitenmuster in Deutschland*. München 2002.
- Rössler-Hartmann, M.: *Die Ernährungsversorgung als Lernfeld im Alltag der Jugendlichen*. Dissertation an der PH Heidelberg 2006. Druck in Vorbereitung.
- Schlegel-Matthies, K.: *„Verbraucherbildung im Projekt REVIS“*. H. Heseke & K. Schlegel-Matthies (Hrsg.), Paderborner Schriften zur Ernährungs- und Verbraucherbildung (Band 2). Paderborn 2004.
- Ziemann, M.: *Zur Internationalisierung der Verzehrsgewohnheiten in europäischen Ländern*. Ernährungs-Umschau 4/1998, S. 121 – 123.