



universität  
wien

# MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

## Zwischen Abhängigkeit und Selbstständigkeit

Soziale Strukturen und ihre Manifestation im Essen und Essverhalten von Jugendlichen

verfasst von / submitted by

Deborah Ineke Drgac, BA

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of  
Master of Arts (MA)

Wien, 2019 / Vienna, 2019

Studienkennzahl lt. Studienblatt /  
degree programme code as it appears on  
the student record sheet:

UA 066 905

Studienrichtung lt. Studienblatt /  
degree programme as it appears on  
the student record sheet:

Masterstudium Soziologie

Betreut von / Supervisor:

Assoz. Prof. Mag. Dr. Ulrike Zartler-Griessel,  
Privatdoz.

## Eigenständigkeitserklärung zur Masterarbeit im Studiengang Soziologie

Titel der Masterarbeit:

Die Gestaltung der Ernährung von Jugendlichen - Enthüllung sozialer Strukturen und ihrer Manifestation im Essen und Essverhalten

Name der Verfasserin: Deborah Ineke Drgac

Matrikelnummer der Verfasserin: 01206463

Hiermit versichere ich, dass ich die vorstehende Arbeit selbständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Die Stellen der Arbeit, die anderen Werken dem Wortlaut oder dem Sinn nach entnommen wurden, habe ich in jedem einzelnen Fall durch die Angabe der Quelle bzw. der Herkunft, auch der benutzten Sekundärliteratur, als Entlehnung kenntlich gemacht. Dies gilt auch für Zeichnungen, Skizzen, bildliche Darstellungen sowie für Quellen aus dem Internet und anderen elektronischen Text- und Datensammlungen und dergleichen. Die eingereichte Arbeit ist nicht anderweitig als Prüfungsleistung verwendet worden oder in deutscher oder in einer anderen Sprache als Veröffentlichung erschienen. Mir ist bewusst, dass wahrheitswidrige Angaben als Täuschung behandelt werden.

Wien, 26.8.19



Ort, Datum

Unterschrift

## Einverständnis zur Speicherung der Daten zur Überprüfung mit einer Plagiatssoftware

Hiermit erkläre ich mich damit einverstanden, dass die Daten zum Zwecke der Überprüfung mit einer Plagiatssoftware gespeichert werden dürfen.

Wien, 26.8.19



Ort, Datum

Unterschrift

## Danksagung

An dieser Stelle möchte ich mich bei all jenen bedanken, durch deren Unterstützung das Zustandekommen dieser Arbeit erst möglich wurde.

Zuallererst gilt mein Dank Frau Assoz. Prof. Mag. Dr. Ulrike Zartler, PD, die mich mit ihrer fachlichen und persönlichen Unterstützung durch die Arbeit begleitet hat. Für die hilfreichen Ratschläge, das konstruktive Feedback und die motivierenden Anregungen möchte ich mich herzlich bedanken.

Ebenfalls danke ich all jenen, die das Forschungsvorhaben an InteressentInnen weitergeleitet und mir den Zugang zu diesem spannenden Forschungsfeld geöffnet haben.

Ich danke auch den Jugendlichen, die durch ihre Teilnahme, Neugier und Offenheit diese Arbeit ermöglicht haben.

Weiter möchte ich mich bei meiner Mutter Margret und meinem Vater Karel für ihre Unterstützung bedanken. Durch ihr Verständnis und ihren Beistand wurde die Verfassung dieser Arbeit zu einer wundervollen Erfahrung.

Mein besonderer Dank gilt meinem Freund Adrian, der mich mit viel Humor, Rückhalt und positivem Antrieb stets liebevoll durch den Schreibprozess begleitet hat.

## Abstract:

Das Essen ist ein soziales Konstrukt, welches durch Rituale, Überzeugungen, Normen und Motive gestaltet wird. Die Essgewohnheiten werden dabei durch Kultur und Sozialisationsprozesse geformt und insbesondere in der Kindheit und Jugend geprägt. In diesem Lebensalter befindet sich die jugendliche Ernährung noch in einem Stadium zwischen Selbstständigkeit und Abhängigkeit und stellt somit im Alltagserleben der Individuen ein interessantes Spannungsfeld dar, welches insbesondere durch die Familie, die Schule und die Peergruppe mitgestaltet wird. Ziel dieser Arbeit ist es, die Prozesse aufzudecken, die sich im Ernährungsverhalten der Jugendlichen manifestieren und somit die impliziten sozialen Muster der Speisen, der Ernährung und der Verzehrsituation besser zu verstehen. Anhand von zehn problemzentrierten Leitfadeninterviews wird eine mehrdimensionale Betrachtung der Motive und Entscheidungen der Ernährung aus Sicht der befragten Jugendlichen möglich.

Food is a social construct developed through rituals, beliefs, norms and motives. The eating habits are structured by the culture and the socialization processes, especially in adolescence. In this life period, health related behaviors are shaped in particular by the family, the school and the peer group and will be significant for the later life.

However, at this age nutrition is still at a stage between independence and dependency and thus represents an interesting field in the everyday life of the young individuals. The thesis aims to uncover the processes that manifest themselves in food, as well as in the nutritional behavior, to better understand the implicit social patterns. On the basis of ten problem-centered interviews results allow an multidimensional view into the motives and decision making from the adolescents perspectives in order to better understand their eating behavior, as well as the social impacts that manifest themselves in food and nutrition.

## Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung .....	7
2. Aktueller Forschungsstand .....	10
2.1 Die jugendliche Ernährung im Fokus soziologischer Forschung - eine internationale Betrachtung .....	10
2.2 Entwicklungen und Prognosen der jugendlichen Ernährung in Österreich. ....	19
3. Theoretische Hintergründe .....	24
3.1 Normierung und Wertevermittlung des Verzehrs und des Essens .....	24
3.2 Die Moralisierung der Nahrung .....	28
4. Methodisches Vorgehen.....	33
4.1 Forschungsdesign.....	33
4.2 Leitfaden .....	36
4.3 Transkript, Postskript, Memo .....	39
4.4 Analyseverfahren .....	40
4.5 Sampling .....	43
5. Ergebnisse .....	48
5.1 Interview 1 .....	48
5.2 Interview 2 .....	52
5.3 Interview 3 .....	57
5.4 Interview 4 .....	65
5.5 Interview 5 .....	70
5.6 Interview 6 .....	74
5.7 Interview 7 .....	78
5.8 Interview 8 .....	83
5.9 Interview 9 .....	86
5.10 Interview 10 .....	92
6. Reflexion .....	96
7. Zusammenfassung .....	102
8. Literaturverzeichnis.....	116
9. Anhang.....	124
9.1 TeilnehmerInneninformation & Einwilligungserklärung.....	124
9.2 Informationsblatt zur Rekrutierung .....	126
9.3 Leitfaden .....	127
9.4 Fragebogen .....	129

## Abbildungsverzeichnis

Tabelle 1 - soziodemografische Daten nach Interviews.....	47
Tabelle 2 -Kodierung Interview 1 .....	48
Tabelle 3 - Kodierung Interview 2 .....	53
Tabelle 4 - Kodierung Interview 3 .....	57
Tabelle 5- Kodierung Interview 4 .....	65
Tabelle 6 - Kodierung Interview 5 .....	70
Tabelle 7 - Kodierung Interview 6 .....	75
Tabelle 8 - Kodierung Interview 7 .....	78
Tabelle 9 - Kodierung Interview 8 .....	83
Tabelle 10 - Kodierung Interview 9 .....	87
Tabelle 11- Kodierung Interview 10 .....	92
Tabelle 12 - Visualisierung der Kernkategorien .....	95

## 1. Einleitung

„Es gibt offenbar nichts Unauffälligeres im Leben als Gesundheit“ (vgl. Schnell; 2006; S.344).

Solange der Körper und die Psyche keine offensichtlichen Symptome der Erkrankung zeigen, wird die Gesundheit oftmals als selbstverständlich wahrgenommen, weshalb ihr meist erst dann die notwendige Aufmerksamkeit entgegengebracht wird, wenn sie bereits nicht mehr vorhanden ist. Das Gesundheitsverhalten ist folglich in vielen Fällen ein Paradoxon, da erst Handlungsbedarf gesehen wird, wenn es bereits eigentlich zu spät ist.

Die *World Health Organisation* (WHO) definiert die Gesundheit nicht nur als die *Abwesenheit von Krankheit*, sondern erkennt dabei ein Zusammenspiel aus diversen Einflussfaktoren, die sich aus den materiellen Lebensbedingungen wie ökonomische Verhältnisse und Wohnsituation ergeben, sowie der Bildung, der Beschäftigung, der Umwelt und sozialer Beziehungen. Es handelt sich hierbei um eine *positive* Gesundheitsdefinition, die Gesundheit nicht mehr als Abwesenheit von Krankheit definiert, sondern *subjektive Aspekte der Gesundheit betont* (vgl. Lippke & Renneberg; 2006; S. 8). Darüber hinaus umfasst die Definition von Gesundheit ebenso *Handlungsaspekte* wie die Ernährung, Bewegung, Rauchen und Alkoholkonsum, die als individuelle Determinanten zu verstehen sind (vgl. Ducki & Greiner; 1992; S. 184). Grundsätzlich wird zwischen körperlichen und psychischen Faktoren unterschieden, die unter anderem das Ergebnis von sozialen Wechselwirkungen sind und *direkten Einfluss auf die Gesundheit ausüben* (Griebler et.al., 2016; S. 1).

Besonders das Ernährungsverhalten steht hierbei im Fokus der wissenschaftlichen Aufmerksamkeit, da es als *maßgeblicher Faktor für die Gesundheit und das Wohlbefinden* verstanden wird und *langfristig zur Gesundheitserhaltung* beitragen kann (vgl. Griebler et.al., 2016; S. 77). Dabei wird Übergewicht und Adipositas durch die WHO als *vorrangiges Gesundheitsproblem* eingestuft, wobei die Prävention von Übergewicht zu einem *wissenschaftlichen Forschungsziel mit oberster Priorität* erklärt wurde (vgl. Pöppelmeyer et.al., 2016; S. 104). Im *Rahmen des Globalen Aktionsplans gegen nichtübertragbare Krankheiten* formulierte die WHO das Ziel, den weiteren Anstieg der *Adipositasprävalenz bis 2025 zu stoppen* (Schienkiewitz et.al., 2018; S. 20).

Alleine in Österreich sind 43% aller Todesfälle auf kardiovaskuläre Erkrankungen zurückzuführen und stehen in *enger Verbindung mit Übergewicht und krankhafter Fettleibigkeit* (vgl. Pöppelmeyer et.al., 2016; S. 104). Die Wissenschaft geht dabei von schwer überwindbaren Verhaltensmustern und Gewohnheiten aus, die das Ernährungsverhalten

prägen und insbesondere im Jugendalter entwickelt werden (vgl. Gerhards & Rössel; 2003; S. 4). Folglich gerät die Ernährung von Jugendlichen in den wissenschaftlichen Fokus, um mehr über die Ursprünge der Ernährungsgewohnheiten aufzudecken und zugleich Klärungsansätze für gefestigte Muster im Erwachsenenalter zu finden. Ziel ist es dabei, Interventionen zu entwickeln, die sich positiv auf das Ernährungsverhalten und das Wissen über die gesunde Ernährung auswirken (vgl. Ferber; 1980; S.221). Dies soll zur *Steuerung und Verbesserung der gegenwärtigen Ernährungskultur* beitragen (vgl. Palm et.al., 2001; S. 409).

Allerdings fokussieren bisherige Forschungen, die sich mit der Ernährung von Jugendlichen auseinandersetzen, vorrangig auf *ernährungsbedingte Erkrankungen*, die mit weiteren Lebensstilfaktoren wie Stress oder mangelnde Bewegung in Verbindung gebracht werden und folglich auch das Konsumverhalten in den Mittelpunkt stellen (vgl. Mann-Luoma; et.al., 2002; S. 954f.). Das Essen geht jedoch über die physiologischen Aspekte hinaus und kann in all seinen Facetten, von der *Ernährung* über die *Esskultur*, bis hin zur *Verzehrsituation* als soziales Konstrukt verstanden werden (vgl. Hirschfelder & Pollmer; 2018; S. 41).

Die Ernährung ist dabei als *kulturelle Alltagspraktik* zu verstehen, die durch *Normierungen* mitgestaltet wird, welche in der Nahrungsaufnahme wiederzufinden sind. Die Esskultur schafft somit ein *Umfeld*, welches den Verzehr gewisser Speisen legitimiert oder auch tabuisiert, wobei den Lebensmitteln eine *Bedeutung* zugeschrieben wird. Darüber hinaus ist auch die Situation des Essens und der Zubereitung durch *räumliche, zeitliche und soziale Dimensionen* geprägt (vgl. Hirschfelder & Pollmer; 2018; S. 41). Um das Ernährungsverhalten somit in seiner Gänze erfassen zu können, bedarf es nicht nur der naturwissenschaftlichen Betrachtungsweise. Viel eher gilt es, dieses Phänomen multidisziplinär zu erforschen, um weitere Effekte der Ernährung aufzudecken. Erst die ganzheitliche Betrachtung des Phänomens kann hier zu Veränderungen in der Gesellschaft beitragen.

Die Soziologie ermöglicht dabei einen Zugang zu tiefgreifenden *Strukturen*, welche *das Problemfeld der Ernährung erfasst* und dabei den *Ernährungsalltag* wiedergeben kann, um *konkreten Handlungsbedarf* darzulegen (vgl. Palm et.al., 2011; S. 43f.). Die soziologische Betrachtungsweise kann somit die *Mannigfaltigkeit und Komplexität* des Themengebietes erfassen und dabei der impliziten vielschichtigen *soziokulturellen Gestaltung des Essens gerecht werden* (vgl. Barlösius; 1993; S. 88). Doch bislang setzten sich soziologische Forschungen insbesondere mit geschlechterspezifischen Unterschieden der Ernährungsweise auseinander oder legten ihren Schwerpunkt auf die Verbindung der *Zugehörigkeit sozialer*

*Milieus* und des Ernährungsverhaltens (vgl. Gerhards et.al., 2004; S. 60). Es ist allerdings anzunehmen, dass auch die Einflussfaktoren der Ernährung tiefer in den sozialen Strukturen zu suchen sind. So befassen sich ForscherInnen anhand der Ergebnisse von 485 interdisziplinären Fachzeitschriften aus 60 Jahren mit den Einflussfaktoren der Ernährung, die als *DONE (Determinants Of Nutrition and Eating behavior)* bezeichnet werden. Die Reviews ergaben, dass besonders die soziale Unterstützung, die Familienstruktur, die familiäre Esskultur und der sozioökonomische Status die Ernährung mitgestalten (vgl. Symmank et.al., 2017; S. 25 f.). Folglich ist auch aus soziologischer Perspektive das Forschen mit Jugendlichen von großem Interesse, da hier nicht nur die späteren Ernährungsgewohnheiten gefestigt werden, sondern sie sich zudem in einer Zwischenposition befinden, in der sie zum einen beginnen, selbstständig zu werden und über eigene Ressourcen zu verfügen, zum anderen jedoch weiterhin an ihre Familie gebunden sind, welche dem bisherigen Forschungsstand zur Folge die Ernährung maßgeblich beeinflusst (vgl. Gerhards & Rössel; 2003; S. 4). Zudem ist diese Lebensphase durch eine gesteigerte Identitätsentwicklung geprägt (vgl. Albarello et.al., 2018; S. 689). Jugendliche beginnen sich mit ihrem Körper und der Attraktivität auseinanderzusetzen und anders als Kinder, verfügen sie zugleich über mehr Handlungsoptionen sowie Wahlfreiheiten und werden somit zu eigenständigen EntscheidungsträgerInnen (vgl. Grob; 2007; S. 194f.). Doch weitere Faktoren, die sich in der Ernährung der Jugendlichen manifestieren, und wie diese aus deren Sicht verstanden werden, bleibt bis auf Weiteres unerforscht. Es gilt daher, die Ernährungsgewohnheiten zu *entschlüsseln* und dabei mehr über das Alltagshandeln sowie weitere unerforschte *Einflüsse* zu erfahren (vgl. Ferber; 1980; S. 222).

Dies ist das Erkenntnisinteresse dieser Arbeit und führt zu den folgenden **Forschungsfragen**:  
Wodurch wird die Ernährung der Jugendlichen gestaltet, die noch zu Hause wohnen und zur Schule gehen und sich folglich in der Zwischenposition der Selbstständigkeit und Abhängigkeit befinden?

Wie manifestiert sich diese Zwischenposition in dem Ernährungsverhalten der Jugendlichen?  
Die folgende Arbeit setzt sich mit diesen Fragen anhand von zehn problemzentrierten Leitfadeninterviews mit Jugendlichen zwischen 14 und 17 Jahren auseinander, um ein Verständnis für die Entscheidungen und Handlungen zu entwickeln und dabei die Relevanzsysteme aus Sicht der Jugendlichen besser nachzuvollziehen. Die Gespräche bieten die Gelegenheit, mehr über familiäre, soziale und weitere institutionelle Faktoren zu erfahren,

die das Leben der Jugendlichen und folglich auch ihre Ernährung mitgestalten. Durch den qualitativen Zugang zum Forschungsfeld können diese tiefliegenden Strukturen offengelegt und rekonstruiert werden.

Die Arbeit ist folgendermaßen gegliedert: in einem ersten Schritt wird auf den aktuellen Forschungsstand (Kapitel 2) Bezug genommen, um die Hintergründe der bisherigen Arbeiten in diesem Themengebiet nachzuvollziehen und dabei das Forschungsfeld sowie dessen Herausforderungen und Zugänge besser zu verstehen. Hierbei werden die Ergebnisse internationaler sozialwissenschaftlicher Forschungen beschrieben, die sich mit den Zusammenhängen der Ernährung und sozialer Faktoren bei Erwachsenen und Jugendlichen auseinandergesetzt haben. Daraufhin wird auf aktuelle österreichische Forschungsarbeiten Bezug genommen, die sich mit ähnlichen Fragestellungen befasst haben.

Daran anschließend setzt sich diese Arbeit mit den theoretischen Hintergründen (Kapitel 3) auseinander, wobei insbesondere die Normierung des Essens und später die Moralisierung der Nahrung im Fokus steht, um die soziale Konstruktion der Ernährung zu verstehen, welche durch die Gesellschaft und die Kultur geprägt wird und weiter in den Verhaltensweisen, Entscheidungen und Handlungen der Individuen wiederzufinden ist.

In einem nächsten Schritt wird die methodische Herangehensweise (Kapitel 4) beschrieben. Hier wird die Wahl der Methode begründet, das Forschungsdesign und das Analyseverfahren skizziert, sowie das Sampling und die Rekrutierungsstrategie vorgestellt. Schließlich werden die Ergebnisse der Arbeit (Kapitel 5) in den einzelnen Interviews präsentiert, welche schlussendlich in einem abschließenden Kapitel (6) zusammengefasst und mit den bisherigen Ergebnissen und Theorien in Verbindung gebracht werden.

## 2. Aktueller Forschungsstand

### 2.1 Die jugendliche Ernährung im Fokus soziologischer Forschung - eine internationale Betrachtung

Bereits seit 1850 ist die Ernährung im europäischen Raum ein relevantes Thema, dessen Ursprünge in Frankreich, Deutschland und den Niederlanden zu finden sind (vgl. Mennell et.al., 1992; S. 35f.). Damals richtete sich der Fokus auf die Optimierung des modernen Wohlfahrtsstaates, wobei Verbesserungsmöglichkeiten der Lebensmitteltransporte und Konservierungsmethoden wirtschaftlich im Vordergrund standen. Doch auch die Verbindung zur Gesundheit, Mangelernährung und Untergewicht wurde bereits zum Erkenntnisinteresse

diverser Forschungen (vgl. Mennell et.al., 1992; S. 35f.). Ab den 1950er Jahren wandelte sich das wissenschaftliche Interesse hin zu Übergewicht und anderen ernährungsbedingten Erkrankungen, wobei sich die Zielsetzung auf die Gesundheitsförderung ausrichtete und sich das Wissen um gesunde und ungesunde Lebensmittel, sowie das Ernährungsverhalten erweiterte (vgl. Barlösius; 2016; S. 70). Forschungen erkannten Mitte des 20. Jahrhunderts den Zusammenhang zwischen degenerativen Erkrankungen und Ernährung, wodurch die Ernährungsgewohnheiten der Bevölkerung sowie weitere soziale Determinanten sich zum Erkenntnisinteresse entwickelten (vgl. Ferber; 1980; S. 221). Hierbei wurde die Relevanz einer multidisziplinären Betrachtung der Ernährung deutlich, die sich nicht ausschließlich auf die naturwissenschaftlichen Aspekte der Gesundheit und der Ernährung beschränken sollte, sondern weiter in das soziale Feld hineinreichen musste, um Fragen des Alltagshandelns, den institutionalisierten Verhaltensweisen, dem Problembewusstsein und der Leiblichkeit des Menschen zu beantworten, sowie ein tieferes Verständnis für soziale Ungleichheiten, den Effekt der Bildung und des Geschlechtes zu entwickeln (vgl. Ferber; 1980; S. 222). Der gesundheitspezifische Fokus auf die Ernährung kommt vor allem bei Kindern und Jugendlichen besondere Aufmerksamkeit zu. Kinder sind noch nicht selbstständig erhaltungsfähig und ernähren sich zwangsläufig nach den elterlichen Vorgaben. Die Entscheidungswänge sind vorgegeben, wodurch das Forschungsinteresse in dieser Altersgruppe weiterhin auf die Eltern oder Schulen gerichtet ist (vgl. Gerhards & Rössel; 2003; S. 4). Jugendliche hingegen befinden sich in einem spannenden Zwischenstadium, da sie in diesem Lebensalter beginnen, über eigene Ressourcen zur Nahrungsaufnahme zu verfügen, jedoch nicht zwangsläufig die ernährungsphysiologischen Aspekte in ihre Entscheidung zur Lebensmittelwahl miteinbeziehen. Da zudem angenommen wird, dass sich das Ernährungsverhalten im Jugendalter ausbildet und sich zu späteren Gewohnheiten festigt, setzten sich sowohl qualitative als auch quantitative Studien mit der Ernährung von Jugendlichen auf multidimensionaler Ebene auseinander (vgl. Gerhards & Rössel; 2003; S. 4). Um das Ernährungsverhalten der Jugendlichen dabei besser zu verstehen, ist eine ganzheitliche Betrachtung sozialwissenschaftlicher Forschungen vorerst notwendig. Daher beschäftigt sich das folgende Kapitel mit Ergebnissen zu gesamtgesellschaftlichen Tendenzen, Entwicklungen, Trends und Prognosen des Essverhaltens. Im Anschluss wird dann auf die Forschung der jugendlichen Ernährung Bezug genommen, um so den vorerst generellen Blick

in weiterer Folge auf die spezifische Gruppe zu schärfen und die Mehrdimensionalität der Ernährungseinflüsse zu verdeutlichen.

Aktuell zählen ‚Ernährung‘, ‚Diät‘ und ‚Fitness‘ zu den meistgesuchten Begriffen im Netz und wecken zwangsläufig auch das Interesse internationaler Forschungen (vgl. Almenara et.al., 2019; S. 1). So führte ein norwegisches Forschungsteam 2015 eine Studie mit 1028 TeilnehmerInnen durch und untersuchte mit Hilfe von Onlinefragebögen die Nutzung von sozialen Netzwerken und Apps für Ernährungstipps und Diäten. Zudem wurden Daten in Bezug auf den Bildungsstand, die Wahrnehmung des eigenen Körpers und die Gesundheit erhoben. Hierbei gaben 80% der Befragten an, das Internet auch für gesundheitsbezogene Zwecke zu nutzen, wobei die Ernährung mit 61% das am häufigsten recherchierte Thema war. Insgesamt haben 69% der Frauen und 53% der Männer Ernährungsratschläge im Internet gelesen und 7% aller Befragten haben zudem Kontakt zu professionellen ErnährungsberaterInnen online aufgenommen (vgl. Wangberg et.al., 2015; S. 3f.). Die Ergebnisse zeigen, dass Bildungsdifferenzen in der Wahrnehmung der eigenen Gesundheit und Schönheit wiederzufinden sind, denn insbesondere Frauen mit höherem Bildungsstand geben zu 81% an, ihre Gesundheit sei „sehr gut“ oder „gut“ verglichen zu 69% der Frauen mit geringerer Bildung. Zudem werden die besagten Webseiten tendenziell von Personen mit höherem sozioökonomischen Status (45%) aufgerufen als von Personen mit geringerem sozioökonomischen Status (23%) (vgl. Wangberg et.al., 2015; S. 3f.). Eine an diesen Ergebnissen anlehrende Studie erhob 623 Onlinefragebögen weltweit, von TeilnehmerInnen zwischen 13 und 39 Jahren und führte zu dem Ergebnis, dass Ratgeber-Webseiten und Foren zu ernährungsbezogenen Themen häufiger von Frauen besucht wurden sowie von Personen, die angaben, ein höheres Maß an sozialer Unterstützung online wahrzunehmen. Das Besuchen der Seiten konnte dabei nicht mit Essstörungen in Zusammenhang gebracht werden, was die ForscherInnen zu dem Schluss kommen ließ, dass der Aufruf dieser Seiten eher mit dem Streben nach einer gesünderen Lebensweise - und weniger mit neuen Schönheitsidealen in Verbindung gebracht werden kann, da die Inhalte der untersuchten Plattformen aus Ernährungstipps und Rezeptideen in Kombination mit Sportübungen bestanden (vgl. Almenara et.al., 2019; S. 4f.). Anhand solcher Ergebnisse betonen wissenschaftliche Auseinandersetzungen das Potenzial der einfachen Zugänglichkeit von gesundheitsbezogenen Informationen und der geteilten Gesundheitsthematik in online

Gemeinschaften, dessen Überbegriff als „eHealth“ verstanden wird. Die Nutzung dieser Plattformen soll dabei helfen, das Arzt/ÄrztIn-PatientIn-Gefälle aufzulösen und zudem die Interaktion sowohl räumlich als auch zeitlich flexibler zu gestalten (vgl. Torrent-Sellens et.al., 2016; S. 13).

Dennoch bedarf es auch auf interpersonaler Ebene weiterer Interventionen, um das Gesundheitsverhalten der Gesellschaft zu verändern. In Folge dessen erhalten soziale Determinanten in der Entwicklung von gesundheitsfördernden Maßnahmen einen immer höheren Stellenwert. Amerikanische ForscherInnen führten *Reviews* von 32 internationalen Studien durch, die diverse Interventionen wie die Ernährung, Heimhilfe, finanzielle Unterstützung und freiwilligen Pflege auf Gemeindebasis untersuchten und dabei deren Effekt auf die Gesundheit der Bevölkerung im Fokus hatten. Die Ergebnisse wiesen darauf hin, dass 7 der 11 untersuchten Studien zu Ernährungsinterventionen, positive Auswirkungen der Ernährungsweise auf die allgemeine Gesundheit hatten, jedoch keine Veränderungen bei bereits erkrankten Personen mit Diabetes, Übergewicht oder Adipositas zeigten (vgl. Taylor et.al., 2016; S. 4f.). Diese Ergebnisse lassen darauf schließen, dass Veränderungen im Ernährungsverhalten trotz Interventionen auf mikrosoziologischer Ebene nur langsam zu erzielen sind, da Gewohnheiten in der Gesellschaft nur schwer überwunden werden können (vgl. Taylor et.al., 2016; S.16).

Um die sozialen Determinanten für das Ernährungsverhalten zu erforschen, untersuchten australische WissenschaftlerInnen 69 Studien mit insgesamt 5800 TeilnehmerInnen, die zwischen 1974 und 2014 durchgeführt wurden. In 64 der analysierten Studien wurden statistisch signifikante Zusammenhänge zwischen der Art der gewählten Lebensmittel und dem sozialen Kontext festgestellt. Insbesondere der Wunsch nach Zugehörigkeit und Verringerung der Unsicherheit ist dabei ein besonders einflussreicher Faktor für die Veränderung der Ernährung (vgl. Cruwys et.al., 2014; S. 3). Denn das Gewicht und die Ernährungsweise hat einen Effekt auf die Gruppenbildung und das kollektive Wir-Gefühl (vgl. Cruwys et.al., 2014; S.10). Dabei erhöht die Identifikation mit der Gruppe und der Wunsch nach Zugehörigkeit nicht nur die Wahrscheinlichkeit für eine Ernährungsumstellung, sondern bestimmt den Studien zufolge auch die Portionsgrößen sowie das Verhältnis der Nährstoffzufuhr. Die in der Gruppe definierten Normen entwickeln sich somit zu einer besonderen Determinante für das Essverhalten der Mitglieder, da diese eher dazu tendieren, die Verhaltensweisen anderer zu imitieren (vgl. Cruwys et.al., 2014; S.9). Die ForscherInnen

betonen daher den sozialen Einfluss als ein grundlegendes Merkmal für die Wahl der Lebensmittel und der gesunden sowie ungesunden Ernährungsweise (vgl. Cruwys et.al., 2014; S.13).

So wird auch das jugendliche Ernährungsverhalten von den genannten Faktoren mitgestaltet, wie es eine Studie mit Personen zwischen 12 und 17 Jahren verdeutlicht, die sich mit den soziodemografischen Faktoren der Ernährung in Europa befasst und dabei den Zusammenhang des Nährstoffgehalts der Jugendlichen mit dem Bildungsstand der Eltern erforscht. Die zur Analyse verwendeten Daten wurden dem Datensatz der *Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence Cross-Sectional Study (HELENA)* entnommen. Die Ergebnisse führten zu dem Schluss, dass Jugendliche einen höheren Calcium- und Vitamin-D-Wert aufwiesen, wenn ihre Eltern einen höheren Bildungsstand hatten. Dies war sowohl für Burschen als auch für Mädchen festzustellen, allerdings ist die Ernährung von Frauen bereits im Jugendalter verhältnismäßig gesünder als bei Männern (vgl. Julián et.al., 2017; S. 1597). Sozioökonomische Unterschiede in der Ernährung von Jugendlichen sind dabei kein neues Phänomen, wie die Ergebnisse einer britischen Studie belegen, in der Daten von 1936 bis 2015 verglichen wurden, um Veränderungen des sozioökonomischen Einflusses auf den BMI von Jugendlichen im Laufe der Jahrzehnte zu erforschen. Es konnte festgestellt werden, dass der BMI mit dem Einkommen in Verbindung steht, allerdings war dieser bei den Kohorten aus 1946, 1958 und 1970 mit niedrigem Status wesentlich geringer als bei Gleichaltrigen mit hohem sozioökonomischem Status (vgl. Bann et.al., 2018; S. 198 f.). Aktuell ist jedoch das Gegenteil der Fall, wobei Kohorten aus dem Jahr 2001 mit niedrigem Status einen wesentlich höheren BMI aufweisen, als Personen derselben Altersgruppe mit hohem Status. Diese Ergebnisse bleiben sowohl bei alleiniger Betrachtung des väterlichen oder des mütterlichen Bildungsstandes konstant, was den starken Einfluss des Einkommens und der Bildung der Eltern auf die Ernährung der im Haushalt lebenden Kinder verdeutlicht (vgl. Bann et.al., 2018; S. 198 f.). Der BMI ist folglich ein Hinweis auf die Schichtzugehörigkeit, wobei eine schwache sozioökonomische Positionierung mit einer reduzierteren Einnahme von Obst und Gemüse einhergeht (vgl. Krause et.al., 2016; S. 1013).

Allerdings ist dies nicht der alleinige Einflussfaktor, wie die Ergebnisse einer ähnlichen Studie verdeutlichen. Hierbei wurden Daten aus 30 Ländern von Europa und Nordamerika in den vergangenen 10 Jahren analysiert, wobei sowohl die Familienkultur als auch die geltenden Normen der Peergruppe als wirksame Faktoren für das Gesundheitsverhalten der

Jugendlichen identifiziert wurden (vgl. Currie et.al., 2008; S. 1434). Die Signifikanz des Einflusses der Familienkultur variierte jedoch in den diversen Ländern, wohingegen sich das Haushaltseinkommen in allen erforschten Ländern als besonders signifikante Variable für das Gesundheitsverhalten der Jugendlichen erwies (vgl. Currie et.al., 2008; S. 1434). Dennoch ist unklar, ob dieses Ergebnis eventuell eher auf den geringeren Wissenstand als auf das Einkommen zurückzuführen ist (vgl. Kähkönen; 2018; S. 13).

Diese Annahme führte zur Einführung der *nutrition education* in ausgewählten amerikanischen Schulen. Dabei konnte ein positiver Effekt der Bildung auf die Wahl der Lebensmittel, die hygienischere Zubereitung und Aufbewahrung durch die SchülerInnen und deren Familien festgestellt werden. Die AutorInnen betonen dabei den positiven gesamtgesellschaftlichen Effekt der schulischen Ernährungsbildung, da diese Institution nicht allein die SchülerInnen erreicht, sondern darüber hinaus auch die Eltern und MitarbeiterInnen weiterbildet und somit zu einer allgemein verbesserten Gesundheitsförderung beitragen kann (vgl. Pérez-Rodrigo & Aranceta; 2003; S. 82). Der Fokus der Gesundheitsförderungen wird somit deutlicher auf *health literacy* gesetzt und meint damit die *gesundheitsbezogene Bildung*, die zu einer eigenständigen Kompetenz zur Aufrechterhaltung oder Optimierung der Gesundheit weiterentwickelt werden soll (vgl. Okan et.al., 2015; S. 930).

Der neue Fokus auf Gesundheitsbildung verdeutlicht, dass sich das Gesundheitsverhalten nicht ausschließlich über den Status erklären lässt. Viel eher handelt es sich um ein komplexes Zusammenspiel mehrerer Faktoren, die das Verhalten sowohl positiv als auch negativ mitgestalten. Folglich werden die Potenziale neuer Settings, wie die Schule, genutzt, um *Handlungskompetenzen, individuelle Eigenverantwortlichkeit und ein hohes Maß an Selbstbestimmung zu entwickeln* (vgl. Okan et.al., 2015; S. 939). Hierzu bedarf es Forschungen, die sich mit weiteren Determinanten befassen. So erkannten ForscherInnen die Relevanz der sozialen Unterstützung als wichtiges Element zur Verbesserung des Ernährungsverhaltens von Jugendlichen zwischen 13 und 15 Jahren. Die Studie erhob Fragebögen von 330 SchülerInnen und berechnete *scores* zu der subjektiv wahrgenommenen Unterstützung, sowie den Erwartungen an die gesunde Ernährung und ihre *Selbstwirksamkeit* – Letzteres meint den Glauben an die eigenen Fähigkeiten, herausfordernde Situationen selbstständig zu bewältigen (vgl. Jerusalem & Hopf; 2002; S. 29). Doch lediglich die soziale Unterstützung war in dieser Studie eine einflussreiche Variable für das Ernährungsverhalten der Befragten (Zolghadr et.al.,

2019; S. 9120). Nichts desto trotz sucht die Wissenschaft nach weiteren Effekten, die sich auf die Wahl der Lebensmittel auswirken (vgl. Albuquerque et.al., 2018; S. 46).

So ist die Familie auch hinsichtlich der Wertevermittlung und Prägung von Gewohnheiten ausschlaggebend, wobei Alltagsroutinen durch die Eltern mitgestaltet werden, die sich in den Vorlieben und Abneigungen der Kinder widerspiegeln (vgl. Gerhards & Rössel; 2003; S. 31).

Besondere Relevanz erhält dabei der Ort der Nahrungsaufnahme, denn Jugendliche nehmen Speisen mit hohem Vitamingehalt am häufigsten zu Hause zu sich, während ungesundes Ernährungsverhalten wie Essen im Gehen, geringer Nährwert und Konsum zuckerhaltiger Getränke meist außerhalb des privaten Raumes stattfinden (vgl. Laska et.al., 2015; S. 2135).

Je strukturierter das Essverhalten in Bezug auf die Uhrzeit und den Ort ist, umso gesünder ist auch die Wahl der Lebensmittel (vgl. Laska et.al., 2015; S. 2135). Angesichts dieser Ergebnisse

wendet sich der Fokus der Forschung auch immer mehr hin zu bestelltem Essen, da dies bei der Nahrungsaufnahme von Kindern und Jugendlichen einen immer größer werdenden Stellenwert einnimmt. So konnte unter Anderem festgestellt werden, dass Kinder und Jugendliche, die mehr als einmal im Monat ins Restaurant gehen, mit höherer Wahrscheinlichkeit übergewichtig sind (vgl. Castro et.al., 2016; S. 2411). Insbesondere qualitative Forschungsansätze versuchen dabei mikrosoziologische Muster wie Entscheidungsprozesse und Handlungsabläufe zu erforschen. So auch eine amerikanische Studie, die mit Hilfe von Beobachtungen und Interviews das Verhalten von Familien mit Kindern zwischen 3 und 14 Jahren in Restaurants erhob. Zum einen wurde die Zeit ermittelt, die das Kind oder der Jugendliche bis zur Entscheidung für das gewünschte Gericht benötigte. In weiterer Folge wurden die Beweggründe für die getroffene Wahl der Speise erfragt, sowie Häufigkeitsangaben der Restaurantbesuche ermittelt (vgl. Castro et.al., 2016; S.2408). Ob die Eltern oder das Kind interviewt wurden, war lediglich von der Interaktion mit dem/der ServicemitarbeiterIn abhängig. Wurde die Bestellung selbstständig aufgegeben, so wurde das Kind altersunabhängig interviewt. Insgesamt hatten 53% der Kinder ihr Gericht selbstständig bestellt (vgl. Castro et.al., 2016; S.2409). Von denen gaben 60% an, bereits vor der eigentlichen Bestellung zu wissen, welches Gericht sie essen wollten. Als Begründung für die Wahl gaben 13% *intrapersonale Gründe* wie Erfahrung, geschmackliche Vorliebe oder Gesundheit an. 33% verwiesen auf *interpersonale Gründe* wie die Eltern, Familie oder gar die/der ServicemitarbeiterIn. Weitere 33% nutzten das Menü und 21% argumentierten mit mehreren Faktoren der genannten Kategorien (vgl. Castro et.al., 2016; S.2409). Hinsichtlich

der Frage, welche Faktoren die Wahl anderer Speisen mit mehr (oder anderem) Obst und Gemüse begünstigen würde, gaben 57% der Kinder und Jugendlichen in erster Linie das Design oder das Menüspielzeug als Auswahlkriterium an (vgl. Castro et.al., 2016; S. 2410).

Ergebnisse solcher Studien ermöglichen ein ungefähres Bild des *decision making* in Bezug auf die eigenständige Ernährung und deuten darauf hin, dass die Gesundheit einen geringeren Stellenwert in der Wahl der Lebensmittel hat. Dies scheint Jugendliche jedoch durchaus zu beschäftigen, da sich diese Veränderungen auch negativ auf die Angaben zur Lebensqualität und allgemeinem Wohlbefinden, insbesondere bei Mädchen, auswirken (vgl. Saxena; 2017; S. 47). In diesem Zusammenhang liefert die Langzeitstudie des Robert Koch Instituts zur Gesundheit der Kinder und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS) besonders vielfältige Ergebnisse mit einer großen Stichprobe von 17.641 TeilnehmerInnen und wiederholten Erhebungen über drei Jahre mit Personen unter 18 Jahren (vgl. Krug et.al., 2018; S. 4). Erhoben wurde das Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen sowohl in Bezug auf die Ernährung als auch auf die Bewegung und das Gesundheitsrisikoverhalten wie Tabak- oder Alkoholkonsum, sowie das individuelle Gesundheitsverständnis und der Lebensstil der Kinder und ihrer Eltern. Deutlich wurden dabei die Unterschiede in den Altersgruppen, die vor allem auf die Selbstständigkeit der Ernährung zurückzuführen sind. Denn die Ernährung jüngerer Kinder wird von den Eltern mitgestaltet, was sich beispielsweise im geringeren Zuckerkonsum widerspiegelt, dieser ist bei Mädchen zwischen 11 und 17 Jahren höher (73,1g/Tag) als bei Mädchen zwischen 3 und 10 Jahren (60,6g/Tag) (vgl. Krug et.al., 2018; S. 11).

Doch Jugendliche erkennen die Verantwortung der Eltern in ihrem Gesundheitsverhalten an, wie sich anhand von Interviews mit 41 persischen Jugendlichen zwischen 11 und 19 Jahren feststellen ließ. Dabei waren alle TeilnehmerInnen der Meinung, dass Eltern allgemein einen wichtigen Beitrag zu der Aufrechterhaltung der Gesundheit mit Hilfe von guter Kommunikation, Selbstbewusstseinsförderung und Sicherheit leisten können. Manche der InterviewpartnerInnen machten ihre eigenen Eltern gänzlich für ihr Gesundheitsverhalten verantwortlich, andere wiederum beschwerten sich über ständige Wiederholungen der gesundheitlichen *do's and don'ts*, sowie über die elterlich gesetzten Grenzen hinsichtlich gesundheitsschädlichen Verhaltenseisen wie das Rauchen und der Konsum von Alkohol (vgl. Parvizi & Ahmadi; 2009; S.167).

Ein weiterer Einflussfaktor für die Ernährung, der sich insbesondere im Jugendalter entwickelt, ist das Geschlecht. Anders als bei Kindern entwickeln sich geschlechtsspezifische Differenzen

bei Jugendlichen im Zuge der selbstständigen Nahrungsaufnahme. So stellte die bereits erwähnte KiGGS-Studie fest, dass 14% der befragten Mädchen zwischen 11 und 17 Jahren die empfohlene Menge von 5 Portionen Obst und Gemüse pro Tag zu sich nehmen, während dies lediglich bei 9,3% der Burschen zutrifft (vgl. Krug et.al., 2018; S.15).

Andere Studien erkennen in diesem Zusammenhang geschlechtsspezifische Differenzen in Bezug auf die Kochfähigkeiten und die richtige Zubereitung. Denn obwohl darauf hingewiesen wird, dass Kinder immer seltener kochen und Burschen häufiger in den Prozess der Nahrungszubereitung mitintegriert werden, geben Mütter und Großmütter tendenziell ihr Wissen ihren Töchtern und Enkelinnen weiter. Bei Befragungen schätzen Mädchen dabei ihre Fähigkeiten der Zubereitung und Aufbewahrung von Lebensmitteln besser ein als Burschen (vgl. Brombach; 2017; S.127). Des Weiteren tendieren Mädchen eher zu ungesunden Gewichtskontrollen, wie sich anhand eines *Reviews* von 28 Artikeln feststellen ließ. Hierbei wurde deutlich, dass Mädchen sich an weiblichen Schönheitsidealen wie „schlank“ und „schön“ orientieren, während Burschen besonderen Wert auf Muskeln und Stärke legen (vgl. Spencer et.al., 2015; S. 7). Diese Geschlechternormen beeinflussen das Ernährungsverhalten, insbesondere von jugendlichen Mädchen, die ihren Fokus tendenziell eher auf Diäten richten und weniger auf eine ausgewogene und gesunde Ernährung (vgl. Spencer et.al., 2015; S. 7.). Die ForscherInnen vermuten dabei einen Zusammenhang mit den sozialen Medien und soziokulturellen Normen (vgl. Spencer et.al., 2015; S. 8f.). Mit dieser Annahme als Ausgangspunkt, befasste sich eine amerikanische Studie mit der Unzufriedenheit des eigenen Erscheinungsbildes von 237 Mädchen zwischen 11 und 17 Jahren und suchte dabei nach Einflussfaktoren wie soziale Medien, Fernsehen und den Konkurrenzkampf in Peer-Gruppen (vgl. Ferguson et.al., 2018; S. 1). Doch sowohl in Bezug auf die Unzufriedenheit als auch die Wahrscheinlichkeit einer Essstörung, konnten keine signifikanten Zusammenhänge mit den vermuteten Einflussfaktoren festgestellt werden. Lediglich der Konkurrenzkampf innerhalb der Peergruppen war als einzige Variable aussagekräftig für die körperliche Unzufriedenheit. Nichts desto trotz gehen die ForscherInnen davon aus, dass dieser Wettkampf auch online und insbesondere über die Nutzung sozialer Netzwerke stattfindet (vgl. Ferguson et.al., 2018; S. 9f.). So weisen die Ergebnisse einer Studie auf einen starken Zusammenhang zwischen der Nutzung sozialer Netzwerke und einem geringen Selbstbewusstsein hin. Dies wurde anhand von Daten des *European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs* (ESPAD) mit 5.961 Jugendlichen aus Ungarn untersucht. Zudem wurde die *Bergen Social Media Addiction Scale*

bemessen, die Auskunft über das Suchtniveau in Zusammenhang mit Netzwerknutzung gibt (vgl. Bányai et.al., 2017; S.1). Personen, die hierbei einen hohen Abhängigkeitswert aufwiesen, waren zudem mit hoher Wahrscheinlichkeit depressiv. Außerdem verbrachten Personen mit schwachem Selbstbewusstsein tendenziell mehr Zeit in den sozialen Netzwerken und waren überwiegend weiblich (vgl. Bányai et.al., 2017; S.10). Die Studien verdeutlichen die Vielschichtigkeit und Komplexität der Einflüsse auf die Ernährung von Jugendlichen und betonen die Notwendigkeit einer multidimensionalen Aufklärung, in der sowohl die Schule als auch die Familien miteinbezogen werden, um das Selbstvertrauen zu fördern, Wissen weiter zu geben und *dies langfristig in gesellschaftliche Strukturen zu implementieren*. Bislang bleibt allerdings unklar, ob Präventionsmaßnahmen für eine gesündere Ernährung bei Jugendlichen auch zur Reduktion von Essstörungen beitragen (vgl. Schuck & Scheider; 2019; S. 9).

## 2.2 Entwicklungen und Prognosen der jugendlichen Ernährung in Österreich.

Insgesamt sind aktuell 32 % der österreichischen Bevölkerung übergewichtig und knapp 14% sind adipös. Die Wahrscheinlichkeit einer Gewichtszunahme bis hin zum ungesunden Übergewicht steigt dabei proportional zum Alter, wobei auch jüngere Personen nun immer früher zu der Risikogruppe hinzugezählt werden. Die Zahlen der übergewichtigen Personen zwischen 15 und 30 Jahren steigen in Österreich seit 2007 kontinuierlich an, wobei innerhalb von 7 Jahren (Stand 2014) weitere 5% adipöse Frauen und 4% adipöse Männer hinzugezählt wurden (vgl. Griebler et.al., 2016; S. 5). Die Daten der sechsten Welle des European Social Survey aus 2016 geben Aufschluss über Risikofaktoren, die eine ungesunde Ernährung in Österreich begünstigen. So ist insbesondere der Erwerbs- und Bildungsstatus ausschlaggebend für das Auftreten von Übergewicht und mangelhaften Ernährungsgewohnheiten. Dabei geben 49% der 161 österreichischen Befragten zwischen 15 und 24 Jahren an, einmal pro Tag Obst zu konsumieren (Fruchtsäfte ausgenommen). In Einbeziehung aller Altersgruppen zwischen 15 und älter als 64 Jahren, geben 43% der 1795 Befragten an, lediglich einmal pro Tag Obst und Gemüse zu verzehren. Allerdings gilt es hier zu berücksichtigen, dass die Mengenverhältnisse ungenau definiert sind (vgl. Littig et.al., 2016; 67f.). Auch hier ist eine sozioökonomische Teilung zu erkennen, wobei Personen mit schwachem sozioökonomischen Status einen geringeren Gemüseverbrauch aufweisen (vgl. Littig et.al., 2016; 67f.). Doch nicht nur der sozioökonomische Status spiegelt sich in den Ernährungsweisen der Bevölkerung wider. Auch die Bildung lässt Unterschiede auf nationaler

Sicht deutlich werden, wobei der tägliche Konsum von Obst und Gemüse proportional zum Bildungsstand steigt (vgl. Griebler et.al., 2016; S. 78). So verzehren 54% der befragten Frauen mit Matura oder einem höheren Abschluss und 38% mit Pflichtschulabschluss als höchsten abgeschlossenen Bildungsstand täglich Obst und Gemüse. Diese Tendenz ist ebenso bei Männern festzustellen, auch wenn diese grundsätzlich weniger Obst und Gemüse konsumieren. Hier verzehren 33% der Männer mit Matura oder höherem Bildungsabschluss und 24% jener mit Pflichtschulabschluss dieselbe Menge an Obst und Gemüse (vgl. Griebler et.al., 2016; S. 78).

Bildungsstand und Erwerbstätigkeit beeinflussen jedoch nicht nur die Ernährung, sondern wirken sich auch auf den subjektiv wahrgenommenen Gesundheitszustand aus (vgl. Riedel et.al., 2017; S. 185). Dieser wird von knapp 13% der Arbeitslosen als „sehr schlecht“ eingeschätzt, während dies lediglich 1-2% der Erwerbstätigen angeben. Dieses Ergebnis konnte sowohl bei Männern als auch bei Frauen festgestellt werden, wobei dieser geschlechtliche Gleichstand auf die Entwicklungen der vergangenen Jahre zurückzuführen ist, denn seit 2007 steigen die Zahlen der Männer mit geringem subjektiv wahrgenommenen Gesundheitszustand stetig an, während bei Frauen seit diesem Zeitpunkt ein Rückgang zu beobachten ist (vgl. Riedel et.al., 2017; S. 185). In keinem anderen EU-15 Land variieren die Differenzen der subjektiven Wahrnehmung des Gesundheitszustandes zwischen der untersten und obersten Bildungsschicht so stark wie in Österreich (vgl. Riedel et.al., 2017; S. 177).

Nichts desto trotz liegt Österreich, nach dem *European Health Interview Survey* (EHIS) im internationalen Vergleich in Bezug auf den Obst- und Gemüsekonsum im durchschnittlichen Bereich. Wobei konkreter der Obstkonsum im mittleren durchschnittlichen Bereich und der Gemüsekonsum im unteren durchschnittlichen Bereich zu vermerken ist (vgl. Griebler et.al., 2016; S. 78). Auch der Salzkonsum ist mit 5.6g/Tag unterdurchschnittlich, denn dieser liegt in den meisten europäischen Ländern zwischen 7-13g/Tag. Die *Austrian Nutrition Society* empfiehlt eine maximale Salzzufuhr von 6g täglich, womit die österreichische Bevölkerung das gesundheitlich unbedenkliche Höchstmaß im Durchschnitt nicht überschreitet (vgl. Hasenegger; 2018; S.8).

Der Bildungs- und Erwerbsstatus sind allerdings nicht die einzigen Faktoren, die sich in der Wahl der Lebensmittel widerspiegeln. Um die Öffentlichkeitsarbeit im Sinne der Aufklärung über gesunde und ungesunde Ernährung wirksamer zu gestalten, sucht die Wissenschaft nach

weiteren Prädiktoren der Ernährung und erkennt in Österreich insbesondere die Gewohnheit als einflussreichen Faktor an (vgl. Hasenegger; 2018; S. 11). Eine Studie erforschte dabei das Ernährungsverhalten von 2018 ÖsterreicherInnen zwischen 18 und 64 Jahren mit Hilfe von Fragebögen und suchte nach Zusammenhängen mit soziodemographischen, sowie anthropometrischen Faktoren. Anders als bei anderen Studienergebnissen konnten hier keine signifikanten Ergebnisse für ein Zusammenspiel aus Bildungsstand, Bewegung oder den sozioökonomischen Status festgestellt werden. Lediglich das Geschlecht und der Body Mass Index (BMI) waren Indikatoren für die Ernährung der TeilnehmerInnen (vgl. Hasenegger; 2018; S. 11). So hat auch der Migrationshintergrund keinen signifikanten Einfluss auf das Essverhalten, denn Studien belegen, dass der BMI und die Häufigkeit von Diabetes in Österreich bei Personen mit Migrationshintergrund geringer ist als bei Personen ohne Migrationshintergrund (vgl. Waxenegger et.al., 2017; S. 128).

Trotz dieser Erkenntnisse bleibt aber die Relevanz guter Bildung zur Stärkung des subjektiven Wohlbefindens, des Gesundheitszustandes und des Gesundheitsverhaltens weiterhin ein zentrales Element, da sich diese in weiterer Folge auf das Einkommen und den Erwerbsstatus auswirken und zudem die *finanziellen, materiellen, psychologischen und sozialen Ressourcen* mitbeeinflussen (vgl. Riedel et.al., 2017; S. 180).

Wie in den meisten westeuropäischen Ländern ist auch in Österreich ein stetiger Anstieg von übergewichtigen Kindern und Jugendlichen zu konstatieren (vgl. Kleck; 2014; S. 1). Dabei sind Personen zwischen 6 und 15 Jahren in Wien häufiger betroffen als in anderen Bundesländern (10 % zu 8%) (vgl. Dorner; 2012; S. 144). Nichts desto trotz haben sich die Zahlen hinsichtlich des Obst- und Gemüsekonsums bei Jugendlichen von 11, 13, und 15 Jahren stetig verbessert, denn während 2014 lediglich 24% täglich Obst und Gemüse verzehrten, gaben 2017 bereits 35% derselben Altersgruppe an, dieselbe Menge zu konsumieren. So ist der Obstkonsum bei Jugendlichen im europäischen Vergleich überdurchschnittlich, jedoch der Gemüsekonsum unterhalb des europäischen Durchschnitts (vgl. Griebler et.al., 2017; S. 79).

Angesichts dieser Daten setzte sich eine Wiener Studie mit verschiedenen Präventionsmaßnahmen auseinander und erforschte die Auswirkungen unterschiedlicher Interventionen auf die Ernährung von SchülerInnen zwischen 11 und 17 Jahren. Hierbei waren 82 Personen Teil der Versuchsgruppe und 59 Personen blieben unbeeinflusst und waren somit der Kontrollgruppe zugeordnet. Die Interventionsgruppe erhielt eine 20-stündige altersgemäße Ernährungsschulung, eine 5-stündige medizinische Schulung, sowie eine 20-

stündige Sport- und Bewegungsschulung. In dieser Gruppe wurde im Anschluss nach 6 und 12 Monaten unter anderem das Ernährungswissen und -verhalten erhoben (vgl. Pöppelmeyer; 2016; S. 104). Vor der Intervention beantworteten die TeilnehmerInnen die gestellten ernährungsspezifischen Fragen zu 49,7% korrekt. Dieser Durchschnitt stieg nach der ersten Intervention um 7,4% und um weitere 2,8% bei der zweiten Erhebung nach fünf Monaten. Somit konnte im Zuge der 20-stündigen Schulung ein signifikant verbessertes Ernährungswissen festgestellt werden, welches die Wirksamkeit der Bildung in diesem Kontext verdeutlicht. Das angereicherte Wissen wirkte sich zudem ebenso auf das Ernährungsverhalten der Altersgruppe aus, wobei eine signifikante Reduktion von *Fast-Food-Produkten, Süßigkeiten und salzigen Snacks* festgestellt werden konnte (vgl. Pöppelmeyer; 2016; S. 106). Auffallend war jedoch der hohe Anteil an TeilnehmerInnen, die zu 86,95% vor der ersten Intervention einen geringen Vitamin-D Haushalt aufwiesen (vg. Pöppelmeyer; 2016; S. 108). Diese Ergebnisse verdeutlichen die Relevanz der Bildung in Österreich, in Bezug auf schulische Interventionsmöglichkeiten und das Ernährungsverhalten von SchülerInnen.

Doch wie verhält es sich mit Jugendlichen ohne Bildung, Anstellung oder Ausbildung? Diese Gruppe wieder als NEET bezeichnet (not in education, employment or training), womit Personen zwischen 15 und 24 gemeint sind, die entweder arbeitssuchend bzw. arbeitslos sind und keine Ausbildung absolvieren. Im Jahr 2011 wurden in Österreich 13% der besagten Altersgruppe ein solcher NEET-Status zuerkannt, wobei die Ursachen insbesondere auf ein niedriges Bildungsniveau, oder Haushaltseinkommen zurückzuführen sind, sowie mit einem Migrationshintergrund in Verbindung gebracht werden können. Dazu zählen in Österreich insbesondere junge Mütter, arbeitslose junge Männer, SchulabbrecherInnen und ausgebildete arbeitslose Personen in ländlichen Gebieten. Im Vergleich zu Personen derselben Altersgruppe ohne NEET-Status, ist die Wahrscheinlichkeit für Normalgewicht, körperliche Aktivität und der regelmäßige Konsum von Obst und Gemüse verhältnismäßig gering. Die zur Verfügung stehenden Mittel sind eingeschränkt und begünstigen insbesondere den Verzehr von Fast-Food (vgl. Höld et.al. 2018; S. 113). Eine österreichische Studie setzte sich mit dem Gesundheitsverhalten von 53 Jugendlichen mit NEET-Status anhand von Fragebögen zu dem spezifischen Ernährungsverhalten, der Körperwahrnehmung und dem subjektiven Gesundheitszustand auseinander und verglich die Angaben mit jenen von Jugendlichen ohne NEET-Status. Die Fragen fokussierten dabei insbesondere auf die Wahrnehmung verschiedener Lebensmittel, Hunger und allgemeine Ernährungsumstände (vgl. Höld; 2018; S.

114). Die Ergebnisse wiesen, ähnlich wie auch bei den Studienergebnissen der arbeitslosen Erwachsenen, auf schlechteres Ernährungsverhalten bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit NEET-Status hin, wobei speziell der Obst- und Gemüsekonsum deutlich geringer war als bei anderen Gleichaltrigen. Insgesamt verzehrten 81% der Personen mit NEET-Status nicht die empfohlene Obst- und Gemüse Menge pro Tag. Zudem ist die tägliche Kalorienzufuhr höher, obgleich der Nährwert relativ gering ist. Dies lässt darauf schließen, dass die besagte Gruppe weniger Vollkornprodukte und frische Lebensmittel, dafür mehr Fast-Food und ungesunde Snacks verzehrt, wodurch auch Übergewicht zehnmal häufiger auftritt als bei Personen ohne NEET-Status (vgl. Höld; 2018; S. 117). Um Klärungsansätze für diese Ungleichheiten zu finden, gehen auch hier die ForscherInnen von einem erheblichen Einfluss der Bildung auf das Verhalten der Jugendlichen aus, wobei die Unwissenheit die Planung einer gesunden Lebensweise erschwert und sich auch in der Zubereitung der Speisen oder der Wahl der Lebensmittel und derer Nährwertverteilung auswirken. Das zur Verfügung stehende Budget wird als weiterer Faktor definiert, welches zum Kauf von Billigprodukten verleitet, die oftmals stark kalorienhaltig und wenig nahrhaft sind. Schlussendlich werden auch Coping Strategien in dieser Gruppe vermutet, um das geringe Selbstbewusstsein, den Kontrollverlust und die fehlende Selbstwirksamkeit zu bewältigen (vgl. Höld; 2018; S. 117).

Weitere Einflussfaktoren für Adipositas und Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen zwischen 8 und 18 Jahren in Österreich wurden von Wiener ForscherInnen untersucht, die sich zudem mit den Geschlechterunterschieden auseinandersetzten (vgl. Ardelt-Gattigner et.al., 2015; S. 111). Mit Hilfe von Fragebogen gestützten Erhebungen konnte herausgefunden werden, dass keine Geschlechterunterschiede in Bezug auf die Einstellung zu Lebensmitteln und Bewegung bei übergewichtigen und adipösen Personen der Altersgruppe zu finden waren. Dennoch waren Geschlechterunterschiede in der Wahl der Speisen zu erkennen, wobei übergewichtige Burschen eher zu ‚deftigen‘ Lebensmitteln greifen. Bei Kindern und Jugendlichen mit Adipositas, konnte diese signifikante Geschlechterdifferenz jedoch nicht mehr festgestellt werden. Ebenso wenig Unterschiede konnten in Bezug auf die Vorliebe für ‚gesunde‘ Lebensmittel oder die selbsteingeschätzte Lebensqualität nachgewiesen werden, unabhängig von der Gewichtsklasse (vgl. Ardelt-Gattigner et.al., 2015; S. 113). Die AutorInnen betonen dabei die Relevanz der nicht-signifikanten Ergebnisse und erkennen das Potential ganzheitlichen Präventionsmaßnahmen an, die sowohl für Burschen als auch für Mädchen in der Praxis umsetzbar wären (vgl. Ardelt-Gattigner et.al., 2015; S. 115).

Der Stand der Forschung verdeutlicht die Parallelen zwischen der jugendlichen und erwachsenen Ernährungsweise, die durch soziodemographische, sowie sozioökonomische Einflussfaktoren mitgestaltet wird. Es lassen sich dabei sowohl interpersonale Effekte durch die Eltern, das Umfeld und die Schule erkennen, sowie auch intrapersonale Einflüsse durch die Arbeitslosigkeit, geringe Bildung oder die schwachen finanziellen Mittel.

### 3. Theoretische Hintergründe

#### 3.1 Normierung und Wertung des Verzehrs

In der soziologischen Theorienlehre wird oftmals wiederholt, dass sich die Gesellschaft auf Normen und Werte stützt, die ein Zusammenleben aller Mitmenschen ermöglichen und bereits im Zuge der Sozialisationsprozesse den Individuen einverleibt werden. Hierbei integrieren sie sich in weiterer Folge selbstverständlich in das Alltagsleben und spiegeln sich in den individuellen Handlungen, Einstellungen und Meinungen wider (vgl. Abels; 2009; S. 15). Werte geben dabei weniger konkrete Vorgaben, sondern legitimieren lediglich den Rahmen, in denen Normen ausgelegt werden. Diese sind die Richtlinie dafür, was in einem Kulturkreis als ‚normal‘ und *selbstverständlich* verstanden wird (vgl. Abels; 2009; S. 15). Anders als bei Werten, haben Normen keine Handlungsalternativen oder Wahloptionen und ‚entlarven‘ die AußenseiterInnen, die nicht normkonform handeln (vgl. Abels; 2009; S. 51). Anders als im rechtlichen Sinne, können sie soziologisch betrachtet als *Tatsachen* verstanden werden, da man ihre Kommunikation auch empirisch erheben kann (vgl. Luhmann; 2008; S.231). Bei nicht normkonformem Handeln sind Sanktionierungen die Folge, die nicht nur der Bestrafung dienen, sondern zudem auch das Gemeinschaftsgefühl der Gesellschaft fördern und die Gültigkeit vorherrschender Normen aktualisieren (vgl. Abels; 2009; S.54). Die vorhandenen Normen lassen sich ebenso anhand der Ernährungsgewohnheiten und -einstellung der Gesellschaft erkennen. Das Essen (und Trinken) ist, als soziales Konstrukt, ebenso stark mitgeprägt, da es durch *Motive und Orientierungen* soziokulturell mitgestaltet wird und auf Grund der zahlreichen *Handlungsmöglichkeiten* längst nicht mehr ausschließlich als *Verhaltensnotwendigkeit* zu verstehen ist (vgl. Barlösius; 1993; S. 94). Essen wird dabei als sozialisierte Handlung verstanden, die sowohl die Wahl der Lebensmittel, die Zubereitung, den Genuss oder den Geschmack, als auch die Tischmanieren und Rituale in sich vereint und diese mit Norm- und Wertvorstellungen prägt (vgl. Prahl & Setzwein; 1999; S. 91).

Diese sind jedoch stark kulturabhängig und erklären somit die Vielzahl der Bräuche und Speisen, die sich in unterschiedlichen Ländern durchgesetzt haben oder untersagt wurden. Von den heiligen Kühen in Indien, über die unreinen Schweine in diversen Glaubensrichtungen, bis hin zum Verzehr von Hunden, Katzen oder Insekten in Teilen Asiens, bestimmen Kultur und Sitte das, was Menschen als essbar definieren (vgl. Barlösius; 2016; S.32). Im Zuge der Sozialisation entwickelt sich demnach ein *Geschmackssystem*, welches die kulturelle und soziale Herkunft veranschaulicht und darüber hinaus zur Differenzierung beiträgt (vgl. Teuteberg; 1993; S.119 f.) Durch das Essen kann folglich die kulturelle und idealistische Zugehörigkeit kommuniziert werden, auch wenn diese sich im ständigen Wandel befindet (vgl. Germov & Williams; 2016; S. 5). So entwickeln sich die Normen fortwährend weiter und beeinflussen auch das, was die Gesellschaft als „richtig“ oder „falsch“ als „gesund“ oder „ungesund“ versteht. *„Es gibt keine angeborenen Mechanismen, die dafür sorgen, dass Menschen sich von Natur aus gesund ernähren (...) mittels kultureller Bewertungen legt der Mensch also fest, woraus sein Essen besteht“* (vgl. Barlösius; 2016; S.45 f.).

Unter anderem befasst sich auch Pierre Bourdieu mit dieser Thematik und geht dabei von einer Differenzierung des Geschmacks aus, die sich zum einen durch die Herkunft, zum anderen durch das verfügbare kulturelle und ökonomische Kapital erklären lässt (vgl. Bourdieu; 2018; S. 143). Sowohl was als auch wie und wo gegessen wird kommuniziert dabei die Zugehörigkeit von kleinen Gruppierungen, wie der Familie, bis hin zu ganzen Nationen (vgl. Barlösius; 2016; S. 209). Die *herrschende Klasse* lebt dabei das erstrebenswerte Leitbild vor und übernimmt die *„Avantgarderolle in den Auseinandersetzungen, in denen es um Fragen des Lebensstils geht, genauer: um den häuslichen Bereich und um Konsum“* (vgl. Bourdieu; 2018; S. 573f.). Die Lebensmittel werden somit zu *personalen Attributen*, die den *sozialen Rang* unterstreichen, aber auch kulturabhängig von Normen geprägt sind (vgl. Teuteberg; 1993; S. 121).

Der Geschmack fungiert dann als *praktischer Operator*, um Mitglieder einer Gruppe zu erkennen und dient als *Indiz der sozialen Identität*, indem er erlaubt, die gesellschaftliche Positionierung durch markante Merkmale offenzulegen und es den Herrschenden ermöglicht, vorzugeben, was als ‚guter‘ Geschmack oder ‚der ideale‘ Lebensstil verstanden wird (vgl. Bourdieu; 2018; S. 173). Im Zentrum steht dabei insbesondere der Genuss, wobei Essen nicht mehr ausschließlich nahrhaft sein soll und satt machen muss, sondern in erster Linie zum Teil des genüsslichen Lebensstils gehören muss. Kochen gilt nicht mehr als Mittel zum Zweck,

sondern soll Teil eines Entstehungsprozesses sein. Der Genuss geht dabei auch über die Sättigung hinaus und wird zu einem ganzheitlichen Erlebnis (vgl. Reithmeier; 2013; S. 276 f.). „Der Genuss holte die Ernährung aus dem Status einer Alltagsverrichtung und ließ sie stilbildend werden“ (Reithmeier; 2013; S. 279).

Doch nicht nur die Verfügbarkeit der Kapitale oder der Geschmack entscheiden über die Essbarkeit der Produkte, denn was zum Verzehr geeignet ist, unterliegt ebenso *generalisierenden Verhaltenserwartungen* und kann als verbindlicher *Standard* mit bestimmten *gesellschaftlichen Funktionen* verstanden werden. Folglich wird nicht alles, was theoretisch essbar ist, auch tatsächlich gegessen und nicht alle Lebensmittel, die verzehrt werden, sind auch aus *ernährungsphysiologischer Perspektive* zwangsläufig gut (vgl. Prah & Setzwein; 1999; S. 91). Die Essbarkeit der Produkte unterliegt dementsprechend gesellschaftlichen Normierungen und sozial verbindlicher und kulturell variabler Codes, die sich im weiteren Sinne auch auf die Zusammensetzung der Speisen auswirken. So werden beispielsweise Fleisch und Süßigkeiten tendenziell getrennt voneinander konsumiert (vgl. Prah & Setzwein; 1999; S. 91). Die Codes spiegeln sich zudem in der Ästhetik der Speisen wider, wobei die optischen Erwartungen an das Produkt dessen Essbarkeit mitbestimmen. Deviantes Verhalten, wie beispielsweise der Verzehr eines unästhetischen Produktes, kann dabei zu einer Stigmatisierung des/der Essenden selbst führen (vgl. Kleinspehn; 1993; S. 259). Die besondere *Inszenierung* der Speisen wird zum Sinnbild für Qualität, welche sowohl auf dem Teller als auch in bildlicher Form in den Medien und Kochbüchern präsentiert wird und dabei die Normierung der Lebensmittel weiter vervollständigt (vgl. Kleinspehn; 1993; S. 260). Entscheidet sich das Individuum für ein Gericht und verzehrt dieses, so kann diese Handlung als reflexiver Prozess verstanden werden, die sich nach vermittelten Normen und Werten richtet, welche in soziale Konstrukte eingebettet sind und sowohl privat als auch öffentlich ausgeübt werden (vgl. Barlösius; 2016; S. 248f.). Die Handlung kann nach Max Weber in vier Grundtypen unterschieden werden, die er anhand der ursprünglichen Handlungsmotivation voneinander differenziert. Dabei identifiziert er das zweckrationale Handeln, welches sich an den Erwartungen der Außenwelt konkreten Kriterien entsprechend orientiert. Hiervon unterscheidet er das wertrationale Handeln, das sich nach Wertvorstellungen unabhängig vom Erfolg richtet. Das affektuelle Handeln hingegen wird von Emotionen und Gefühlslagen geleitet, während das traditionelle Handeln durch Gewohnheiten und Routinen geprägt ist (vgl. Albert; 2009; S. 519). Durch moralische und ästhetische Wertaspekte des Essens kann

diese Handlung in erster Linie dem wertrationalen Motiv zugeschrieben werden und ist zugleich durch die physiologische Notwendigkeit der Nahrungsaufnahme ebenso (zumindest in ihren Ursprüngen) zweckrational. Durch die zahlreichen Gestaltungsoptionen und Wahlzweige geht jeder Handlung eine bewusste Entscheidung und Selbstverantwortung voraus, die sich nach den allgemeinen Kriterien für ‚gute‘ und ‚schlechte‘ Ernährung ausrichtet und dessen Nichteinhaltung als *mangelnde Bereitschaft zu vorausschauendem Handeln verstanden werden kann* (vgl. Bärlösius; 2016; S. 287 f.). Im soziologischen Sinne kann demnach eine gesunde Ernährung als gelungene Handlung verstanden werden, die im Kollektiv an den Normen gemessen wird (vgl. Bourdieu; 2018; S.17). Es bestehen folglich *normative Erwartungen* an die Individuen, die von den Mitgliedern der Gesellschaft fortwährend geprüft werden (vgl. Abels; 2009; S. 34). Dabei wird der Körper zum Veranschaulichungsmerkmal der individuellen Bereitschaft, normkonform zu agieren - wobei die Konsequenzen einer ‚sozial unerwünschten‘ Figur von Stigmatisierung bis hin zu Ablehnung reichen können (vgl. Bärlösius; 2016; S. 280). Denn die Normen setzen ein bestimmtes Maß an Selbstkontrolle voraus, die der Gesellschaft Verlässlichkeit vermittelt. So werden Normen Teil der Persönlichkeit und können als *kulturelle Standards für das Verhalten* verstanden werden (vgl. Abels, 2009; S. 53).

Zudem wird im westlichen Raum die Nahrung auch geschlechtsspezifisch normiert, denn während üppiges Essen als männlich verstanden wird, sind Salate, Mager- und Diätprodukte der weiblich konnotiert und geben Hinweise auf die klassischen Körperideale des kräftigen Mannes und der schlanken Frau (vgl. Prahl & Setzwein; 1999; S. 91). Die *Körpernormen* definieren dabei vor allem für Frauen konkrete Vorgaben, um als attraktiv und begehrenswert zu gelten. Es wird angenommen, dass dies auf die soziale Positionierung der Frau zurückzuführen ist, wobei Männer - auch heute noch - ihr Aussehen durch Status, Macht und Erfolg eher kompensieren können. In der typisch geschlechterspezifischen Ernährungsweise werden klassische Geschlechterrollen aufrechterhalten und reproduzieren sich selbstständig durch das „doing gender“ weiter (vgl. Reithmeier; 2013; S. 189). „*Ernährung ist dabei immer auch Mittel, um diese Körperbilder zu gestalten und dadurch wird in der Ernährung auch der Geschlechterdualismus besonders deutlich. Körpernormen und Körperbilder sind immer stark von Schönheitsidealen geprägt.*“ (Reithmeier; 2013; S. 187). Zudem ist die Normierung des Körpers auch geschlechterübergreifend, da bestimmte Körperformen typisiert werden. So bestimmt die Gesellschaft die Akzeptanz der Körpermaße. Was als ‚zu dick‘ verstanden wird,

ist folglich ein sozial konstruiertes Konzept und veranschaulicht, dass gesellschaftliche Erwartungen auch an den Körper gerichtet sind und das unabhängig vom Geschlecht (vgl. Barlösius; 2014; S. 143 f.).

Dennoch werden solche Vorgaben auch innerhalb einer Gesellschaft nicht gleichermaßen befolgt, denn Simmel betont die ausschlaggebende Komponente des Interesses, welches ebenfalls die Bedeutung der Werte und Normen für das Individuum prägt, sodass unterschiedliche Personen den Dingen unterschiedliche Bedeutung beimessen (vgl. Simmel; 1930; S. 3). Allerdings führt deviantes Verhalten, wie es bei Personen zu finden ist, deren Körper dem Idealtypus nicht entsprechen beziehungsweise das Maß an Toleranz überschreiten, zu Sanktionen. In Bezug auf die Ernährung führt dies zu Stigmatisierungen von beleibten Personen, denen Faulheit, Gier, Hemmungslosigkeit oder mangelnde Disziplin vorgeworfen wird (vgl. Barlösius; 2016; S. 78). Doch auch die Individuen entwickeln selbst oftmals ein Gefühl der Scham oder Schuld, wenn sie den sozialen Vorstellungen nicht entsprechen. So ist auch das Gewicht sozial normiert und verleiht der Bevölkerung eine *systematische Ordnung*, in der *ExpertInnen* die Handlungsmacht verliehen wird, um zu intervenieren und zu bestimmen, wer was und wieviel essen darf (vgl. Reithmeier; 2013; S. 265) Folglich entwickelt sich eine Moral, die dem Individuum den Rahmen für ‚richtig‘ und ‚falsch‘ einverleiht.

### 3.2 Die Moralisierung der Nahrung

Anders als Normen und Werte formt die Moral nicht nur das Verhalten und dessen Konformität, sondern bewertet diese Regeln selbst auf ihre Richtigkeit und Berechtigung der Aktualität (vgl. Habermas; 2000; S. 35). Die Moral zeichnet sich somit nicht ausschließlich durch die ständige Bewertung des Akzeptablen und des Verwerflichen aus. Denn während Normen nur so lange gelten, wie sie Sanktionen androhen können, geht die Moral darüber hinaus und dient der *Begründung* dieser Reglementierungen (vgl. Habermas; 2000; S. 39). Durch den kollektiv bedeutsamen Stellenwert der Moral fungiert diese als Bindeglied der Gesellschaft und fördert die Solidarität der Gemeinschaft (vgl. Luhmann; 2008; S.16).

Nichts desto trotz wird der Mensch dazu befähigt, eigenständig zu handeln. Dies soll jedoch innerhalb akzeptabler Rahmen geschehen, die zudem die Sicherheit anderer Mitglieder und das funktionierende Miteinander gewährleisten muss. Luhmann geht davon aus, dass besonders in großen Gesellschaften eine *ernsthafte moralische Semantik* gebildet wird, die

auch Abweichungen außerhalb nicht toleriert, um so die allgemeine Gültigkeit aufrecht zu erhalten und die Mitglieder der Gesellschaft zu schützen. Dies garantiert ein funktionierendes Zusammenleben, in dem sich die Menschen trotz Fremdheit ein gewisses Maß an Vertrauen zusichern können (vgl. Luhmann; 2008; S. 274). „*Jede moralische Kommunikation ist symmetrische Kommunikation. Das, was als Moral postuliert, gilt für beide Seiten und darüber hinaus für alle, denen die Kommunikation zugemutet wird.*“ (vgl. Luhmann; 2008; S.277).

Luhmann zur Folge wird sowohl *Ego* als auch *Alter* mit demselben Moralverständnis konditioniert und hat die gleiche Auffassung von ‚richtig‘ und ‚falsch‘ oder ‚Achtung‘ und ‚Missachtung‘. So ermöglicht die Moral eine gesellschaftliche Inklusion, selbst wenn sich die *körperlichen* und *mentalen* Eigenschaften der Individuen unterscheiden (vgl. Luhmann; 2008; S. 275). Folgt man der Ansicht Luhmanns, so wird deutlich, dass er die Moral als ‚menschlich‘ versteht, die kulturübergreifend von allen Menschen, mit leichten Abweichungen, internalisiert ist - was den Menschen von allen anderen Lebewesen unterscheidet (vgl. Luhmann; 2008; S. 275).

Luhmann sieht die Moral als ein in der Kommunikation entstandenes Produkt, welches das Bewerten bestimmter Verhaltensweisen legitim erscheinen lässt und das Gute dabei idealisiert (vgl. Luhmann; 2008; S.194). In diesem Zusammenhang identifiziert er vier Ebenen der Moral, die sich auf das Essverhalten projizieren lassen. Der erste Punkt bezieht sich auf die Kommunikation der Moral, die für ein gemeinsames Verständnis von ‚gut‘ und ‚schlecht‘ sorgt. So wird fettes und zuckerreiches Essen allgemein als ‚schlecht‘ bewertet, während vitaminreiche und weitestgehend naturbelassene Produkte als ‚gut‘ gelten. Der zweite Punkt verdeutlicht, dass die Moralisierung über das konkrete Thema hinaus geht und weitere Aspekte miteinbezieht, wie beispielsweise den Sport und die Bewegung als zusätzliches Element der gesunden Lebensführung. Wie auch schon von Giddens beschrieben, geht es über die Beurteilung des Essverhaltens hinaus und veranlasst zu Konnotationen zwischen ‚schlechter‘ Ernährung und einem inaktiven Lebensstil. Der dritte Punkt geht von einer Semantik aus, die eine Herstellung zu sich selbst ermöglicht und dabei die eigene Lebensweise und Vorsätze ergründet und evaluiert. Der vierte Punkt setzt eine *vorgestaltete Selbstrelationierung* voraus, wobei die eigene Ernährung stetig überprüft werden muss. Findet dies jedoch nicht statt, wird die Person und ihr Körper *moralisch abgewertet* (vgl. Luhmann; 2008; S.113). So ist davon auszugehen, dass sich bereits im frühen Kindesalter eine Form der Moral entwickelt. Diese tritt im Zuge der Entwicklung anstelle des Egozentrismus, prägt das

Bewusstsein jedes Individuums und befähigt es in einer Gesellschaft angemessen zu agieren (vgl. Habermas; 2000; S. 42).

*„Wenn wir in einer Gesellschaft aufwachsen, lernen wir, bestimmte Handlungen anderer von ihren sonstigen Handlungen zu unterscheiden, sie mit dem Etikett ‚moralisch‘ oder mit gleichwertigen Ausdrücken zu versehen und ihnen eine besondere Bedeutung zuzuschreiben“*

(vgl. Blasi; 2000; S. 117). Denn ohne gesellschaftlichen Kontext, ist das Individuum nicht selbstständig in der Lage, eine anerkannte moralische Grundhaltung zu entwickeln (vgl. Piaget; 1965; S. 836). Die Verinnerlichung der Moral lässt sich ebenso anhand der Moralisierung der Nahrung erkennen, welche Anforderungen an eine gesunde Ernährung stellt und in Zuschreibungen nach dem Motto „du bist was du isst“ münden. Warren Balesco versteht die Essmoral als ein *Urmodell*, das Absprachen über den Tauschhandel impliziert und eine gemäßigte Ernährung als moralische Lebensführung einleitet. Wie bereits beschrieben wird der Körper zum Orientierungsmerkmal der moralischen Integrität und kann bei devianten Abweichungen auch weiteren negativ konnotierten Stigmata unterstellt werden (vgl. Belasco; 1997; S. 196 f.). Der Körper ist somit nicht nur normiert, sondern auch ein Kommunikationsmedium für das Verpflichtungsgefühl der Moral. Diese erwartet den gewünschten Lebensstil nicht nur zwanghaft zu leben und rigide einzuhalten, sondern zudem die vorgegebene Lebensweise zu *genießen* und Spaß an der Ausübung zu haben (vgl. Bourdieu; 2018; S.576). Bourdieu zur Folge ist der Körper in einem permanenten Austausch mit der sozialen Welt und erfährt diese somit nicht nur intellektuell, sondern mit allen Sinnen (vgl. Bourdieu; 2001; S. 174). Somit nimmt der Körper die soziale Welt in sich auf und legt seine Handlungen dementsprechend aus (vgl. Barlösius; 2014; S. 30). Um in der Gesellschaft agieren zu können, ist der Körper folglich unverzichtbar, wodurch ein ‚gesunder‘ Körper mit einem ‚guten‘ Leben in Verbindung gebracht wird (vgl. Featherstone et.al., 1991; S.186).

Nichts desto trotz bleibt das Moralverständnis nicht durchwegs konstant, sondern passt sich ebenso an neue Gegebenheiten an. Aktuell scheint sich dabei ein Wandel der Moral von kirchlichen und traditionellen (sehr konkreten) Moralisierungen zu lösen und stattdessen auf Gleichheit (in erster Linie der Geschlechter und der sexuellen Orientierung) zu fokussieren (vgl. Nummer-Winkler; 2000; S. 332).

Auch die Moralisierung des Essens erlebt dabei eine Erweiterung, die sich nicht nur nach religiösen Vorgaben orientiert, sondern zudem weitere Aspekte mit in die Beurteilung der Essbarkeit miteinbezieht. Das Essen wird aktuell nicht nur aus physiologischer Perspektive als

richtig oder falsch gewertet, ebenso werden die Lifestyle, Herstellungs-, Verarbeitungs-, und Lieferungsprozesse miteinbezogen, die zusätzlich ökonomische, ökologische, politische und soziale Dimensionen in die moralische Beurteilung mit einfließen lassen (vgl. Hirschfelder & Wittman; 2015; S. 10). Diese Erweiterung ermöglicht ein höheres Maß an Selbstbestimmung in ihrer Lebensmittelwahl, führt jedoch zugleich auch zu mehr Stigmatisierung derer, die sich diesen moralischen Vorgaben gegenüber gleichgültig zeigen. Ihnen wird absichtliche Ignoranz vorgeworfen, die sich von der Moral distanziert (vgl. Schmid; 2008; S. 22). Dieser Wandel macht somit nicht nur die Nahrungsaufnahme, sondern auch die Wahl der Produkte, der Ort des Kaufes und die generellen *Konsumgewohnheiten* zu einem neuen moralischen Feld, wobei das *Verantwortungsbewusstsein* bewertet werden kann (vgl. Lemke; 2014; S. 31). Die moralischen Anforderungen reichen demnach über das individuelle Wohlergehen hinaus und manifestieren sich in dem Konsumverhalten der Gesellschaft, wobei immer mehr Eigenverantwortung zugeschrieben wird, die sich nicht nur auf körperliche, sondern auch auf globale Aspekte bezieht (vgl. Reithmeier; 2013; S. 272 f.). Dadurch entsteht eine *Moralisierung der Märkte*, wobei die KonsumentInnen als *moralisch handelnde AkteurInnen* zu verstehen sind (vgl. Stehr; 2007; S. 232). Es wird angenommen, dass die Ware ihren moralischen Aufschwung auf Grund der Vielfältigkeit und einfachen Zugänglichkeit der angebotenen Lebensmittel erhalten hat. Sodass beispielsweise Bio oder nachhaltig hergestellte Lebensmittel einen neuen moralischen Stellenwert erhalten (vgl. Reithmeier; 2013; S. 283 f.). „Dadurch wird der Genuss moralisch legitimiert, wodurch der Genuss nicht als dekadent, sondern als nachhaltig und gut empfunden wird. Man kann mit gutem Gewissen genießen, Distinktion erzielen und den Status aufwerten“ (Reithmeier; 2013; S. 284). Das moralische Motiv ist allerdings auch egoistisch, da nicht nur die ökologische Sichtweise im Mittelpunkt steht, sondern auch die Veranschaulichung der *moralischen Überlegenheit* (vgl. Reithmeier; 2013; S. 297 f.).

Diese Moralvorstellungen prägen sich in die Individuen ein und verursachen sowohl Glücksgefühle und Befriedigung, sodass die Menschen, die auf der Suche nach Legitimation sind, ihr deviantes Verhalten tendenziell leugnen, um ebenfalls der kollektiven Moral zu entsprechen (vgl. Berger & Luckmann; 1971; S.123). Zudem verändern sich die moralischen Werte auch in der Hinsicht, als dass sie sich progressiv von den familiären Verpflichtungen, Ritualen und Tischmanieren in der modernen Gesellschaft lösen (vgl. Giddens; 1992; S. 31). Anthony Giddens erkennt dabei einen Wandel, wobei konkrete moralische Essregeln immer

weniger Anwendung finden. Stattdessen pluralisieren sich die Handlungsoptionen und üben Druck auf die EntscheidungsträgerInnen aus. Seiner Meinung nach verschiebt sich die Moralisation des Essens, sodass es keine konkreten Vorgaben mehr gibt – was jedoch auch für Verunsicherungen sorgt, da weiterhin das Ziel der Übereinkunft und gesellschaftlichen Akzeptanz im Vordergrund für die meisten Individuen steht (vgl. Giddens; 1992; S. 31f.). So wird heute keine konkrete Diät mehr vorgeschrieben, stattdessen soll die Ernährung eine *bestimmte Lebensweise* widerspiegeln, die selbstständig bestimmt worden und dennoch moralisch vertretbar ist (vgl. Schmid; 2008; S.23). Folglich entsteht eine neue Form der *Lebenskunst*, in der die Verantwortung über die individuellen und körperlichen Aspekte hinausgeht und zu einem *Innehalten und Nachdenken* übergeht, in dem das Wohl der Umwelt zum Teil der eigenen Ernährung wird (vgl. Schmid; 2008; S. 15). Dem/der Essenden wird dabei eine *Vernunft* unterstellt, die durch konkrete *Gründe* lediglich eine moralisch richtige Handlungsweise anerkennt (vgl. Habermas; 2000; S. 38). Allerdings befindet sich auch die Moral in einem stetigen Wandel und kann von den Generationen unterschiedlich gelebt werden – selbst wenn die moralischen Grundanforderungen weiterhin im Interesse aller bleiben und die Sicherheit der Gemeinschaft trotz leichter Veränderungen bewahren (vgl. Nummer-Winkler; 2000; S. 299).

Im Zuge der Sozialisation wird sowohl die Moral als auch die in der Gesellschaft vorherrschenden Normen und Werte internalisiert. In der *primären Sozialisation* wird die Ernährung des Individuums in ihren Ursprüngen geprägt. Die Zugänglichkeit der Nahrung ist dabei ausschlaggebend, wobei Not, Hunger, Genuss oder Übermaß die spätere Einstellung zum Essen, Geschmackspräferenzen und Ernährungsgewohnheiten mitgestalten. Die Familie und insbesondere die Eltern prägen damit den Habitus des Kindes. In der *sekundären Sozialisation* wird das Individuum von dem weitläufigeren Umfeld mitgeprägt, unter anderem durch die Schule, wobei LehrerInnen später die Aufgabe der Eltern mitübernehmen und *Defizite im Elternhaus ausgeglichen* werden können (vgl. Reithmeier; 2013; S. 167). Später folgt die *tertiäre Sozialisation*, wobei Peers nun Einfluss auf das Individuum nehmen. Diese Lebensphase ist insbesondere in Bezug auf die Ernährung von Jugendlichen relevant, da sich diese in einem *Übergangsstadium* zwischen elterlichen Vorgaben und gleichaltriger Selbstständigkeit befinden. „Diese Ambivalenz ist kennzeichnend für die Jugendphase und findet sich auch im Bereich Ernährung wieder. Mahlzeiten werden sowohl im häuslichen

*Kontext der Familie eingenommen, gleichzeitig wächst mit steigendem Alter der Anteil an Eigenverantwortung mit Lebensmitteln und Mahlzeiten“ (Reithmeier; 2013; S. 178).*

Diese Sozialisationsphasen prägen die moralischen Grundhaltungen mit und bestimmen damit auch die spätere Ernährungsweise. In dieser Zeit wird dabei festgelegt, welche Faktoren, ob Genuss, Nachhaltigkeit, Gesundheit und Weiteres, zu moralischen Motiven der eigenverantwortlichen Ernährung werden (vgl. Reithmeier; 2013; S. 182). Die Prozesse der Moralisierung und Normierung geben das alltägliche Bild der gesellschaftlichen Anforderungen an das Essen wieder und gehen dabei von einer Allgegenwärtigkeit aus, die alle Mitglieder gleichermaßen durchwegs zu betreffen scheint. Im Folgenden soll daher auf die methodischen Vorüberlegungen und Wahlbegründungen eingegangen werden, die den Zugang und die Erhebung des Forschungsfeldes ermöglicht und Einblicke in die hier angeführten Theorien gewährleisten soll.

## 4. Methodisches Vorgehen

### 4.1 Forschungsdesign

Die Wahl der Methode orientierte sich an Erkenntnisinteresse und Forschungsziel, welches sich - der Forschungsfrage/n zur Folge - auf die individuellen Alltagshandlungen der Jugendlichen und den weiteren Gestaltungsfaktoren ihrer Ernährung orientiert. Die qualitative Sozialforschung bietet in diesem Kontext einen geeigneten Erhebungsrahmen, da *Handlungsmotive* in einer *diskursiven Verständigung offen erfragt* werden können (vgl. Hopf; 2013; S. 350). Durch den *erklärenden Ansatz* und den Fokus auf die Perspektive der Handelnden wird insbesondere in dieser Forschung die qualitative Methodenwahl gewählt (vgl. Kraus; 2017; S. 397). Denn anders als die quantitative Herangehensweise, die auf die Ermittlung des Zusammenhangs zweier Variablen abzielt, kann hier ein Einblick in die Alltagswelt und die *Relevanzschemata* der Jugendlichen ermöglicht werden (vgl. Gerhards & Rössel; 2003; 74). Das voran beschriebene theoretische Hintergrundwissen, konnte als *theoretisch gestützte Vermutung* in den Erhebungs- und Analyseprozess miteinbezogen werden (vgl. Bischof & Wohlrab-Sahr; 2018; S. 75).

Um dem Erkenntnisinteresse nachgehen zu können, wurden problemzentrierte Leitfadeninterviews (PZI) nach A. Witzel und H. Reiter (2012) durchgeführt. Es handelt sich hierbei um eine Erhebungsmethode, die darauf abzielt, Inhalte interaktiv zu erarbeiten.

Dem/der InterviewpartnerIn kommt dabei eine *aktive* Rolle in der Bedeutungszuschreibung zu, wobei diese/r als Quelle zur Lösung des erforschten ‚Problems‘ verstanden wird (vgl. Witzel & Reiter; 2012; S. 30 f.). Diese Sichtweise ermöglicht es, einer methodischen Herangehensweise zu folgen, in der *inhaltsbezogene Fragen* gestellt und somit die *Verarbeitungsformen gesellschaftlicher Realität nachvollzogen* werden können. Unkontrollierbare Intervieweinflüsse werden dabei nicht als Verzerrungen angesehen, viel eher dienen sie ebenso dem Verstehensprozess der *subjektiven Sichtweise* (vgl. Witzel; 1985; S. 231). „*Man spricht mit irgendjemanden und hat plötzlich eine ganze Welt in der Hand*“ (vgl. Bude; 2013; S. 574). Diese Methode wurde insbesondere auf Grund der Zielgruppe gewählt, da die *Interviewtechnik* der Literatur zur Folge besonders in der Forschung *mit* Jugendlichen zu ertragreichen Gesprächen führt und somit zum Verständnis der Lebenswelt beitragen kann (vgl. Reinders; 2012; S. 75). Das Interview wird durch einen Leitfaden gestützt, dessen Fragen darauf abzielen, einen *Verstehensprozess* einzuleiten, in dem erzählgenerierende und verständnisgenerierende Strategien verknüpft werden (siehe Kapitel Leitfaden im Verlauf desselben Kapitels) (vgl. Helfferich; 2009; S. 41f.).

Zusätzlich wurde der Leitfaden durch einen Kurzfragebogen ergänzt, der die soziodemographischen Daten der TeilnehmerInnen erfragt (siehe Leitfaden und Fragebogen im Anhang). Dieser wurde erst nach vollendetem Interview durchgeführt, um ein Frage-Antwort-Schema im Interviewverlauf zu vermeiden (vgl. Witzel; 1985; S.236). Zudem wurden Notizen und Tonbandaufzeichnungen (nach eingeholter Zustimmung) als zusätzliches Material eingesetzt, wodurch retrospektiv der vollständige *Gesprächskontext erfasst* werden konnte (vgl. Witzel; 1985; S. 237). „*Der Interviewer hat mit Hilfe des Tonbandgerätes die Chance, sich voll auf das Gespräch zu konzentrieren und gleichzeitig situative und nonverbale Elemente beobachten zu können*“ (Witzel; 1985; S. 237).

Trotz des vorstrukturierten Leitfadens besteht dennoch das Prinzip der Offenheit, wodurch dem/der Interviewten *Raum* für die wichtigen Inhalte gewährt werden, um somit die Perspektive des Gesprächspartners /der Gesprächspartnerin besser nachzuvollziehen (vgl. Helfferich; 2014; S. 672). Diese Methode folgt demnach nicht einer rigiden Strukturierung, sondern lenkt das Gespräch, um einen Gesprächsrahmen für die Beantwortung der Forschungsfrage/n zu schaffen. Um dabei die besten Grundvoraussetzungen zu ermöglichen, ist eine gemeinsame Sprache und der geteilte *Sinn* für die *Interaktions- und Kommunikationssituation* Voraussetzung. Deshalb ist es besonders ausschlaggebend, das

Gefälle zwischen der/dem Befragten und der Interviewerin so gering wie möglich zu halten (vgl. Bude; 2013; S. 573). Um dies in der Gesprächssituation zu gewährleisten, wurde insbesondere auf einen alltagssprachlichen, wenig förmlichen Umgang mit den Jugendlichen geachtet. So wurde das „Du“ direkt zu Beginn des Kennenlernens eingeführt, wobei sowohl der vollständige Vorname der Interviewerin als auch der Spitzname als Ansprache angeboten wurde. Dem Briefing musste folglich genügend Zeit eingeräumt werden, um mit Formulierungen wie: „alles was Dir wichtig oder interessant erscheint, ist auch interessant für mich“ die Gleichverteilung der Relevanzschemata zwischen der Interviewerin und dem/der InterviewpartnerIn zu verdeutlichen (siehe Anhang – Leitfaden – Briefing).

Nach gelungener Kontaktaufnahme und Terminvereinbarung wurde folglich die Wahl für den Ort des Interviews den Jugendlichen selbst überlassen, sodass sie von Beginn an ein Mitentscheidungsrecht erhielten und an dem Forschungsprozess aktiv beteiligt sein konnten. Da sich das zentrale Erkenntnisinteresse nicht mit stark emotionalen oder intimen Themen befasst, war die Wahl eines öffentlichen Ortes kein Hindernis für die thematisierten Inhalte (vgl. Witzel & Reiter; 2012; S.64 f.). Stattdessen konnten sich die Jugendlichen in einem gewohnten Umfeld bewegen, welches zu der Authentizität der Interviewsituation beitragen sollte.

Vor Beginn der Tonbandaufzeichnungen wurde die Situation mit einer lockeren Konversation zum Kennenlernen eingeführt. Die GesprächspartnerInnen wurden vorerst begrüßt und stellten sich vor. Gleich zu Beginn wurde ihnen der Dank für die Teilnahme ausgesprochen und es folgte eine kurze Unterhaltung über den Verlauf des bisherigen Tages. Dieser Einstieg sollte das ‚Eis brechen‘, wobei sowohl Befragte/r als auch Interviewerin die Zeit bekommen sollten, sich an die Situation zu gewöhnen. Aus der Perspektive der Interviewerin konnte hier bereits ein erster Eindruck der verwendeten Rhetorik des Gegenübers gewonnen werden. So konnte im Vorfeld eingeschätzt werden, ob eventuelle Verständnisschwierigkeiten auftreten würden und in welcher Ausdrucksweise das Interview bestmöglich geführt werden sollte (vgl. Witzel & Reiter; 2012; S. 66 f.).

Falls sich die GesprächspartnerInnen für ein Café als Interviewsetting entschieden, wurde vorerst über das gewählte Lokal und die Bestellung gesprochen. Dies ermöglichte vorab einen Einblick in die Begründung der bevorzugten Orte, sowie die Häufigkeit der Besuche, was das Verständnis für den Alltag und Freizeit der Jugendlichen erweiterte. Falls das Interview bei den Jugendlichen zu Hause stattfand, bezog sich die erste Unterhaltung auf die Wohnung, die

Zimmer und unter Umständen auch auf die Haustiere. So konnten Eindrücke der privaten Sphäre erhalten werden, ebenso wie ein konkreteres Verständnis für die Wohnsituation und folglich auch für die Alltagsroutinen der Personen. Das daran anschließende Briefing und der weitere Interviewverlauf wurde jedoch ortsunabhängig auf die gleiche Weise durchgeführt (siehe Anhang - Leitfaden - Briefing).

Hierbei wurde nach einer kurzen Vorstellung der Interviewerin und des Forschungsvorhabens weitere Zeit für das aufmerksame Lesen der Einverständniserklärung zur Verwendung der Daten und der Zusicherung der Anonymität eingeräumt. Dies sollte es den/der Befragten ermöglichen, seine/ihre Rolle zu verstehen, sowie sich an die impliziten Erwartungen und Handlungsabläufe vorzubereiten (vgl. Hermanns; 2013; S. 361). Falls vorab Fragen vorhanden waren, wurden diese ausführlich besprochen, um einen reibungslosen Einstieg in das Gespräch zu gewährleisten. *„Der Interviewer muss in den ersten Minuten eine Situation herstellen, die so entspannt und offen ist, dass Menschen darin ohne Befürchtungen die unterschiedlichsten Aspekte ihrer Person und ihrer Lebenswelt zeigen können“* (vgl. Hermanns; 2013; S. 363). Nach Abschluss des Briefings, wurde das Tonband eingeschaltet und das Interview mit der Einstiegsfrage eingeleitet.

## 4.2 Leitfaden

*„Der Leitfaden ist eine vorab vereinbarte und systematisch angewandte Vorgabe zur Gestaltung des Interviewablaufs“* (Helfferich; 2014; S. 670). Er ermöglicht es, die *wesentlichsten Aspekte der Forschungsfrage* im Zuge des Interviews zu erarbeiten, ohne einer strikten Reihenfolge zwangsläufig folgen zu müssen (vgl. Mayer; 2013; S. 37). In dieser Forschung wurden in den Interviews Themen wie Familie, Freunde, Schule und Freizeit im Ernährungskontext erfragt, wobei der Leitfaden als Orientierungshilfe und Gedächtnisstütze diente (vgl. Witzel & Reiter; 2012; S. 53f.). *„Während des Gesprächs hat der Interviewer u.a. zu entscheiden, welche Fragen bereits hinreichend beantwortet wurden oder ob nachgefragt werden muss, Sondierungsfragen, Kontrollfragen, Verständnisfragen notwendig sind, ob bereits ein neuer Themenbereich anzusprechen ist“* (Mayer; 2013; S. 47).

Da die Offenheit besonders zentral für das Forschungsvorhaben war, wurden auch die Leitfadenfragen erzählgenerierend gestaltet, um mehr Informationen zu erhalten (vgl. Helfferich; 2014; S. 675). So wurde die Anzahl der im Leitfaden enthaltenen Fragen relativ geringgehalten, um eine tiefergehende Beantwortung der Fragen zu ermöglichen und Zeit für

detaillierteres Nachfragen offen zu lassen (vgl. Hopf; 2013; S. 358). Das Gespräch wurde mit Hilfe einer gesprächsstimulierenden Frage eingeleitet: „Erzähl mir einfach mal, was du gerne isst.“ Diese Erzählaufforderung sollte den Einstieg erleichtern, denn hier befassen sich die Befragten vorerst mit ihren eigenen Vorlieben. Die Jugendlichen sollten dabei das Gefühl bekommen, dass sie selbst als Person und ihre persönlichen Interessen für dieses Forschungsvorhaben von Bedeutung sind. Außerdem sollte es sich um eine Frage handeln, deren Beantwortung leicht fiel, sodass die InterviewpartnerInnen selbstbewusst in das Gespräch einsteigen konnten. „*The opening question is a tool of general explanation. It aims at encouraging narratives and in this way producing material in the sense of starting points for further explications*“ (Witzel & Reiter; 2012; S. 68).

Im Anschluss wurden weitere erzählgenerierende Fragen ergänzt:

„Was ist gesunde Ernährung für Dich?“

„Gibt es Dinge, die Du aus Überzeugung nicht isst?“

„Gibt es etwas, worauf Du beim Essen besonders achtest?“

Die Fragen sollten zu Beginn verdeutlichen, dass sich die Forschung darum bemüht, einen individuellen Bezug zu den InterviewpartnerInnen aufzubauen. Potenzielle Missverständnisse sollten so vermieden werden, sodass die Jugendlichen ihre Ansichten nicht in dem Glauben verallgemeinern, sie müssten für ihre Generation oder Altersgruppe sprechen (vgl. Reinders; 2012; S. 76). Ziel war es die persönlichen Glaubenssätze, Einstellungen und Meinungen in Bezug auf ihre Ernährung somit zu erfragen. Die Komplexität musste dennoch relativ gering bleiben, um die Konversation so unbeschwert wie möglich zu gestalten und die ‚Angst vor falschen Antworten‘ zu reduzieren. Gleichzeitig sollte die Möglichkeit bestehen, einen ersten Einblick in die Ernährungsweisen der Jugendlichen zu erhalten, bevor dieses in einen sozialen Kontext gebettet werden würde. Die sozialen Aspekte wurden folglich gesprächsimmanent erfragt:

„Wenn du einen normalen Tag beschreibst, was isst du für Gewöhnlich zum Frühstück Mittag- und Abendessen?“ (vgl. Gerhards & Rössel; 2003; S. 38).

„Wie verlaufen diese Mahlzeiten, also Frühstück, Mittag-, Abendessen und Jausen bzw. Snacks an einem gewöhnlichen Tag?“

„Wie verläuft ein feierliches Essen mit Deiner Familie?“

„Wie ist es, wenn Du mit Deinen Freunden isst?“

Diese Fragen sollten einen Einblick in den Alltag der Jugendlichen gewähren und dabei bereits erste Eindrücke des Umfelds wie der Schule, der Familie und den Freunden ermöglichen. Der Leitfaden versucht, die erfragten Themengebiete aneinander anzupassen, sodass *abrupte Sprünge* oder *Themenwechsel* vermieden werden können (vgl. Helfferich; 2014; S. 677). Dennoch wurden in der Praxis die Fragen nicht zwangsläufig linear durchgeführt, denn das individuelle Gespräch, die Inhalte und die Situation waren für das Interview vorrangig, wobei der Leitfaden lediglich als unterstützendes Werkzeug fungierte und folglich die strikte Einhaltung der Reihenfolge den Erzählfluss unterbrochen hätte (vgl. Witzel; 1985; S. 236).

Um die Gesprächssituation ebenso behutsam aufzulösen wie einzuleiten, wurden weitere Fragen zum ‚debriefing‘ angewandt. Diesem Teil des Interviews kam auf Grund des aufgebauten persönlichen Bezugs besondere Aufmerksamkeit zu:

„Möchtest Du noch etwas hinzufügen oder hast Du das Gefühl, dass etwas ausgelassen wurde?“

„Wie war das Gespräch für Dich?“

„Was hat Dich dazu bewegt, an dieser Forschung teilzunehmen?“

„Hast Du vielleicht noch Fragen an mich?“

Hier bekam der/die InterviewpartnerIn die Gelegenheit, die Rollen zu wechseln und selbst die Fragen zu formulieren. Zudem konnten hier Fehlerquellen oder auch Mängel des Leitfadens gefunden werden, die dazu beitragen konnten, spätere Interviews lückenloser zu gestalten. Zudem war es somit möglich, die Interviewsituation beidseitig erneut zu reflektieren (vgl. Witzel & Reiter; 2012; S. 93 f.).

Im Zuge der ersten Erhebungen wurde der Leitfaden um folgende Fragen erweitert:

„Wie glaubst Du wäre Deine Ernährung, wenn du nicht mehr in die Schule gehen würdest?“

„... und wie glaubst Du wäre es, wenn du nicht mehr zu Hause wohnen würdest?“

Diese zusätzlichen Fragen sollten zum einen den Reflexionsprozess der SchülerInnen einleiten, zum anderen einen Blick in die persönliche Wahrnehmung der Essgewohnheiten und dessen Einflussfaktoren ermöglichen und weiter in die Zwischenposition der jugendlichen Ernährungsweise zu forschen und mehr über ihre Glaubenssätze zu erfahren. Im Verlauf späterer Erhebungen, wurde die Relevanz des Wissens über Ernährung und der Eigenständigkeit in der Zubereitung als essenziell für die Ernährungsweise der Jugendlichen deutlich, wodurch der Leitfaden erneut um folgende Frage erweitert wurde:

„Woher weißt Du alles, was du über Ernährung weißt?“

Durch die flexible Gestaltbarkeit des Leitfadenterviews kamen in manchen Gesprächen noch Fragen zum Thema Sport oder selbstständigem Kochen hinzu. Um jedoch die Effekte der sozialen Erwünschtheit so gering wie möglich zu halten, wurden diese nicht als fester Bestandteil des Leitfadens miteinbezogen und lediglich erfragt, wenn sie von den InterviewpartnerInnen selbst im Gesprächsverlauf thematisiert wurden.

#### 4.3 Transkript, Postskript, Memo

Nach der Durchführung der Interviews wurden im direkten Anschluss Postskripte verfasst, die Notizen zu den Erwartungen und Eindrücken vor, während und nach dem Gespräch enthielten (vgl. Witzel & Reiter; 2012; S. 95). Dies ermöglichte die erste Beurteilung der Interviewqualität, die bereits Aufschluss darüber geben konnte, ob jenes Interview für tiefergehende Analysen verwendet werden würde (vgl. Witzel & Reiter; 2012; S. 96). Zudem konnten die Postskripte für weitere Interpretationen genutzt werden, da hier Informationen enthalten waren, die dazu beitrugen, die Interviewsituation und kleine Auffälligkeiten wieder in Erinnerung zu rufen (vgl. Witzel; 2012; S. 328).

Die Postskripte enthalten Datum, Identifikationsnummer (zur Aufrechterhaltung der Anonymisierung) und Dauer des Gespräches (in Minuten). Zudem wurde der erste Eindruck festgehalten, sowie auffällige nonverbale Signale und wahrgenommene Stimmungen im Zusammenhang mit den besprochenen Themen. Ebenso wurde der Verlauf des Interviews, die markanten Themen und die persönlichen Gedanken zu dem Gespräch ebenfalls notiert, sowie erste Interpretationsannahmen und Ideen zur Interviewerweiterung festgehalten (vgl. Witzel & Reiter; 2012; S. 98).

An diesen Arbeitsschritt anschließend wurden die Tonbandaufzeichnungen transkribiert und somit die gesamten Inhalte des Interviews vollständig verschriftlicht (siehe Anhang - Transkripte). Die Transkriptionen wurden im Sinne der *literarischen Umschrift* verschriftlicht, wobei die Wörter wie gesprochen transkribiert wurden, selbst wenn dies nicht der korrekten Schreibweise entspricht. Denn nur so konnte die Gesprächssituation realitätsgetreu wiedergegeben werden (vgl. Kowal & O'Connell; 2013; S.441). Des Weiteren wurden die Transkripte bewusst ohne Punkt- oder Beistrichsetzung durchgeführt, da dies bereits eine erste Form der Interpretation darstellen würde. Ziel war es, die Inhalte so unvoreingenommen wie möglich zu analysieren, weshalb lediglich der Sprecherwechsel, Geräusche (wie lachen), die Sprechpausen in Sekunden und besonders deutlich oder lang ausgesprochene Wörter

hervorgehoben wurden. Dies ermöglicht die spätere Wiederherstellung der Interviewsituation und macht zudem das Gespräch für Außenstehende nachvollziehbar. Das Transkript bildet die Basis des Analysematerials und ist somit die wertvollste Quelle jeglicher Interpretation (vgl. Witzel & Reiter; 2012; S. 99).

Das erneute Anhören des Gespräches für die Transkription diene außerdem ebenso der Identifizierung von Fehlerquellen oder Formulierungsschwächen und konnte mit Hilfe von Memos zur weiteren Optimierung der darauffolgenden Interviewgestaltung beitragen. Durch das zyklische Erhebungsverfahren wurden die Tonbandaufzeichnungen während der Erhebungsphase bereits transkribiert und analysiert. So war es bereits während der Erhebung möglich, die ertragreichen Interviews frühzeitig zu identifizieren. *„Im Prozess der Datengewinnung, also beim Interviewen, Transkribieren, Beobachten, Protokollieren, gewinnen wir bereits einen ersten Eindruck davon, ob das jeweilige Material für unsere Fragestellung gut geeignet ist“* (Schrübing; 2014; S. 531). Jedes Interview wurde dabei *in Bezug auf die Forschungsfrage/n ausgewertet* und anschließend mit anderen ‚Fällen‘ *in Beziehung gesetzt*. Der erste Fall konnte *beliebig* ausgewählt werden, doch die Wahl der darauffolgenden Interviews *zielen darauf ab, Typen von Handlungsperspektiven zu finden* (vgl. Krotz; 2018; S. 69). Da das erste Interview jedoch bereits sehr ertragreich war, ist das erste geführte Gespräch in diesem Fall auch das erste für die Analyse herangezogene Material. In weiterer Folge wurden Fragen des Leitfadens teilweise im Erhebungsprozess umformuliert und neue hinzugefügt. *„Almost always this process of careful listening to the interview is accompanied by frustration of discovering lost opportunities for follow-up questions and information gaps. This is unavoidable.“* (Witzel & Reiter; 2012; S. 99).

#### 4.4 Analyseverfahren

Das hier durchgeführte Analyseverfahren orientiert sich an den Grundsätzen der Grounded Theory nach B.G. Glaser und A.L. Strauss (1998), wodurch die Interviews weitgehend – wie bereits kurz beschrieben - zyklisch erfasst wurden. Die Prozesse der Datenerhebung und -auswertung wurden folglich *parallelisiert*, sodass die Analyse bereits mit dem ersten Fall begann und das Einbauen weiterer Fragen und Fokussierungen in den Erhebungsprozess möglich machte (vgl. Strübing; 2014; S. 530 f.).

Die Grounded Theory zeichnet sich besonders durch die Tatsache aus, dass sie sowohl *Forschungsstil*, als auch *Auswertungsmethode* ist, die dem *Prinzip des ständigen Vergleiches*

folgt und somit den zyklischen Forschungsprozess ermöglicht (vgl. Bischof & Wohlrab-Sahr; 2018; S. 73). Das Vorgehen ist dabei *kontextsensitiv* und bezieht sich sowohl auf räumliche, zeitliche, situative und soziale Aspekte des *Handelns*, welches bei gelungener Durchführung *adäquat eingeordnet* werden kann und zu einer *dichten Beschreibung des Gegenstandes* beiträgt (vgl. Linke & Schlote; 2018; S. 69). Der Forschungsgegenstand wurde nicht bereits zu Beginn vollständig vordefiniert, sondern als *vorläufig und veränderbar betrachtet bis er durch die gesammelten Daten* nicht mehr vervollständigt werden konnte (vgl. Linke & Schlote; 2018; S. 72). Die Analyse mit der Grounded Theory versucht *Konzepte und Aussagen zu generieren*. Folglich ist es das Ziel dieses Vorgehens, schlussendlich eine Theorie anhand der erarbeiteten Inhalte zu entwickeln, die nachvollziehbar ist und in späteren quantitativen Verfahren mit Hilfe einer größeren Grundgesamtheit weiter erforscht werden kann (vgl. Strübing; 2014; S. 532). „Die Grundfrage lautet hier: *was bleibt bei aller unvermeidlichen Variation in den Fällen konstant in Bezug auf das Phänomen, um dessen theoretische Konzeptionalisierung es jeweils geht?*“ (Strübing; 2014; S. 533).

Diese Herangehensweise wurde auf Grund des Erhebungsverfahrens gewählt, da es sich besonders zur Auswertung von Interviews eignet. Somit wird eine *induktive sowie theoretisch sensible Analyse von Interviewdaten* möglich, ohne die Zusammenhänge zu reduzieren, wodurch der Erhalt der *Komplexität von kommunikativen Vorgängen* erhalten bleibt (vgl. Müller; 2018; S. 163). Durch ihre *offene Herangehensweise* kann ein *kontextreicher und alltagsnaher Blick* gewährleistet werden (vgl. Linke & Schlote; 2018; S. 69). Des Weiteren erlaubt dieses Verfahren auch Fragen in Verbindung mit dem *Alltag und der Bedeutungsproduktion* zu beantworten, welche insbesondere in Bezug auf diese Forschungsfrage/n absolut relevant sind (vgl. Müller; 2018; S. 164). Allerdings unterscheiden sich die Gütekriterien in dieser Herangehensweise von den üblich bekannten in der qualitativen Forschung. Anders als Objektivität, Reliabilität und Validität, stehen hier die brauchbare Planung, die Nachvollziehbarkeit der Dokumentation und die Begründung im Detail im Vordergrund, sodass der Forschungsprozess und die Analyse glaubwürdig und verständlich für Außenstehende ist (vgl. Krotz; 2018; S. 68). Die der Grounded Theory folgenden Analyseschritte werden hier linear beschrieben, verlaufen jedoch in der tatsächlichen Auseinandersetzung mit dem vorhandenen Material – wie erwähnt - durchwegs zyklisch (vgl. Müller, 2018; S. 155). Grundsätzlich sucht die Grounded Theory nach Unterschieden in den ‚Daten‘, um so eine all umfassende Perspektive des

Forschungsgegenstandes zu ermöglichen (vgl. Zaynel; 2018; S. 73). Die Kodierung der Interviewtranskripte kann dabei als Kernstück des Analyseprozesses verstanden werden, wobei hier zwischen der *offenen, selektiven und axialen Kodierung* unterschieden wird (vgl. Glaser & Strauss, 1998; S. 69 f.).

Das *offene Kodieren* ist als *Basis der Analyse* zu betrachten (vgl. Müller; 2018; S. 156). Hierbei wird das Transkript Satz für Satz kodiert, wobei das theoretische Hintergrundwissen zur Orientierung dient (vgl. Linke & Schlote; 2018; S. 73). In diesem Schritt geht es vorerst darum, die *Rohdaten in Konzepte überzuführen*, dabei *das Gesagte auf seine inneren Zusammenhänge zu befragen* (vgl. Bischof & Wohlrab-Sahr; 2018; S. 79). Die für die Beantwortung der Forschungsfrage/n wichtigen Auszüge, werden dabei Satz-für-Satz, beziehungsweise ‚line-by-line‘ analysiert und diese in einen Kontext gesetzt (vgl. Bischof & Wohlrab-Sahr; 2018; S. 81 f.). So entstehen *Konzepte*, die als *Indikatoren* zu verstehen sind und sowohl Sätze als auch Begriffe, sowie *in vivo* (wortwörtliche Übernahme aus dem Transkript) meinen können. An dieser Stelle ist das *Abstraktionsniveau* relativ niedrig und dient lediglich zur Ermittlung *inhaltlicher Umschreibungen und der Ausformulierung erster Teilerkenntnisse* (vgl. Müller; 2018; S. 157 f.). „*Vergleiche mit Phänomenen außerhalb der konkreten Studie sind hilfreich und zielführend, weil sich an ihnen das Typische des eigentlich interessierenden Phänomens offenbart*“ (Strübing; 2014; S. 535). Dies wird als *theoretische Sensibilität* bezeichnet und ermöglicht es, anhand des Vorwissens potenzielle Einflussfaktoren in die Analyse miteinzubeziehen, welche sich anhand der Theorie verdeutlichen und in diesem konkreten Fall die Ernährung von Jugendlichen mit dem Geschlecht, der Familie, dem Alter und weiteren Faktoren in Verbindung bringen konnten.

Das zyklische Verfahren ermöglicht es, Wiederholungen gleich wie auch Fehlinterpretationen offen zu legen. Es bedarf einer repetitiven Interpretation der ‚Daten‘, um Zufälle und Beliebigkeiten zu identifizieren oder auch Theorien in weiterer Folge zu generieren (vgl. Strübing; 2014; S. 35). Folglich setzt sich der anschließende Schritt, die *axiale Kodierung*, mit den Verbindungen zwischen den Codes auseinander (vgl. Linke & Schlote; 2018; S. 73). Das Abstraktionsniveau wird erhöht, sodass aus den *Konzepten* in weiterer Folge *Kategorien* geformt werden (vgl. Bischof & Wohlrab-Sahr; 2018; S.89). Es handelt sich dabei um eine *zentrale Beobachtung im Material, die bei der Beantwortung der Forschungsfrage hilft* (vgl. Müller; 2018; S. 158). Das besondere Interesse bezieht sich dabei auf die Beziehungen mit Raum und Zeit, Ursache-Wirkung, Mittel-Zweck, Kontext und anderweitige *intervenierende*

*Bedingungen* (vgl. Bischof & Wohlrab-Sahr; 2018; S.90). „Es geht (...) um die Erklärung des Zustandekommens und der Konsequenzen eines bestimmten Ereignisses“ (vgl. Strübing; 2014; S. 537). Schlussendlich werden *Schlüsselkategorien* erarbeitet, die sich bereits im Zuge des axialen Kodierens abzeichnen und im Zuge des *selektiven Kodierens* entstehen (vgl. Bischof & Wohlrab-Sahr; 2018; S.92). Diese Kategorie vereint *ohne Unstimmigkeiten* mehrere Kategorien in sich zusammen. An dieser Stelle ist das Abstraktionsniveau am höchsten, beschreibt aber dennoch den Kern des untersuchten Phänomens (vgl. Müller; 2018; S.160). Dabei entwickelt sich in diesem Analyseschritt ein *roter Faden, der die Zusammenhänge zu einem Theorienentwurf zusammenfasst* (vgl. Strübing; 2014; S. 538). Hierfür werden die Anfänge des Forschungsprojektes erneut reflektiert, sowie Passagen und offene Codes ein weiteres Mal betrachtet oder unter Umständen ergänzt, um später den *Kern* der sich entwickelnden Theorie zu formen, der generalisierbar und stabil ist (vgl. Bischof & Wohlrab-Sahr; 2018; S.93 f.).

Die Analyse gilt laut der Grounded Theory als vollständig, wenn eine theoretische Sättigung erreicht worden ist (vgl. Glaser & Strauss; 1998; S. 68). Dies ist der Fall, wenn keine neuen Kategorien mehr gebildet und keine neuen Eigenschaften mehr entdeckt werden können. Das Kodiersystem erlaubt es, *gemeinsame Typenbildungen* zu formen und satzweise zu einer *übergreifenden Theorie* zu gelangen, was schlussendlich auch zu *verallgemeinerbaren Ergebnissen* führt (vgl. Krotz; 2018; S. 69).

#### 4.5 Sampling

Die Fokussierung auf Jugendliche ergibt sich insbesondere durch den prägenden Charakter dieser Lebensphase, in der (Selbst-) Darstellung, Körper und Attraktivität als besonders relevante Themen zu verstehen sind und in einem Stadium *kritischer Identität* münden, die stark von der Gesellschaft, der verkörperten Ideale und Wertvorstellungen mitgestaltet werden (vgl. Grob; 2007; S. 194f.). Die genaue Bestimmung der beginnenden Adoleszenz variiert je nach sozialer, rechtlicher oder auch biologischer Betrachtungsweise. Allerdings orientiert sich diese Forschung an der österreichischen Gesetzeslage und definiert Jugendliche folglich als Personen zwischen 14 und 17 Jahren, die somit mündige Minderjährige sind. Die Wahl der Altersgruppe begründet sich zudem durch die bereits beginnende selbstbestimmte Ernährung, denn diese wird nur noch teilweise von den Verantwortlichen, wie den Eltern oder der Schule, mitgestaltet und befindet sich somit in einer Position zwischen Abhängigkeit und

Selbstständigkeit. Es wird vermutet, dass sich das spätere Ernährungsverhalten in diesem Alter beginnend festigt und somit einen Einblick in zukünftige Routinen und Verhaltensweisen ermöglicht (vgl. Gerhards & Rössel; 2003; S. 102). Des Weiteren verfügen Jugendliche dieser Altersgruppe bereits über einen Zugang zu sozialen Medien, die anders als in bisherigen Generationen, die Vorstellungen, Wünsche und Meinungen mitgestalten (vgl. Kranzler & Bleakley; 2019; S.141). Die Qualifikation für die Teilnahme erfolgt, wenn die Person das passende Alter hat, keine krankheitsspezifischen Diäten einhalten muss oder unter einer diagnostizierten Essstörung leidet.

Um passende InterviewpartnerInnen für das Sampling zu rekrutieren, wurden unterschiedliche Schultypen gewählt, um verschiedene Ernährungsformen bei Jugendlichen abzudecken. Die Schule diente dabei als ungefähres Orientierungsmaß, wobei zugleich der Zugang zu dem Feld erleichtert und dabei die entsprechende Altersgruppe mit höherer Wahrscheinlichkeit erreicht werden sollte. Erhofft wurde zudem, dass dieser Zugang die Seriosität der Studie unterstreichen und somit das Vertrauen der potenziellen TeilnehmerInnen erhöhen würde. Der Kontakt wurde über drei Schulen hergestellt: Es wurden SchülerInnen einer religiös orientierten Schule, der jüdischen Zwi-Perez-Chajes Schule, 1020 Wien, auf die Studie aufmerksam gemacht, wobei angenommen wurde, dass hier tendenziell InterviewpartnerInnen mit einer restriktiven Ernährungsweise rekrutiert werden würden. Zudem wurden TeilnehmerInnen gesucht, die sich durch spezifischeres Wissen in Bezug auf die Nahrungszubereitung auszeichneten. So wurde die Hertha Firnberg Schule, 1220 Wien für Wirtschaft und Tourismus kontaktiert, in der die SchülerInnen Kochunterricht erhielten und regelmäßig in der Schulkantine für einander das Essen zubereiteten. Schlussendlich erfolgte die Rekrutierung über eine Sportschule, dem GRG15, 1150 Wien, um mehr über den Effekt von sportlicher Betätigung auf die Ernährung und die Sichtweise der Jugendlichen zu erfahren. Die erste Kontaktaufnahme erfolgte mit *Gatekeepern* im schulischen Setting (vgl. Wolff; 2003; S. 348). Zu diesem Zweck wurden Informationszettel per E-Mail weitergeleitet, die sowohl die GatekeeperInnen, als auch die Jugendlichen, über das Forschungsvorhaben aufklären sollten und zudem alle notwendigen Kontaktdaten enthielten (siehe Anhang - Informationsblatt). Trotz der Aufforderung an die GatekeeperInnen, dieses Dokument weiterzuleiten, erhielt keine/r der späteren InterviewpartnerInnen die konkreten Informationen. Das Forschungsvorhaben wurde lediglich mündlich zusammengefasst und die Kontaktdaten an die Tafel geschrieben oder per SMS weitergeleitet. Den späteren Interviews zur Folge wussten die

Jugendlichen lediglich, dass es sich um eine Forschung im Rahmen einer Masterarbeit handelt, die sich mit der Ernährung von Jugendlichen auseinandersetzt.

Der Kontakt zu der jüdischen Schule Zwi-Perez-Chajes wurde über eine der dort tätigen Geschichtslehrerinnen hergestellt. Hier wurden zwei Klassen angesprochen, in denen die Jugendlichen zwischen vierzehn und fünfzehn Jahre und zwischen sechzehn und siebzehn Jahre alt waren. Zudem wurden SchülerInnen der Hertha Firnberg Schule für Wirtschaft und Tourismus über eine ehemalige Schülerin hergestellt, deren jüngere Schwester als *Gatekeeperin* ihrer Klasse fungierte und ihre MitschülerInnen im Alter zwischen sechzehn und siebzehn Jahren auf das Vorhaben aufmerksam machte. Die Gatekeeperin selbst wurde jedoch nicht in die Forschung miteinbezogen. Zugleich wurden SchülerInnen des Sportgymnasiums GRG15 durch einen der dort tätigen Sportlehrer rekrutiert, die ebenfalls zwischen sechzehn und siebzehn Jahre alt waren. Ziel dieser Rekrutierung war es, heterogene Ernährungsformen und soziodemographische Unterschiede in dem Sampling zu erhalten, sodass eine Bandbreite unterschiedlicher Handlungspraktiken, Einstellungen und Alltagserleben in Bezug auf das Essen sichtbar werden konnte.

Durch diese Strategie ergaben sich fünf Interviews mit SchülerInnen der Zwi-Perez-Chajes-Schule, zwei mit Schülerinnen der Hertha Firnberg Schule für Wirtschaft und Tourismus und eines mit einer Schülerin des GRG15. Die Interviews führten mit Hilfe des *Schneeballverfahrens* zu fünf weiteren Gesprächen mit SchülerInnen aus anderen Schulen in Wien (vgl. Wolff; 2003; S. 348). Interessanterweise war es den InterviewerInnen ein Anliegen, besonders den Kontakt zu Personen herzustellen, die aus anderen Kulturkreisen kamen beziehungsweise *andere* Essgewohnheiten hatten – unter anderem vegane Ernährung, ein hinduistischer Haushalt und der Kontakt zu einem Pflegekind aus Afghanistan. Dies lies ein durchaus vielschichtiges Sampling zu, welches die unterschiedlichen Lebenswelten der Jugendlichen offenlegt. Zudem ergaben sich zwei weitere Interviews durch Anwendung der *pick-up* Strategie (vgl. Wolff; 2003; S. 348). Ein Interviewpartner wurde auf offener Straße angesprochen und über das Forschungsvorhaben spontan informiert, während dieser Flyer an PassantInnen verteilte. Das Aufklärungsgespräch auf der Straße führte zu einem Interview im späteren Verlauf desselben Tages. Ein weiteres kam im Zuge eines Hausbesuches zustande, wobei sich die jüngere Schwester der eigentlichen Interviewpartnerin im Anschluss für das Gespräch bereit erklärte.

Obwohl die Rekrutierungsstrategie auch auf den Kontakt mit jüngeren Jugendlichen von vierzehn Jahren abzielte, konnte lediglich das zuletzt beschriebene Interview mit einem vierzehn Jährigen Mädchen durchgeführt werden. Andere Zusagen von Personen dieses Alters verliefen in weiterer Folge ohne Rückmeldung. Bei der Kontaktaufnahme mit dieser Altersgruppe, wurde vermehrt darauf hingewiesen, dass ein Hausbesuch oder das Interview in Begleitung eines Freundes / einer Freundin oder eines Elternteils ebenso möglich sei.

Auf Grund der geschlechtlichen und schulischen Ungleichverteilung, sowie der unterschiedlichen Qualität, wurden allerdings nur zehn der fünfzehn erhobenen Interviews analysiert. Ausgeschlossen wurden dabei zwei Schülerinnen und ein Schüler der Zwi-Perez-Chajes Schule, da das Sampling andernfalls zu einseitig und wenig aussagekräftig für die unterschiedlichen Schultypen gewesen wäre. Im Vergleich zu den anderen Interviews ihrer SchulkollegInnen, waren diese zudem weniger gehaltvoll. Besonders im Fall des männlichen Gesprächspartners wurde im Zuge der ersten Analyse deutlich, dass es zu viele widersprüchliche Erzählungen gab, die eher auf einen starken Effekt der sozialen Erwünschtheit hindeuteten. Zudem wurde eine Interviewpartnerin, die durch die Pick-up Strategie im Zuge des Interviews mit ihrer Schwester rekrutiert wurde, nicht für weitere Analysen inkludiert, da hier sprachlich bedingte Verständnisschwierigkeiten das Gespräch zu stark steuerten und dies den Anforderungen der Analyse nicht entsprochen hätte. Schlussendlich wurde eine weitere Interviewpartnerin des Sportgymnasiums GRG15 ausgeschlossen die zwar das passende Alter hatte, allerdings mit 17 Jahren bereits alleine lebte und folglich nicht in das Sampling passte.

Das vorhandene Sampling setzt sich schlussendlich aus fünf Burschen und fünf Mädchen im Alter zwischen fünfzehn und siebzehn Jahren zusammen, deren soziodemographischen Daten in der folgenden Tabelle zusammenfassen werden:

Tabelle 1 - soziodemografische Daten nach Interviews

Interview	Kürzel	Geschlecht	Staatsbürger- schaft Österreich	Alter	Schultyp /Klasse	Schule	Bildung Mutter	Bildung Vater	Beruf Mutter	Beruf Vater
1	S	männlich	ja	17	AHS / 7	Piaristengymnasium 1080	Matura	Matura	Rezeptionistin Hotel	Pension
2	H	weiblich	ja	16	HWL / 3 (=6)	Hertha Firnberg Schule, 1220	akademisch	akademisch	selbstständig	selbstständig
3	C	weiblich	ja	17	HWL / 4 (= 7)	Hertha Firnberg Schule, 1220	Matura	Matura	Architektur- Büro (Vollzeit)	Architektur- Büro (Vollzeit)
4	R	weiblich	nein	16	AHS / 5	Schopenhauer Realgymnasium 1180	k.A	k.A	Journalistin (Vollzeit)	k.A
5	V	weiblich	ja	16	AHS / 6	Gymnasium Haizingergasse GWIKU, 1180	akademisch	akademisch	Ärztin (selbstständig)	Anwalt (Vollzeit)
6	E	männlich	ja	15	HTL / 1 (= 4)	Chemie HTL, 1170	akademisch	Lehre	Versicherung (Vollzeit)	Koch (Teilzeit)
7	K	männlich	nein	16	AHS / 5	Zwi-Perez-Chajes Schule, 1020	akademisch	Matura	Lehrerin VS (Vollzeit)	Touristenführer
8	D	männlich	ja	15	AHS / 5	Bernoulligymnasium , 1220	k.A	k.A	Erzieherin Hort (Vollzeit)	selbstständig
9	N	weiblich	nein	16	AHS / 5	Zwi-Perez-Chajes Schule, 1020	akademisch	FH	Karenz	selbstständig
10	A	männlich	ja	17	AHS / 7-8 (Sommer)	Billrothgymnasium, 1190	akademisch	akademisch	k.A.	Arzt (Vollzeit)

## 5. Ergebnisse

Im Folgenden werden die Ergebnisse der Analyse erläutert, wobei insbesondere auf die selektiven Kodes und deren Interpretation Bezug genommen wird. Das Aufweisen der Kernkategorien soll die Gemeinsamkeiten und Unterschiede der Interviewinhalte verdeutlichen, die das Ergebnis des zyklischen Analyseverfahrens darstellen. Die Reihenfolge der angeführten Interviews ist auf den Erhebungszeitpunkt zurückzuführen, um die Analyse transparent und verständlich wiederzugeben. Folglich sind die Interviews nicht nach Geschlecht oder Alter angeführt, sondern verlaufen chronologisch. Zu Beginn jedes vorgestellten Interviews, wird die Kodierung tabellarisch dargestellt, bevor diese inhaltlich beschrieben und im Text hervorgehoben werden. Am Ende jeder Interviewanalyse werden die Angaben des Kurzfragebogens zusammengefasst und bei auffälligen Mustern und Gemeinsamkeiten kurz diskutiert. Zum Schluss des Kapitels werden die Interviews und ihre Ergebnisse visualisiert (Tab. 12) und reflektiert. Die nun vorliegenden zehn Interviews wurden auf Grund ihrer Vielschichtigkeit selektiert, um die Forschungsfrage/n anhand eines breiten Spektrums unterschiedlicher Ernährungsgewohnheiten, Schulen und Lebenssituationen zu beantworten und dabei theoretische Konzepte schlussendlich in diesem Zusammenhang zu entwickeln, die in einem abschließenden Kapitel „Zusammenfassung“ dargelegt werden.

### 5.1 Interview 1 (S,17,♂)

Das hier als Nummer 1 angeführte Interview ist zugleich auch das erste Interview der Erhebungsphase. Folglich bietet es die Grundlage für alle weiteren Interpretationen und dient auch als erstes Orientierungsmaß für die Fehlerquellen und Herausforderungen, ebenso wie Erweiterungspotenzial des Leitfadens. Der Interviewpartner S ist Schüler des Piaristengymnasiums, 1080 Wien und wohnt gemeinsam mit seinem Bruder, seiner Schwester, seinem Vater und seiner Mutter in einem Haushalt. Das Interview wurde in einem Café geführt.

Tabelle 2 -Kodierung Interview 1

Interviewpassage	Axiale Kodes	Selektive Kodes
„kein Junkfood wenig Fett (3) wenig Kohlenhydrate (7) es kommt auch auf die Uhrzeiten an (2) sonst (1) gesund (3) Obst natürlich (3) aber halt (2) keine (1) aber ich mein (5) pass auf (1) die Avocados sind halt gesund und alles (1) sind aber auch fettreich	eigenständige Recherche über Diäten, Learning by Doing (welche Diät passt?)	Probieren

<p>wirklich (1) aber ja sonst generell Gemüse einfach (1) als Beilage Eier zum Beispiel aber keine Kartoffeln (1) ich mein Eier sind auch fettreich aber haben auch Eiweiße (4) ja“ [Zeile 113-116].</p> <p>„mmmh ja, also ob meine Diät eh ok ist (1) also wenn ich (1) mit siebzehn Jahren eine Intervalldiät mache“ [259-260].</p>	<p>Kein fundiertes Wissen, Unsicherheit, Unklarheit</p>	
<p>„also in der Schule verzichte ich ja meistens aufs Frühstück (2) Wenn ich halt zu Hause bin oder in den Sommerferien tu ich halt immer frühstücken und mittagessen (...) in den Sommerferien würde ich nie auf mein Frühstück verzichten“ [196-200]</p> <p>„also Wochenende sind so Cheatdays (2) dann ess ich auch am Abend dann was weiß ich irgendwas“ [80-81]</p>	<p>Unterschied Schulzeit und Ferien Familiärer Bezug</p> <p>Unterschied Wochenende und Alltag Peer Bezug</p>	<p>Zeit</p>
<p>„Äh (2) Frühstück (2) kommt drauf an wenn meine Mama am Wochenende zu Hause ist (1) essen wir halt schon alle gemeinsam mit meiner Mama (1) wenn meine Mama nicht zu Hause ist oder halt nicht da ist dann geh ich (1) dann hol ich mir (1) halt keine Ahnung mach mir ein Toast oder so sitz alleine vorm Fernseher das wars (1) wenn meine Mama da ist dann sitzen wir und dann reden wir alle dann ist die ganze Familie da (1) reden (1) aber halt der Fernseher läuft halt immer während dem Essen (1) mein Papa schaut immer fern“ [Zeile 132-137]</p>	<p>Anwesenheit der Mutter bestimmt ob gemeinsam gegessen wird. Wird hin hinterfragt – Regelmäßigkeit / Normalität (wenn so ... dann so ...) – genaue Abläufe</p> <p>„alle gemeinsam“ – Tisch ist erst vollständig, wenn die ganze Familie anwesend ist (nur Personen aus dem Haushalt – Gäste oder andere Familienmitglieder müssen nicht anwesend sein, damit der Tisch vollständig ist</p>	<p>Ritualisierung</p>
<p>„der Unterschied ist zum Beispiel wenn ich mit Freunden essen gehe oder so (1) ess ich ja auch weniger (1) also ich wird schneller satt eigentlich (3) keine Ahnung ich bin halt irgendwie schneller satt (1) und wenn ich halt mit der Familie bin (1) keine Ahnung (1) zu Hause esse ich richtig schnell also ich ess wirklich schnell also ich ess wirklich schnell also das find ich sehr- das ist ja auch das Problem bei mir weil ich viel zu schnell esse und das ist halt auch ungesund (lacht) sag ich mal- also so was ich so immer höre (1) von meinen Eltern. Also ungesund weil ich so schnell esse (4) mit Freunden esse ich halt langsamer (1) ich rede die ganze Zeit mit meinen Freunden“ [215-222]</p>	<p>Anwesenheit anderer Personen bestimmt Essverhalten (Geschwindigkeit, Tischgespräche, Sättigungsgefühl)</p> <p>Vergleich zu Hause vs. mit FreundInnen Bezeichnet Essverhalten als „Problem“, kann jedoch nicht selbstständig verändert werden, sondern hängt von den Umständen ab.</p>	<p>Setting</p>

Die erste identifizierter selektiver Kode dieses Interviews bezieht sich auf das **Probieren** unterschiedlicher Ernährungsformen und Diäten. Der Interviewpartner erkundet unterschiedliche Methoden, um sein Ziel der Gewichtsreduktion zu erreichen. Er setzt sich somit intensiv mit seiner aktuellen Ernährung auseinander, reflektiert seine Essgewohnheiten und sucht nach Ernährungsmethoden, die zu ihm passen und zugleich zur Erreichung der Ziele führen sollen. In diesem Sinne recherchiert er eigenständig und setzt sich somit mit den unterschiedlichen Ernährungsformen und den Vorgaben auseinander.

Er berichtet unter anderem, Low Carb und Intervalldiät „genommen“ zu haben und verweist mit dieser Formulierung auf die aktive Entscheidung, aus einer Vielzahl an Möglichkeiten eine bestimmte Ernährung zu wählen und sich dieser anzunehmen. Die Aufrechterhaltung dieser Wahldiät geht mit weiterer eigenständiger Recherche und Informationsgewinnung einher, die sich zudem im *learning by doing* widerspiegelt und somit das Wissen über Ernährungsweisen beeinflusst. Das Probieren der verschiedenen Ernährungsweisen spiegelt sich folglich in seinem Verständnis für bestimmte Lebensmittel wider, so definiert er eine gesunde Ernährung wie folgt:

*„kein Junkfood wenig Fett (3) wenig Kohlenhydrate (7) es kommt auch auf die Uhrzeiten an (2) sonst (1) gesund (3) Obst natürlich (3) aber halt (2) keine (1) aber ich mein (5) pass auf (1) die Avocados sind halt gesund und alles (1) sind aber auch fettreich wirklich (1) aber ja sonst generell Gemüse einfach (1) als Beilage Eier zum Beispiel aber keine Kartoffeln (1) ich mein Eier sind auch fettreich aber haben auch Eiweiße (4) ja“* [Zeile 113-116].

Die Nichteinhaltung dieser Definition beschreibt er als „Problem“. Dies verdeutlicht, dass das Probieren unterschiedlicher Diäten nicht zwangsläufig zu einer dauerhaften Ernährungsumstellung führt. Gleichzeitig verunsichern die zahlreichen Informationsquellen und Handlungsoptionen den Interviewpartner, wobei er im Debriefing folgende Frage stellt:

*„mmmh ja, also ob meine Diät eh ok ist (1) also wenn ich (1) mit siebzehn Jahren eine Intervalldiät mache“* [259-260].

Verschiedene Ernährungsweisen zu probieren führt somit nicht zwangsläufig zu spezifischerem Wissen, denn das Überangebot an Informationen und Diätstrategien scheint für wenig Klarheit zu sorgen. Das Einhalten der Diäten beschreibt der Interviewpartner zudem als „schwer“, da er sein Essen nicht selbst zubereitet und somit seine Ernährung von anderen Personen und weiteren Faktoren abhängig ist.

So ist ein weiterer selektiver Kode die **Zeit**, dessen Verfügbarkeit sich auf die Wahl der Lebensmittel und Mahlzeiten auswirkt. Die eigenständige Ernährung des Interviewpartners wird als ungesund beschrieben, wobei S den Zeitmangel als Hauptgrund für die Wahl von Fast-Food-Restaurants definiert. Zudem nimmt S an Schultagen kein Frühstück zu sich, wohingegen dies an den Wochenenden und Ferien nie ausgelassen wird. Im Gegensatz dazu führt die verfügbare Zeit an den Wochenenden zu gemeinsamen Treffen mit Freunden, wobei aber auch ‚ungesunde‘ Nahrungsmittel und Alkohol konsumiert werden. So bezeichnet S seine Wochenenden als *Cheatdays*, die den Konsum legitimieren. Der Zeitmangel kann daher nicht

als Hauptgrund für den Fast-Food Konsum verstanden werden, sondern ist lediglich eine weitere Begründung. Zugleich wird die verfügbare Zeit innerhalb der Familie zelebriert, wobei sich die Familienmitglieder zum gemeinsamen Sonntagsfrühstück versammeln und somit eine fixierte Zeit dem Essen als Familie widmen. In diesem Interview bestimmt die verfügbare Zeit somit insbesondere die gemeinsame Mahlzeit mit der Familie, hat aber nicht zwangsläufig Auswirkungen auf die selbstständige Lebensmittelwahl. In Bezug auf das Essen mit Freunden, hat die Zeit nur wenig Gestaltungsmacht.

Das Interview verdeutlicht zudem, dass es **Ritualisierungen** des Essens gibt, die innerhalb der im Haushalt lebenden Personen gestaltet werden. Die Rituale bestimmen dabei das Essverhalten der AkteurInnen, sowohl im Kollektiv, als auch alleine. Jedes Familienmitglied ritualisiert dabei die eigene Rolle und deren Aufgabe in diesem Setting, wobei der Vater täglich für die Familie kocht und auch als einziger beim Essen fernsieht. Die Gegenwart der Mutter ist ausschlaggebend dafür, ob die Familie gemeinsam zu Tisch isst, oder jeder für sich. So verändert auch die Konstellation der Anwesenden das Verhalten aller Mitglieder. Unter anderem erzählt S, dass er nur dann das Handy beim Essen benutzt, wenn er nicht in Gesellschaft isst. Zudem sind auch die diversen Gelegenheiten gemeinsam zu speisen ritualisiert, wobei die Familie die Anlässe definiert und ihnen entsprechend ihr Essverhalten anpasst. So ist beispielsweise der Geburtstag ein Grund für ein Essen im Restaurant, welches vom Geburtstagskind gewählt wird und Tischgespräche für alle verpflichtend sind. Dabei werden bestimmte Speisen ausschließlich zu bestimmten Anlässen zubereitet und sind somit ebenfalls Teil eines gemeinschaftlichen Rituals.

Schlussendlich wird auch die Zugehörigkeit der Mitglieder durch die Ritualisierung bestimmt, denn das Beisein weiterer Personen sind Ausnahmen. Lediglich die Familie kennt die Rituale und wissen sich normkonform, der Situation entsprechend zu verhalten. Der Tisch wird dabei nur als vollständig betrachtet, wenn sich alle Haushaltsmitglieder versammeln. Die Tatsache, dass sich S in seiner Freizeit nicht mit Freunden zum Essen trifft, verdeutlicht zudem die feste Verankerung des familiären ritualisierten Essens im Alltag.

Des Weiteren ist die Ernährung des Jugendlichen von **Setting** abhängig, dessen Auswirkungen in folgender Passage deutlich werden:

*„der Unterschied ist zum Beispiel wenn ich mit Freunden essen gehe oder so (1) ess ich ja auch weniger (1) also ich wird schneller satt eigentlich (3) keine Ahnung ich bin halt irgendwie*

*schneller satt (1) und wenn ich halt mit der Familie bin (1) keine Ahnung (1) zu Hause esse ich richtig schnell also ich ess wirklich schnell also ich ess wirklich schnell also das find ich sehr- das ist ja auch das Problem bei mir weil ich viel zu schnell esse und das ist halt auch ungesund (lacht) sag ich mal- also so was ich so immer höre (1) von meinen Eltern. Also ungesund weil ich so schnell esse (4) mit Freunden esse ich halt langsamer (1) ich rede die ganze Zeit mit meinen Freunden“ [215-222]*

Das Essen mit Freunden unterscheidet sich von jenem mit den Eltern, wobei sowohl Unterschiede in der gemeinsamen Kommunikation als auch im Essverhalten zu erkennen sind. Das Setting bestimmt nicht nur was verzehrt wird, sondern auch wie und gestaltet das Verhalten des Interviewpartners. Während S sein Essverhalten im familiären Setting als problematisch erachtet, fällt es ihm in einem anderen Umfeld wesentlich leichter, seinen Vorstellungen entsprechend zu handeln. Mit dieser Aussage wird deutlich, dass sich S seines Setting-abhängigen Verhaltens bewusst ist, dies jedoch nicht Setting-unabhängig ändern kann, selbst wenn er dies wünscht. Zudem unterscheiden sich die Regeln je nach Setting, denn während der Interviewpartner innerhalb der Peergruppe selbstständig über das Essen entscheidet, wird dieses in der Familie vorbestimmt. Der Entschluss was die Familienmitglieder essen, obliegt dem Vater, der die Mahlzeiten zubereitet. Dabei werden ausschließlich Gerichte gekocht, die von allen Familienmitgliedern gern gegessen werden. Ein Beispiel hierfür ist, dass lediglich zwei von fünf Mitgliedern gerne Fisch essen, folglich wird dieser kaum zubereitet, wohingegen Huhn von allen gern gegessen wird und sehr regelmäßig als gemeinsames Essen dient.

Der Kurzfragebogen liefert zudem weitere Informationen, die das Interview vervollständigen. Denn zum einen ist die Mutter Vollzeit berufstätig, dies begründet unter anderem, weshalb ihre Anwesenheit ausschlaggebender für das gemeinsame Mahl ist als jene des Vaters. Dieser ist pensionierter Koch, dessen verfügbare Zeit und erlernte Fähigkeiten dazu führen, dass er die Familie bekocht.

## 5. 2 Interview 2 (H, 16, ♀ )

H ist eine Schülerin der Hertha Firnberg Schule für Wirtschaft und Tourismus, 1220 in der wöchentlich die Schüler für andere Schüler in der Kantine kochen. Sie lebt mit ihrer Schwester, ihrer Mutter und dessen Lebensgefährten in einem Haushalt. Das Interview wurde in einem Café durchgeführt.

Tabelle 3 - Kodierung Interview 2

Interviewpassage	Axiale Kodes	Selektive Kodes
<p>„mh also Frühstück lass ich also meistens aus (2) weil ich in der Früh halt keine Zeit hab und ich denk mir dann ich ess halt erst zu Mittag (2) (...) es ist halt auch unterschiedlich ich glaub zum Beispiel am Wochenende ess ich schon ein Frühstück heute hab ich auch gefrühstückt (3) und am Wochenende ist es irgendwie geregelter (2) ein bisschen (1) weil (2) ich eben mehr Zeit hab“ [59-66]</p> <p>„ähm entweder bestell ich mir was oder am Wochenende kocht eigentlich immer die Mama oder wir gehen was essen (3) mh kommt drauf an ob jeder Zeit hat“ [82-84]</p>	<p>Kein Frühstück unter der Woche, nur am Wochenende</p> <p>Kein gemeinsames Essen vs. gemeinsames Essen</p> <p>Kochen vs. Bestellen</p>	Zeit
<p>„zum Beispiel (3) mh (5) Fertigprodukten (4) dann schau ich zum Beispiel wenn ich was esse das fertig ist schau ich auch drin - schau ich halt auch nach was so drinnen ist und mit welchem Öl es zum Beispiel halt gemacht wurde (3) zum Beispiel Fischöl oder so das mag ich dann auch nicht“ [127-130]</p> <p>„aber (5) ich achte halt drauf (2) ich möchte zum Beispiel immer wissen was drin ist (1) weil zum Beispiel meine Mama (lacht) in Ungarn – weil meine Mutter kommt aus Ungarn und sie isst halt manchmal so komische Sachen sie gibt in ihre Suppe zum Beispiel so Hühnerfüße rein (lacht) und dann möchte ich die Suppe nicht essen weil das finde ich nicht so (lacht) nicht so gut“ [114-118].</p>	<p>Inhalt der Produkte wichtig aber nicht motiveleitet – (Tiere / Umwelt)</p> <p>Verbindung Kochen mit Kultur</p> <p>Unterschiede in Vorlieben</p>	Geschmack
<p>„ähm (3) mein – es gibt so Phasen wo ich so drauf achte ich gesund esse (1) ich - zum Beispiel wir haben ausprobiert vor Kurzem vegan (2) und weil wir halt für den Schulball wollten wir uns (lacht) unsere Körper bisschen ähm (lacht) anpassen dass wir im Kleid gut ausschauen haben wir vegan probiert.“ [20-23]</p> <p>„letztes Jahr war es ähm oarg da haben wir halt wirklich viel Sport gemacht und haben halt echt wenig gegessen dann ist halt so ein JoJo-Effekt dass wir halt ur wenig gegessen haben und nach dem Schulball haben wir wieder ur viel gegessen (lacht) also das hat halt nur für den Schulball irgendwie was gebracht“ [33-36].</p>	<p>Vegan = gesund</p> <p>Abnehmen für einen bestimmten Anlass Ernährung verändern</p> <p>„anpassen“ – die Figur passt nicht (...zum Anlass)</p> <p>Vegane Ernährung als Diät (anderes Motiv als Tierleid)</p>	Körper
<p>„vielleicht muss ich dann auch mehr drauf achten weil wenn ich immer draußen esse dann wird das halt auch ein bisschen teuer (2) und deswegen glaub ich würd ich halt immer schauen dass ich was zu Essen zu Hause habe und wenn ich mir zum Beispiel denke ja ich hab grad Hunger und ich bin draußen dann warte ich halt bis ich zu Hause bin und dann (1) würde ich zu Hause was essen“ [227-231]</p>	<p>Unterschied zu Hause und auswärts essen Erst in dieser Passage Thema Geld (teuer) wenn alleine wohnen</p> <p>Finanzielle Mittel bestimmen: Häufigkeit der Restaurantbesuche bzw. zu Hause essen, Ort der Nahrungsaufnahme Handlungsbedarf bei Hunger: sofort oder später</p>	Geld

In dem Gespräch wird die **Zeit** ebenfalls häufig thematisiert und mit der Ernährungsweise der Interviewpartnerin in Verbindung gebracht. Nach eigener Aussage ist auch hier die Zeit der Hauptgrund für das Auslassen des Frühstücks, welches H hingegen an den Wochenenden immer zu sich nimmt. Der Schulalltag beeinflusst die verfügbare Zeit, wobei die Interviewpartnerin auch mittags nur auf bestimmten Wochentagen genügend Zeit für das Essen in der Kantine hat. An anderen Tagen sucht sie daher lediglich einen nahegelegenen Supermarkt auf, um sich ein Brot oder einen Salat zu kaufen.

Nichts desto trotz erläutert H, dass sie trotz des Zeitmangels an Schultagen mehr isst als in ihrer Freizeit und begründet dies mit der Routine und dem geregelten Alltag. Hier werden konkrete Zeiten dem Essen gewidmet, sind somit fester Bestandteil des Tages und ihrer Aussage zur Folge regulierter. Auch innerhalb der Familie bestimmt die Zeit der Mitglieder das gemeinsame Essen, wobei die unterschiedlichen Alltagsroutinen dazu führen, dass jeder für sich zu anderen Uhrzeiten zu Abend isst. Anders als in Interview 1, ist ein gemeinsames Essen an den Wochenenden kein Ritual, sondern richtet sich ebenfalls nach dem Zeitmanagement aller im Haushalt lebenden Mitglieder. Bis auf die Zeit beeinflusst kein weiterer Faktor das gemeinsame Essen in diesem Interview. Anders als in der Familie, wird im Freundeskreis vermehrt Zeit für das gemeinsame Essen aufgebracht, um kollektiv ein Gericht zu wählen, die nötigen Zutaten zu besorgen, diese zu verarbeiten und schließlich gemeinsam zu essen. Das Kochen in der Peergruppe ist somit auch als Freizeitbeschäftigung zu verstehen. Dies könnte ebenso als Kompensationshandlung für die geringe gemeinsame Zeit mit der Familie zu verstehen sein, wobei die häusliche Handlung in ein anderes Setting übertragen wird. Doch anders als in der Peergruppe hält die aufgebrachte Zeit für die eigenständig zubereiteten Speisen so gering wie möglich. So bereitet sich die Interviewpartnerin selbst nur einfache und schnelle Gerichte zu, welche ausschließlich zum eigenen Verzehr bestimmt sind.

*„die Anderen essen halt schon mit ich mach dann halt so meine Sachen und wenn was übrig bleibt dann essen das dann schon auch die anderen auf aber so für alle hab ich so noch nicht gekocht irgendwie (lacht)“ [Zeile 97-99]*

Anders als in Interview 1 bereitet sich H ihre Speisen selbst zu und kauft die dafür notwendigen Zutaten. Zudem isst sie häufig alleine und entscheidet somit über die Uhrzeit und den Ort der Nahrungsaufnahme. Wie viel Zeit der Nahrungsaufnahme und der Zubereitung gewidmet wird ist folglich von der Anwesenheit weiterer Personen und - ähnlich Interview 1 - vom Setting abhängig.

Weiters kann der **Geschmack** als wichtiger Faktor für die Ernährung in diesem Interview identifiziert werden. Enthält das Gericht eine Zutat, die nicht dem Geschmack entspricht, wird das Gericht nicht verzehrt. Der Geschmack entscheidet über die Essbarkeit des Produktes mit und ist der physiologischen Essbarkeit übergeordnet:

*„aber (5) ich achte halt drauf (2) ich möchte zum Beispiel immer wissen was drin ist (1) weil zum Beispiel meine Mama (lacht) in Ungarn – weil meine Mutter kommt aus Ungarn und sie isst halt manchmal so komische Sachen sie gibt in ihre Suppe zum Beispiel so Hühnerfüße rein (lacht) und dann möchte ich die Suppe nicht essen weil das finde ich nicht so (lacht) nicht so gut“ [Zeile 114-118].*

Den ‚anderen‘ Geschmack der Mutter begründet H mit der kulturellen Differenz. Deutlich wird hier der Einfluss der Kultur auf den Geschmack der Interviewpartnerin, die das ungewohnte Gericht als ungenießbar definiert und sogar Ekel empfindet - selbst wenn das fertige Produkt frei von der unerwünschten Zutat bleibt. Der Geschmack ist für H das einzige Kriterium, welches die Essbarkeit bestimmt, wobei andere Richtlinien, Glaubenssätze oder Überzeugungen in diesem Gespräch nicht identifiziert werden.

Zudem wurde der **Körper** als weiterer selektiver Kode festgestellt. Dieser wird mit der Ernährung in Verbindung gesetzt, wobei H unter anderem auf die Kalorienzufuhr achtet. Sie beschreibt diese Kontrolle über den Körper und die Ernährung als „Phasen“, in denen ein bestimmtes Ziel verfolgt wird. Konkret ist hier der Schulball gemeint. Zur Vorbereitung auf diesen Anlass werden kurzfristige Ernährungsumstellungen hin zu vegan oder Low Carb durchgeführt, die als Diäten verstanden werden. Gleichzeitig setzt H diese restriktiven Ernährungsweisen mit „gesunder“ Ernährung gleich. Besonders bei der veganen Ernährung sind keine Überzeugungen wiederzufinden, die den Verzicht auf sämtliche tierische Produkte argumentierten. Der Wunsch nach einem bestimmten Körperbild ist das einzige Motiv:

*„ähm (3) mein – es gibt so Phasen wo ich so drauf achte ich gesund esse (1) ich - zum Beispiel wir haben ausprobiert vor Kurzem vegan (2) und weil wir halt für den Schulball wollten wir uns (lacht) unsere Körper bisschen ähm (lacht) anpassen dass wir im Kleid gut ausschauen haben wir vegan probiert.“ [Zeile 20-23]*

Die Wiederholung des Wortes „wir“ verdeutlicht zum einen den kollektiven Charakter der zielorientierten Ernährungsumstellung. Da die Interviewpartnerin in ihrer Erklärung die Personalpronomen von „ich“ auf „wir“ wechselt, wird die Handlung auf ihre Peergruppe verallgemeinert. Der Körper wird hierbei „angepasst“, um der konkreten Vorstellung *gut*

*auszuschauen* zu entsprechen. Interessanterweise wird dieses Verhalten jährlich wiederholt, dessen Anfang und Ende gemeinschaftlich kommuniziert wird:

*„letztes Jahr war es ähm oarg da haben wir halt wirklich viel Sport gemacht und haben halt echt wenig gegessen dann ist halt so ein JoJo-Effekt dass wir halt ur wenig gegessen haben und nach dem Schulball haben wir wieder ur viel gegessen (lacht) also das hat halt nur für den Schulball irgendwie was gebracht“ [Zeile 33-36].*

Auch im Interview 1 wurde eine Diät eingehalten, allerdings sind hier Unterschiede in den Motiven zu erkennen. Denn während S versucht dauerhaft sein Gewicht zu reduzieren und offen über die Anzahl der verlorenen Kilos spricht, ist die Diät für H temporär, wobei das anschließende Zunehmen nach der Zielerreichung akzeptiert wird. Eventuell lassen sich hier bereits erste Geschlechterunterschiede feststellen, die sich in den Motiven der Ernährung widerspielen und das Essverhalten beeinflussen.

Doch auch das **Geld** spielt in der Ernährung von H eine Rolle. Dieser Faktor beeinflusst die Häufigkeit der Restaurantbesuche, wobei häufiger zu Hause gekocht wird, wenn wenig Geld verfügbar ist. Essen zu gehen wird von der finanziellen Situation abhängig gemacht, allerdings nur, wenn dies mit eigenen Mitteln zu bezahlen ist. Mit der Familie ins Restaurant zu gehen oder Essen nach Hause zu bestellen, wird von H nicht weiter mit dem finanziellen Aspekt in Verbindung gebracht, wenn sie nicht selbst dafür aufkommen muss. Somit wird nicht nur der Ort, sondern auch die Wahl der Speise durch die zur Verfügung stehenden Mittel gestaltet. Das Essen erhält bei dem Verbrauch des eigenen Kapitals einen anderen Wert, wodurch hierfür weniger Bereitschaft besteht, in Lebensmittel zu investieren.

Am Ende des Interviews erläutert H, dass dieses Gespräch sie dazu angeregt hat, ihr Essverhalten zu reflektieren. Trotz der Diäten, dem Kochunterricht in der Schule und dem Kochen mit FreundInnen und für sich alleine, scheinen diese Handlungen bislang selbstverständlich zu sein und sind tief im Alltagsleben der Jugendlichen verankert, sodass sie vollständig zum Teil der Normalität geworden sind. Allerdings wurde das Kochen in der Schule und der damit in Verbindung stehende Unterricht nicht weiter in diesem Interview thematisiert, weshalb hier die Schule trotz der besonderen Ausbildung keine deutliche Gestaltungsmacht für die Jugendliche hat. Das wiederum unterstreicht jedoch die Relevanz der anderen angeführten selektiven Codes. Denn trotz der eigenständigen Zubereitung der Speisen im Alltag und der erlernten Kochfähigkeiten in der Schule, geht die Interviewpartnerin

davon aus, ihren Vater zukünftig zu bitten, ihr Essen zuzubereiten, selbst wenn sie in einem eigenständigen Haushalt wohnt. Die selbstständige Ernährung steht somit nicht in direkter Verbindung zu den Fähigkeiten und dem Wissenstand über die Zubereitung von Lebensmitteln.

Im Kurzfragebogen wird deutlich, dass ihr Vater ebenfalls pensionierter Koch ist. Allerdings erwähnt H bis zum Debriefing nicht, dass sie regelmäßig von ihrem Vater bekocht wird, was diese Aussage durch Vater-Tochter-Ritualisierungen begründen würde. Im Sinne der theoretischen Sättigung werden daher in weiteren Interviews nach Gemeinsamkeiten und möglichen Motiven gesucht, die diese Zukunftsvorstellung verständlich machen können.

### 5.3 Interview 3 (C, 17, ♀)

C ist ebenfalls Schülerin der Hertha Firnberg Schule für Wirtschaft und Tourismus, 1220 und lebt mit ihrer Mutter, ihrem Vater und ihrem Bruder in einem Haushalt. Da sowohl C als auch H dieselbe Schule besuchen, soll hier eine Vergleichbarkeit ermöglicht werden, die den Einfluss der Schule und des spezifischen Kochunterrichts auf die Jugendlichen offenlegen soll. Das Interview fand ebenfalls in einem Café statt.

Tabelle 4 - Kodierung Interview 3

Interviewpassage	Axiale Kodes	Selektive Kodes
„ich glaub (2) gesund ist einfach eine ausgewogene Ernährung dass du einfach schaust dass du (2) Kohlenhydrate Proteine und Fette ist und das genau was dein Körper braucht (1) dass du (2) natürlich dass du bei Fette auch gesunde Fette isst (1) also (3) und eben einfach von allen Teilen (1) dass isst was dein Körper braucht (1) und auf das probier ich halt zu achten (1) dass ich eben (2) halbwegs (1) den Proteinanteil zu mir nehme den ich zum Beispiel brauch (1) ich ess zum Beispiel viel zu viele Kohlenhydrate und auf das muss ich zum Beispiel achten das ist für mich eine ausgewogene Ernährung“ [24-30]	Abwägen welche Ernährungsregeln zu den eigenen Bedürfnissen passt  Achten auf körperliche Reaktionen  Interesse für Ernährung  Interesse für körperliche Reaktionen	Reflexion
„mh (2) bis ich (1) mein Ziel erreicht hab (1) das ist normalerweise nehmen wir an ich hab zum Beispiel zugenommen dann schau ich dass die zwei Kilo wieder unten sind (1) dann normalerweise drei zwei bis drei Monate aber ich hab auch schon mal ein halbes Jahr wirklich extrem darauf geachtet was ich gegessen hab aber nach ner Zeit war das dann einfach (1) hab ich gemerkt dass ich gar nicht dass ich mir gar nichts mehr leisten kann deswegen hab ich s jetzt so gemacht ok ich ess jetzt (2) sechs Mal in der Woche (1) so gesund (1) und dann	Zielsetzungen Figur bezogen  Gewichtsreduktion  Gesund ≠ Gönnen  Gesund ≠ normale Ernährung  Phasenweise Ernährung	Körper

<p><i>einmal in der Woche gönne ich mir irgendwas (1) und ich würd sagen dass ist jetzt meine ganz normale Ernährung (1) keine Diäten mehr (2) aber so zwei Monate so zwei bis drei Monate wie gesagt es wechselt sich immer phasenhaft ab“ [50-58]</i></p> <p><i>„wenn ich merk ich hab weniger Maße (1) dann bin ich definitiv glücklicher“ [77-78].</i></p>	<p>Glück ist von Figur abhängig</p>	
<p><i>„ähm (2) ich ess (2) na das klingt jetzt ur komisch aber ich bin generell kein Fan von Fleisch (1) das nicht (2) biologisch ist oder zumindest nicht so angeworben ist (1) man kann nie (1) sicher sein ob s (1) Bio ist oder nicht (1) aber ich ess eigentlich nur Fleisch dass (1) wo drauf steht dass es Bio und ich hoffe auch dass es Bio is (2) ähm (1) ich versuch wirklich keine Produkte zu essen wo Palmöl drin ist (1) es ist schwer (1) aber ich achte darauf (2) und (4) generell probier ich einfach generell nachhaltig zu sein und ich kauf (1) doch (1) sehr viel Bio aber das hat mir auch meine Mutter extrem eingepflanzt (1) also (3) also auf sowas schau ich (1) es gibt keine Produkte wo ich sag das ess ich nicht weil es ist (1) es hat sehr viel Fett und das ess ich nicht weil es ist extrem ungesund (1) sondern es geht eher darum (1) wie die Produkte (1) hergestellt wurden“ [126-134]</i></p>	<p>Herstellung der Lebensmittel wichtig für die Ernährung</p> <p>Essbarkeit bestimmt durch Inhaltsstoffe und Produktion</p> <p>Mutter als Orientierungsmaß</p>	<p>Überzeugung</p>
<p><i>„wenn meine Freundinnen zu mir kommen bestellen wir sehr oft was (1) aber mit meiner Familie bestellen wir eigentlich gar kein Essen (1) (...) und (1) wenn meine Freundinnen bei mir sind bestellen wir eigentlich fast jedes Mal was zu Essen (1) weil einfach extrem einfach ist und wir haben jeder in dem Moment Lust drauf etwas ungesundes zu Essen (1) und dann bestellen wir halt ich weiß nicht Pizza oder asiatisch oder Burger“ [265-270].</i></p> <p><i>„weil (2) zum einen weil ich wissen wollte (1) ob’s (2) ob’s ob ich mich ge- generell halt gesund und besser fühle (1) und auch ob ich s schaffen würde (1) es war ja ein bisschen eine Wette mit einer Freundin weil alle waren so awww das schaffst du nicht wir haben es alle probiert und dann war ich so nein ich will das machen“ [400-403].</i></p>	<p>Unterschied FreundInnen und Eltern</p> <p>Verschiebung der moralischen Handlung</p> <p>Konkurrenzkampf</p> <p>Einfluss durch FreundInnen</p> <p>Vergleichbarkeit der Ernährung</p>	<p>Peer</p>

Der erste identifizierte selektive Kode, ist das hohe Maß an **Reflexion** über die Ernährung und die eigenen Verhaltensweisen, welche das Interview auszeichnet. Gleich zu Beginn des Gespräches beschreibt die Interviewpartnerin ihr Essverhalten und kategorisiert bestimmte Gewohnheiten in gut und schlecht. So berichtet sie auch von ihrem erhöhten Zuckerkonsum, vergleicht diesen jedoch mit ihrem zuckerfreien Getränkekonsum und äußert zudem, künftig den Konsum von Süßigkeiten zu reduzieren. Die Reflexion über die eigene Ernährungsweise scheint somit einen Einfluss auf das Essverhalten zu haben.

Doch nicht nur der Zuckerkonsum, auch das Verhältnis der Nährstoffaufnahme wird reflektiert. Was ihr „Körper braucht“ wird dabei mehrmals zum Thema, wobei die Interviewpartnerin ihre unterschiedlichen Ernährungsweisen vergleicht und deren Vor- und Nachteile abwägt, um schließlich eine nach ihren Kriterien passende Ernährung zu wählen, die ihrer Aussage zufolge das Ergebnis mehrerer unterschiedlicher Ernährungsweisen und Diäten ist. Doch anders als in Interview 1 und 2 werden nicht nur die Ernährungspläne, sondern auch der körperliche Zustand (wie beispielsweise Müdigkeit und Eisenmangel) in die Reflexion miteinbezogen.

So wie in Interview 1 und 2 nimmt auch C kein Frühstück an Schultagen zu sich, ist jedoch bislang die Einzige, die diese Angewohnheit als „ungesund“ beschreibt und zugleich den Zeitfaktor damit nicht in Verbindung bringt. Trotz der reflektierten Perspektive auf die eigene Ernährung erläutert C im Debriefing, durch das Gespräch ihre Ernährung, konkreter ihre Ernährungsumstellungen, nun mehr zu reflektieren. Dies verdeutlicht, dass trotz der Abwägungen der Vor- und Nachteile, dennoch Elemente der Ernährung nicht vollständig mitbedacht werden. So bleiben gewisse Handlungen und Verhaltensänderungen teilweise dennoch unreflektiert.

Zudem wird die Ernährung der Jugendlichen ebenfalls durch den **Körper** und dessen optischen Anforderungen mitgestaltet, wobei sich die Interviewpartnerin Ziele zur Gewichtsreduktion oder Einhaltung strenger Ernährungsweisen auferlegt und auf geliebte Lebensmittel verzichtet. Vermehrt beschreibt C, dass ihre Ernährung von Phasen bestimmt ist, in denen sie sich entweder stark mit ihrer Ernährung auseinandersetzt oder nicht. In den - wie sie es bezeichnet – „gesunden Phasen“ verändert sich die Wahl der Produkte, der Ort der Nahrungsaufnahme und die Zubereitungsart. Die Schülerin kocht mehr, geht weniger in Restaurants essen und konsumiert mehr frisches Obst und Gemüse. Diese Phase ist größtenteils durch Gewichtsverlust motiviert, wobei die tägliche Kontrolle der Waage, in die Alltagsroutinen inkludiert wird. Dabei bezeichnet sich die Jugendliche erst als glücklich, wenn das gewünschte Ziel erreicht wurde: *„wenn ich merk ich hab weniger Maße (1) dann bin ich definitiv glücklicher“* [Zeile 77-78]. Anders als in Interview 2, ist das Ziel nicht an ein konkretes Ereignis oder Datum gebunden, sondern bezieht sich auf den Körper und die Reduktion des Gewichts. Das Erreichen der Vorsätze wird mit einem ‚Preis‘ belohnt, wobei sich C Lebensmittel „gönnt“, die kalorienhaltig oder fettreich sind. Diese Phasen haben somit keinen

genauen Anfang oder ein konkretes Ende, denn wann begonnen und beendet wird, richtet sich nach der subjektiven Bewertung, wobei die Körpermaße zur Richtlinie werden. Erst bei der Erreichung des gewünschten Vorsatzes, wird die Ernährungsumstellung wieder beendet. Doch in der Zeit der Einhaltung, bezeichnet sie sich als „streng“ und wertet somit das Maß ihrer Disziplin. Anders als Interview 1 probiert C eine Ernährungsweise nicht nur einmal und fährt beim nächsten Mal anders fort, stattdessen wiederholt die Jugendliche auch bereits erprobte Diäten erneut. Sie werden in ein Repertoire der möglichen Ernährungsweisen miteinbezogen und in den „gesunden Phasen“ darauf zurückgegriffen. In den „ungesunden Phasen“ werden Restaurants häufiger aufgesucht, weniger selbst zubereitet und weniger frische Produkte verzehrt, wodurch sich auch hier die Alltagsroutinen verändern.

Es lassen sich folglich zwei Extreme erkennen, die sich jedoch lediglich auf die selbstständige Ernährung auswirken. Da das gekochte Essen der Mutter als ‚gesund‘ eingestuft wird, bleibt das Essverhalten zu Hause unverändert. Es wird deutlich, dass C weniger von ihren „ungesunden“ als von ihren „gesunden Phasen“ spricht. Es ist daher anzunehmen, dass die nährstoffreiche und frische Ernährungsweise folglich eher den Idealvorstellungen der Ernährung entsprechen und mit mehr Offenheit thematisiert werden. Gleichzeitig ist auch hier das Wissen über das Essen und dessen Zubereitung kein nachhaltiges Motiv, um eine Ernährungsform aufrecht zu erhalten. Der Wunsch nach einer bestimmten Figur oder das Ziel der Gewichtsreduktion gestalten die Ernährung in diesem Interview maßgeblicher mit.

Doch trotz der phasenweisen Ernährung können auch selektive Kodes identifiziert werden, die dauerhaft das Essverhalten der Jugendlichen mitgestalten. So ist unter anderem die **Überzeugung** ausschlaggebend dafür, was gegessen wird. C setzt sich mit Nachhaltigkeit und der Fleischproduktion auseinander, wobei sie beispielsweise auf Fertigprodukte, nicht biologisches Fleisch und Speisen, die Palmöl enthalten, grundsätzlich verzichtet. Sie setzt in ihrer Ernährung auf Regionalität und meidet den Kauf von importierten Waren. Hier wird zum ersten Mal die Moralisierung der Nahrung ersichtlich, in der sich die Essbarkeit der Produkte ebenso nach den moralischen Vorstellungen orientiert und somit erst gegessen werden, wenn sie den Anforderungen an die Umwelt erfüllen. Die Überzeugungen werden der Interviewpartnerin zur Folge durch ihre Mutter gefestigt, wobei sie vermehrt wiederholt: „*das hat mir auch meine Mutter extrem eingepflanzt*“ [Zeile 131]; „*weil ich (1) das von meiner Mutter so ein bisschen eingepflanzt hab*“ [Zeile 228].

Das Wissen über nachhaltige Nahrung, sowie akzeptable und verwerfliche Lebensmittel wird somit bereits im familiären Setting gebildet und äußert sich in weiterer Folge durch die selbstständige Recherche der Interviewpartnerin zu diesen Themen. Die Überzeugungen der Mutter werden somit auf die Jugendliche übertragen, wirken sich jedoch nicht auf alle Familienmitglieder gleichermaßen aus. Die Einstellung der Mutter kann somit nicht der einzige Faktor für die Ernährung der Jugendlichen sein, da dies in der selbstständigen Ernährung des Bruders keine Rolle spielt. C erkennt den ausschlaggebenden Unterschied in der moralischen Prioritätensetzung, wobei sie und ihre Mutter besonderen Wert auf Nachhaltigkeit und den Kauf von Bio-Produkten setzen, während ihr Vater und ihr Bruder nur wenig Interesse an diesen Themen zeigen und folglich ihre Wahl der Lebensmittel nicht an diese Kriterien auslegen.

Nichts desto trotz wird das Essen im Haushalt durch die Überzeugungen der Mutter bestimmt. Wobei sich alle Familienmitglieder an die strengste Überzeugung anpassen. Ähnlich wie in Interview 1 wird hier die Wahl der verzehrten Lebensmittel so ausgelegt, dass sie für alle Mitglieder gleichermaßen essbar sind. So verzehrt die Familie beispielsweise lediglich das Gemüse, welches von der Mutter selbst angebaut wurde. Die Mutter gibt vor, welche Produkte und Inhaltsstoffe den Moralvorstellungen entsprechen und beeinflusst somit die Ernährungsweise der Tochter auch außerhalb des familiären Settings. Zudem verzichtet die Familie beim gemeinsamen Essen auf Lieferdienste, da die Plastikverpackungen des bestellten Essens den Moralvorstellungen der Mutter widersprechen. C bestellt ausschließlich in der Peergruppe, wenn nicht gemeinsam als Familie gegessen wird. Das Setting wird somit durch eigene Regeln bestimmt, wodurch sich auch die Ernährung der Jugendlichen Setting-abhängig verändern und anpassen kann. Die eigenen Überzeugungen bestimmen jedoch, ob das Essen Setting-abhängig gestaltet wird oder nicht. Denn obwohl Settingunterschiede im Bestellverhalten der Interviewpartnerin zu finden sind, werden moralisch verwerfliche Produkte wie nicht biologisches Fleisch dennoch nicht konsumiert. Gleichzeitig verdeutlicht dies, dass C nicht alle moralischen Überzeugungen der Mutter übernimmt, sondern richtet sie auch nach den eigenen Prioritäten und Überzeugungen aus.

Die **Peergruppe** ist eine ebenso wichtige Instanz bei der Entscheidungsfindung, denn anders als zu Hause werden hier kollektive Entscheidungen für die Wahl des Restaurants und des gelieferten Essens getroffen. Es bedarf gemeinschaftlicher Zusammenarbeit und Konsens, um

ein für alle Beteiligten passende Wahl zu treffen. Die Essgewohnheiten sind dabei anders als im familiären Setting, wobei andere Gerichte gegessen und die Art der Verschaffung (bestellen statt kochen) abweichen.

*„wenn meine Freundinnen zu mir kommen bestellen wir sehr oft was (1) aber mit meiner Familie bestellen wir eigentlich gar kein Essen (1) (...) und (1) wenn meine Freundinnen bei mir sind bestellen wir eigentlich fast jedes Mal was zu Essen (1) weil einfach extrem einfach ist und wir haben jeder in dem Moment Lust drauf etwas ungesundes zu Essen (1) und dann bestellen wir halt ich weiß nicht Pizza oder asiatisch oder Burger“ [Zeile 265-270].*

Durch die diversen EntscheidungsträgerInnen und den notwendigen Konsens kann das Essen in der Peergruppe von jenem in der Familie unterschieden werden. Ebenso wenig kann die Ernährung in der Peergruppe mit der selbstständigen Ernährung gleichgesetzt werden, da es sich um Kollektiventscheidungen handelt, die zudem Lebensmittel legitimieren, die C nach eigenen Angaben alleine nicht konsumieren würde. Das betrifft jedoch nur die Wahl von *ungesunden* Speisen, wobei - wie bereits erwähnt – als moralisch verwerflich erachtete Lebensmittel weiterhin ausgeschlossen bleiben. Zudem beschreibt C, dass innerhalb der Peergruppen Wetten abgeschlossen werden, ob und wie lange eine bestimmte Ernährungsweise eingehalten werden kann:

*„weil (2) zum einen weil ich wissen wollte (1) ob’s (2) ob’s ob ich mich ge- generell halt gesund und besser fühle (1) und auch ob ich s schaffen würde (1) es war ja ein bisschen eine Wette mit einer Freundin weil alle waren so awww das schaffst du nicht wir haben es alle probiert und dann war ich so nein ich will das machen“ [Zeile 400-403].*

Deutlich wird, dass Peers ihre Ernährung vergleichen und aneinander messen. Allerdings geschieht dies kaum geschlechterübergreifend, wobei die Interviewpartnerin das Essverhalten von Burschen und Mädchen aus ihrer Klasse beobachtet und vergleicht. Ihr zur Folge bestehen Unterschiede im Essverhalten, wobei Burschen eher zu kalorienreichen Lebensmitteln in der Schulpause greifen und Mädchen kalorienarme und magere Produkte bevorzugen. Hier wird zudem die Stereotypisierung der Lebensmittel deutlich, die als männlich und weiblich konnotiert werden:

*„aber man sieht halt die Mädchen essen haben alle ihre Salate und die Jungs essen (1) fette Brote immer ja das ist mir schon oft aufgefallen“ [Zeile 104-106].*

Die geschlechtsspezifischen Unterschiede sind auch in den verfolgten Schönheitsidealen zu finden, wobei Mädchen schlanke und Burschen muskulöse Körper anstreben:

*„IP: aber die Jungs sind ja auch grundsätzlich was ich schon mit den Jungs darüber geredet habe weil sie eben ihre Diätphase haben dann ist das bei ihnen ich muss mehr als viertausend*

*Kalorien essen und die Mädchen sind so ah ich muss unter tausend Kalorien essen (2) weil sie wollen ja Muskeln aufbauen und das ist bei den meisten Mädchen nicht der Ziel (6) das Ziel (1) ja*

*Sprecherwechsel*

*I: was ist dann das Ziel*

*Sprecherwechsel*

*IP: dass man ich glaub einfach weniger Gewicht hat dass man definitiv dünner ist oder sich auch mehr toned dafür muss man extrem viel Masse aufbauen und muskulös ausschauen (1) und das ist bei den meisten Mädchen die ich kenne und bei mir selbst (1) der Fall dass das nicht so ist sondern man probiert dünner oder einfach besser in Form zu sein“ [Zeile 110-121].*

Die Verwendung der Mehrzahl („den Burschen“ und „den meisten Mädchen“) beschreibt die allgemeine Gültigkeit, wobei es sich nicht um Ausnahmen oder Einzelfälle handelt.

Auch hier wird deutlich, dass die Geschlechter in ihrer Ernährung konkrete Ziele verfolgen. In der Peergruppe werden diese Ziele und Wünsche geschlechterübergreifend diskutiert und nachgefragt. Es besteht somit Interesse der Jugendlichen für die unterschiedlichen Ernährungsweisen ihrer Peergruppe, sodass sie die Erfahrungen miteinander teilen.

Auch die **Schule** kann als selektiver Kode in diesem Interview festgestellt werden, da diese die Ernährung prägt. Hier wird das Wissen über Nährstoffe, deren Zusammensetzung und Auswirkung auf den Körper im ernährungswissenschaftlichen Unterricht weitergegeben. Im Rahmen dessen, werden ebenfalls Dokumentare gezeigt, die sich mit den Lebensmitteltransporten und Umweltfaktoren der Ernährung befassen. Deutlich wird hier, dass nicht ausschließlich die Institution eine wichtige Rolle spielt, ebenso ist es der Schultyp und der gestaltete Unterricht, der sich auf die Ernährung der Schülerin auswirkt. Doch anders als in Interview 2, meint C viel im Unterricht zu lernen und sich in weiterer Folge auch selbst mit dieser Thematik zu befassen. Obwohl beide Gesprächspartnerinnen aus Interview 2 und 3 dieselbe Schule besuchen, sind die Erfahrungen und die Auswirkungen auf das Verhalten, sowie die Einstellungen durchaus verschieden. So wird das Fach Ernährungswissenschaften in Interview 2 nicht erwähnt, in diesem jedoch deutlich betont. Aus der Sicht der Interviewpartnerin begründet die Schule das unterschiedliche Verhalten von ihr und ihrem Bruder:

*„es hat sich auch einfach wegen der Schule so entwickelt (1) er hatte eben keine Ernährungswissenschaften und wir schon (1) ich glaub da lernt man halt auch s e h r viel drüber (2) ähm (2) deswegen bin ich da definitiv anders eingestellt als er“ [Zeile 210-212].*

Nichts desto trotz beschreibt C lediglich den Mehrwert des ernährungswissenschaftlichen Unterrichts und geht nicht weiter auf den Kochunterricht ein, in die SchülerInnen für ihre MitschülerInnen das Essen zubereiten. Folglich wird auch hier das Essverhalten nicht zwangsläufig mit den Kochfähigkeiten in Verbindung gesetzt. Des Weiteren bietet die Schule die einzig weitere vollwertige Mahlzeit im Alltag der Schülerin. Das Bilden und Nähren der Jugendlichen, wird somit zur geteilten Aufgabe zwischen Mutter und Schule. Weiter wird hier ein zeitlich geregelter Rahmen geschaffen, der den Alltag und den Moment der Nahrungsaufnahme ebenfalls reglementiert. Folglich beschreibt C ihre Ernährung im Schulalltag als regelmäßiger.

Wie bereits im Interview 1 und 2 ist auch hier ist die verfügbare **Zeit** ein wichtiger Faktor für das Essverhalten der Interviewpartnerin, denn diese bestimmt, wer wann gemeinsam isst. Da C und ihr Vater meist zeitgleich nach Hause kommen, essen sie gemeinsam. So kann das Essen in diesem Fall als soziale Handlung verstanden werden, die über die körperlichen Bedürfnisse hinausgeht. Besteht die Gelegenheit gemeinsam zu speisen, so wird diese genutzt. Dies trifft sowohl auf den Freundeskreis als auch auf die Familienmitglieder zu. So wird auch der Großvater der Interviewpartnerin wöchentlich zum Essen eingeladen, allerdings nur an festgelegten Tagen, an denen sich alle Haushaltsmitglieder versammeln können. Die verfügbare Zeit bestimmt hier ebenso darüber, wie Anlässe zelebriert werden. So entscheidet beispielsweise an Geburtstagen der Wochentag darüber, ob gekocht oder auswärts gegessen wird. An Feiertagen, an denen mehr Zeit vorhanden ist, werden feste Rituale eingeführt, die ebenfalls einem zeitlichen Schema folgen. So wird vorab entschieden, was zubereitet und um welche Uhrzeit gemeinsam gegessen wird.

Schlussendlich wird im Kurzfragebogen deutlich, dass beide Eltern der Interviewpartnerin Vollzeit berufstätig sind, in der gleichen Branche arbeiten und die Matura ihr höchster abgeschlossenen Bildungsgrad ist. Die Überzeugungen der Mutter, selbst das Essen anzubauen und zuzubereiten, stehen somit über dem Zeitfaktor und werden zu einem Bestandteil der Alltagsroutine. Weshalb diese Überzeugungen bei ihr stärker ausgeprägt sind als bei ihrem Partner, ist allerdings mit den soziodemographischen Daten nicht feststellbar.

#### 5.4 Interview 4 (R, 16, ♀)

Das hier angeführte Interview zeichnet sich besonders durch seine außergewöhnliche Familienkonstellation aus. Die Interviewpartnerin lebt seit 2016 als Pflegekind in diesem Haushalt, nachdem sie als Minderjährige ohne Begleitung aus Afghanistan floh. Seit ihrer Ankunft in Österreich hatte sie keinen Kontakt mehr zu ihrer leiblichen Familie. Sie lebt gemeinsam mit ihrer Pflegemutter und dessen Adoptivtochter aus Afrika und besucht das Schopenhauer Realgymnasium, 1180 Wien. Im Folgenden werden die Mitglieder der Pflegefamilie als „Mutter“ und „Schwester“ bezeichnet. Vor Beginn des Interviews berichtete sie von ihrer Eingewöhnung, wobei ihr das Ablegen des Kopftuches besonders schwerfiel. In ihrer Heimat wurde sie sehr in die Haushaltsführung eingebunden, kochte und putzte gemeinsam mit ihrer leiblichen Mutter für die restliche Familie. Das Interview fand bei ihr zu Hause statt.

Tabelle 5- Kodierung Interview 4

Interviewpassage	Axiale Kodes	Selektive Kodes
<p>„wenn ich Ferien hab dann bin ich wie eine Queen (lacht) so (lacht) ich entscheide was ich will essen (1) wo kann ich essen oder so aber wenn ich Schule habe dann ich muss irgend- irgendwo finden wo Essen (2) aber wenn du Ferien hast dann du kannst entscheiden (2) vielleicht ich habe diese Mut und ich sage zu mir ok dann ich koche etwas für mich selbst (1) aber dann ich sage ok nein ich will das nicht zu Hause essen und dann ich geh raus und ich geh raus aber (1) wenn ich Schule habe dann ich muss eigentlich ich habe eine Stunde oder eine halbe Stunde Zeit (1) dann muss ich in der Zwischenzeit eigentlich was essen“ [319-325]</p>	<p>Sättigung als Hauptkriterium</p> <p>Ferien anders als Schule</p> <p>Entscheidungs- und Handlungsfreiheit</p> <p>Flexible Ernährung und Tagesgestaltung</p>	<p>Zeit</p>
<p>„ja ich koche ja manchmal ich koche für mich (1) es ist halt so von unsere afghanische Essen (1) weil manchmal meine Mutti sie kann das nicht essen oder so oder meine Schwester sie kann das nicht eigentlich so neue Sache probieren so (1) manchmal ich koche auch so für mich selbst“ [95-98].</p> <p>„im Vergleich zu früher gehe ich nicht so eigentlich oft (...) in die türkische Geschäft und dort esse ich eigentlich ein Stück Pizza mit Salat oder so manchmal gehe ich eigentlich zu Vapiano ähm ich weiß es ist nicht gesund aber es ist besser als McDonalds“ [Zeile 6-10];</p> <p>„ich esse es nicht weil es meine Religion sagt etwas (1) aber (1) jetzt ich sage weil es ist ungesund ist aber ich will das</p>	<p>Kochen aus Heimweh</p> <p>Selbstständiges Kochen (keiner kann mitessen)</p> <p>Vergleich früher zu heute - Gewohnheitsumstellung</p> <p>Religion steht in Verbindung zu der Ernährungsweise</p> <p>Verbot von Lebensmittel durch Glaube</p> <p>Abweichung von alten Glaubensmustern</p>	<p>Kultur</p>

<p>probieren (2) weil probieren das ist nicht schlimm“ [124-125].</p>	<p>Ersatz der Motive von Religion zu Gesundheit</p>	
<p>„es ist es kommt drauf an mit welche Freundin bin ich (...) eine Gruppe ist gesund (2) die ist Bio Personen die andere das ist Mci Personen und wir haben schon eine KFC Gruppe es ist halt so“ [251-256].</p> <p>„mhm (1) eigentlich es ist halt so jetzt bin ich ein bisschen besser geworden wegen meine Freundin sie ist so gesund sie achte auf ihre Körper (2) und (5) sie versucht immer Bio-Sachen kaufen (2) es ist ihr scheißegal (1) wie teuer ist oder so (3) aber ja (1) schon bissi nein nicht bissi schon viel habe ich von ihr gelernt“</p>	<p>Begleitung beeinflusst Ernährung</p> <p>Entscheidungen im Kollektiv</p> <p>Andere Handlungen alleine oder in Gesellschaft</p> <p>Auswirkung der FreundInnen auf das Ernährungsverhalten „Lernen“ durch Beobachtung (aber auch selbstständige Umsetzung?)</p>	<p>Setting</p>
<p>„es kommt drauf an wie viel Taschengeld auch ich habe (lacht) wenn ich viel habe dann ich versuche eigentlich ess ich gesund so (lacht) aber wenn es wenig ist dann ist es McDonald für eigentlich McDonald ist das das beste Platz weil kann man eigentlich drei oder vier oder fünf Euro eigentlich was kaufen“ [18-21].</p> <p>„letztes Jahr meine Mutti hat meine Konto eigentlich gecheckt und mein ganzes Geld habe ich bei McDonald ausgegeben (2) es war ganz (2) es war jeden Tag war ich in die McDonald aber jetzt bin ich nicht eigentlich so oft in die McDonald (2) es ist wenn ich gezwungen bin dann geh ich eigentlich zu McDonald“ [32-36]</p>	<p>Finanzielle Mittel bestimmen was und wo gegessen wird und ob es (un)gesund ist</p> <p>Essen als Hauptausgabe</p> <p>Ungesund = billig Gesund = teuer</p>	<p>Geld</p>
<p>„wenn du (2) nicht wenn du nicht gesund isst dann ist es schwer für deine Körper für die kämpfen oder keine Ahnung für Karate oder so weil du bist eigentlich das übergewichtig – weil du bist übergewichtig und das ist so schwer eigentlich (1) die Leute die haben die sind übergewichtig es ist so schwer zu trainieren (2) man muss (1) wenn man eigentlich sportlich ist man muss man muss man muss mindestens versuchen eigentlich mehr (1) dreimal am Tag eigentlich Gemüse oder Obst zu essen (1) sonst ist es schwer“ [341-346]</p>	<p>Gleichgültige Ernährung ohne Sport</p> <p>Keine Notwendigkeit (</p> <p>Zwang gesunder Ernährung durch Sport</p> <p>Kein Motiv für gesund Ernährung bei Übergewicht</p> <p>Übergewichtige Personen essen ungesund</p>	<p>Stigmatisierung</p>

Auch in diesem Gespräch kann die **Zeit** als ausschlaggebend für die Ernährung der Interviewpartnerin festgestellt werden, denn sie kocht ausschließlich, wenn ausreichend Zeit vorhanden ist. Dies steht somit auch hier in Verbindung mit der Wahl der Lebensmittel. Denn ist nicht ausreichend Zeit nicht vorhanden, muss das Essen schnell „satt machen“ und darf in der Zubereitung oder Beschaffung nicht aufwändig sein. Wie bereits im Interview 1 wird die Wahl von Fast-Food-Lokalen und Imbissbuden in erster Linie mit Zeitmangel begründet. Auch in Bezug auf das selbstständige Kochen ist lediglich die eigene verfügbare Zeit ausschlaggebend und wird nicht, wie bei den anderen Interviews bisher, von der Zeit der anderen Familienmitglieder beeinflusst. Denn R kocht ebenfalls an Tagen, an denen ihre

Mutter Zeit hat und zu Hause ist. Somit wird Kochen zur Freizeitbeschäftigung, wobei sie sowohl für sich alleine als auch für ihre Schwester und Mutter das Essen zubereitet. Die verfügbare Zeit manifestiert sich zudem in der Uhrzeit der Nahrungsaufnahme, welche an Wochenenden abweicht, da das Frühstück oftmals ausgelassen und anstelle früher zu Mittag gegessen wird. Obwohl R das Frühstück als besonders „wichtig“ im Schulalltag beschreibt, verschiebt es sich an freien Tagen und die geregelten Abläufe sind weniger an konkrete Zeiten gebunden, wodurch das Essen in Uhrzeit, Ort, Beschaffung und Zubereitung variiert und somit weniger routiniert ist. Anders als in Interview 1 und 3 gibt es hier kein ritualisiertes gemeinsames Mahl und keine festgelegte Aufgabenteilung in der Familie.

Doch nicht nur in der Familie, auch in der Peergruppe spielt die Zeit eine Rolle, denn zu Prüfungszeiten dient Essen lediglich als Mittel zum Zweck und soll dabei nicht zeitaufwändig sein, wohingegen in weniger zeitlich begrenzten Phasen, gemeinsam Lokale aufgesucht werden, hier wird das Essen zum Genussmittel, für welches mehr Zeit in Kauf genommen wird. Zudem setzt R voraus, dass der Zeitfaktor auch in Zukunft ihre Ernährung beeinflussen wird, da sie davon ausgeht, auch im Studium und Berufsleben durch den Zeitmangel weniger zu kochen und das Essen weniger „genießen“ zu können.

Eine weiterer selektiver Kode, die sich in diesem Interview identifizieren ließ, ist die Verbindung des Kochens zu der **Kultur**. Durch das Kochen bestimmter Nationalgerichte, schafft R eine Verbindung zu ihrer Heimat und schließt somit andere Familienmitglieder aus, die diese Kultur nicht teilen:

*„ja ich koche ja manchmal ich koche für mich (1) es ist halt so von unsere afghanische Essen (1) weil manchmal meine Mutti sie kann das nicht essen oder so oder meine Schwester sie kann das nicht eigentlich so neue Sache probieren so (1) manchmal ich koche auch so für mich selbst“ [Zeile 95-98].*

Die Wortwahl „unsere Essen“ verdeutlicht die kulturelle Prägung und die Vergemeinschaftung des Essens. Die Nahrung, der Geschmack, die Vorlieben und Abneigungen werden in der Kultur mitgestaltet und werden durch die Gerichte zum Identifikationsmerkmal der Interviewpartnerin. Durch den kulturell geprägten Geschmack und die Verträglichkeit exkludiert R andere Familienmitglieder, die diese Kultur nicht teilen. Dennoch als bisher einzige, kocht R auch für die gesamte Familie und überträgt somit ihre Rolle und Aufgabenbereiche von der leiblichen Familie auf die Pflegefamilie.

Durch den radikalen Kulturwechsel der Jugendlichen sind zudem Änderungen im Essverhalten und den Einstellungen zu erkennen, wobei R davon spricht, ihre Gewohnheiten zu verändern und weniger „ungesund“ zu Essen. Sie reduziert ihre Besuche in gewohnten Fast-Food-Lokalen und sucht nach Alternativen. Zudem vergleicht sie ihre Ernährung von früher zu heute und sieht ihre Ernährung als stetigen Prozess, der von *schlecht* in *gut* übergehen soll. Der Richtwert für eine erfolgreiche Veränderung orientiert sich dabei an den Maßstab „gesund“ und „ungesund“. So beantwortet sie auch die Einstiegsfrage: „erzähl mir einfach mal was du gerne isst“ mit: „Zu Hause esse ich gesund“ [Zeile 4]. Die selbstständige Ernährung wird dabei jedoch nicht mit den *gesunden* Maßstäben zu Hause verglichen, sondern mit der Wahl der verfügbaren Lokale, die gängig aufgesucht werden:

*„im Vergleich zu früher gehe ich nicht so eigentlich oft (...) in die türkische Geschäft und dort esse ich eigentlich ein Stück Pizza mit Salat oder so manchmal gehe ich eigentlich zu Vapiano ähm ich weiß es ist nicht gesund aber es ist besser als McDonalds“* [Zeile 6-10];  
*„ich kann das noch nicht fix sagen dass ich eigentlich gesund esse (4) aber ich versuche gesund zu essen“* [Zeile 37-38].

Der Vergleich zu McDonalds kommt in diesem Interview vermehrt vor, wobei alternativ aufgesuchte Fast-Food Lokale als weniger ungesund verstanden werden. Zudem befindet sich auch die Einstellung zu ‚verbotenen‘ Lebensmitteln im Wandel, wobei beispielsweise Schweinefleisch früher auf Grund religiöser Vorgaben nicht verzehrt wurde und aktuell lediglich die Gesundheit als Argument für den Verzicht dient:

*„ich esse es nicht weil es meine Religion sagt etwas (1) aber (1) jetzt ich sage weil es ist ungesund ist aber ich will das probieren (2) weil probieren das ist nicht schlimm“* [Zeile 124-125].

Der gesundheitliche Aspekt ist dabei eine geringere Restriktion als der Glaube, denn während die Religion das Essen von Schweinefleisch komplett verbietet, sind mit dem Gesundheitsaspekt auch Ausnahmen legitimiert. So wird auch hier ein weiteres Mal deutlich, dass die Essbarkeit durch Motive und Überzeugungen der Interviewpartnerin mitgestaltet wird und nicht ausschließlich durch die physiologische Essbarkeit bestimmt ist. Zugleich sind die Einstellungen kulturell orientiert und sind anfällig für eine dauerhafte Veränderung des Umfelds und der dort vorherrschenden Normen.

Zudem ist auch hier die Ernährung vom **Setting** abhängig: So wird die Ernährung in der Schulzeit „ungesund“ und zu Hause „gesund“ eingeschätzt. Dieser selektive Kode ist auch in den anderen Interviews wiederzufinden und verdeutlicht die Anpassungsfähigkeit der

Essgewohnheiten der Interviewpartnerin, die durch den sozialen Kontext mitbestimmt sind. So kocht sie auch zu Hause mehr und geht mit FreundInnen eher außerhalb der privaten Sphäre essen. Doch auch innerhalb des familiären Settings sind Variablen zu finden, die Unterschiede zwischen der Kernfamilie und der restlichen Familie aufweisen. Beispielsweise wird mehr gebacken und gegrillt, wenn sich die gesamte Familie versammelt. Jedes Setting enthält zudem andere Regeln, die durch die AkteurInnen selbst aufgestellt werden. So ist der Gebrauch des Handys am Tisch bei Familienmahlzeiten verboten, jedoch in der Peergruppe toleriert. Doch nicht nur in der Familie müssen die Settings differenziert werden, auch innerhalb des Freundeskreises sind Unterschiede in der Ernährungsweise zu erkennen:

*„es ist es kommt drauf an mit welche Freundin bin ich (...) eine Gruppe ist gesund (2) die ist Bio Personen die andere das ist Mci Personen und wir haben schon eine KFC Gruppe es ist halt so“ [Zeile 251-256].*

Ein weiteres Mal wird deutlich, dass das Essverhalten der Interviewpartnerin ein soziales Konstrukt ist, welches kontextabhängig stark variieren kann. Die Settings und die darin enthaltenen Normen werden in Routinen habitualisiert, wobei sowohl R, als auch die Gesprächspartnerinnen aus Interview 2 und 3 diese Settings später freiwillig aufsuchen würden. Denn diese würden auch noch zu Hause essen, wenn sie nicht mehr dort wohnen.

Des Weiteren spielt auch hier das **Geld** eine wichtige Rolle für die Ernährung von R:

*„es kommt drauf an wie viel Taschengeld auch ich habe (lacht) wenn ich viel habe dann ich versuche eigentlich ess ich gesund so (lacht) aber wenn es wenig ist dann ist es McDonald für eigentlich McDonald ist das das beste Platz weil kann man eigentlich drei oder vier oder fünf Euro eigentlich was kaufen“ [Zeile 18-21].*

Die Wahl der Lebensmittel und der Lokale wird erneut durch das verfügbare Kapital bestimmt. R beschreibt zudem, dass ihre Hauptausgabe das Essen ist und vergleicht fortlaufend die Preise und die damit verbundenen Möglichkeiten der Nahrungsgewinnung. Nach der Zeit ist das Geld somit der zweite ausschlaggebende Faktor dafür, ob das selbstständige Essen als Genussmittel oder Mittel zum Zweck dient und ob Fast-Food Lokale aufgesucht werden.

Zwar beschreibt die Interviewpartnerin, dass das verfügbare Geld auch darüber entscheidet ob die Mahlzeit gesund oder ungesund ist, gleichzeitig berichtet sie jedoch auch, zu Hause zu essen, wenn das Geld knapp wird. Da sie das Essen zu Hause als gesund beschreibt, ist hier das Verhältnis zwischen Geld und gesunder Ernährung ambivalent.

Weiters konnte in diesem Interview auch die **Stigmatisierung** der Nahrung festgestellt werden, wobei die Teilung von gesund und ungesund auch weitere Stereotype beinhaltet. So nennt sich die Interviewpartnerin „dumm“, wenn sie zu den ihren Ansichten zur Folge *schlechten* Lebensmitteln greift. Entspricht ihre eigene Ernährung nicht ihren eigenen Vorstellungen von gesund, entwickelt sie darüber hinaus Schuldgefühle. Zudem beschreibt sie übergewichtige Personen als faul, da diese „keinen Sport machen müssen“ und ebenso wenig auf ihre Ernährung achten müssen. Weiter wird auch das Essen stigmatisiert, wobei Fast Food zwangsläufig als ungesund und Bio-Produkte als gesund kategorisiert werden.

Die erarbeiteten selektiven Kodes weisen jedoch auch Unterschiede zu den bisherigen Interviews auf, denn bisher ist R die einzige, die keine Diäten oder Phasen der Ernährungsumstellung durchgeführt hat. Stattdessen kann hier auf den selektiven Kode *Kultur* verwiesen werden, wobei die Interviewpartnerin eher ihre vergangene und gegenwärtige Ernährung vergleichend beschreibt und diese als kontinuierlichen Entwicklungsprozess versteht.

### 5.5 Interview 5 (V, 16, ♀)

Die Interviewpartnerin besucht das Bundesgymnasium GWIKU 18 Haizingergasse, 1180 Wien und lebt als Einzelkind gemeinsam mit ihrer Mutter und ihrem Vater. Sie ernährt sich seit zehn Jahren vegetarisch, und seit zwei Jahren vegan. Das Interview wurde in einem Café durchgeführt.

Tabelle 6 - Kodierung Interview 5

Interviewpassage	Axiale Kodes	Selektive Kodes
„ <i>ähm (1) ich weiß es gar nicht mehr so genau (2) ähm also (2) ich kannte wen der Veganerin war (2) und ähm (2) da hab ich (2) also (2) das probiert (2) so keine Ahnung Sojamilch oder so irgendetwas (2) und irgendwann hab ich mich mehr darüber informiert und dann (3) äh (3) wars für mich klar dass ich irgendwie auch Veganerin werden muss (2) also (2) ja“ [30-34]</i>	Vegan als Identifikationsmerkmal  Vegan als Selbstverständlichkeit (keine Wahlfreiheit - Zwang)  Informationen führen zu Ernährungsumstellung  Interesse führt zu selbstständiger Informationsgewinnung  Vegan ≠ Diät  „für mich“ – keine allgemeine Gültigkeit	Überzeugung
„ <i>mh (2) also (2) das macht immer wer anderer (2) also (2) wer halt grad Zeit hat oder so (2) und wir essen halt auch meistens vegan weil meine Mama (2) halt auch so daran interessiert ist (2) also sie ist</i>	Vegetarische Familie  Inklusion durch gemeinsame Mahlzeiten Ausrichtung nach dem „strengsten“ Mitglied	Umfeld

<p><i>Vegetarierin aber isst gern vegan (1) mein Vater ist zwar Fleisch aber sst auch gern Vegan also essen wir einfach alle so (2) und äh ja“ [58-61]</i></p> <p><i>„mh (2) das ist eigentlich auch gar kein Problem (1) also die meisten meiner Freunde sind auch vegetarisch oder mögen halt auch veganes Essen (2) ja also auch Fleischesser sind eigentlich (lacht) ganz normal (1) also wenn wir irgendwo hingehen oder sowas (2) gibt's eigentlich auch immer für mich im (3) das ist eigentlich gar kein Problem“ [102-106]</i></p>	<p>Einfachere Umsetzung der Inklusion durch Anpassungsfähigkeit der Mitglieder</p> <p>Distanzverhältnis bei nicht inklusiver Ernährung?</p> <p>Anpassungsfähigkeit im Freundeskreis</p> <p>Unproblematisch</p> <p>„Fleischesser“ vs. VegetarierInnen/VeganerInnen</p>	
<p><i>„I: und für wen kochst du dann Sprecherwechsel IP: wenn zu Mittag ist schon für mich meistens (1) aber (1) ich koch auch manchmal Abendessen und das essen wir dann alle“ [153-156]</i></p>	<p>„alle“ meint Familie im Haushalt - manchmal</p> <p>Anderenfalls nur alleine – meistens</p> <p>Ritualisierung selbstständig kochen</p>	<p>Privatisierung</p>

Eine in diesem Interview besonders präzise selektive Kode ist die **Überzeugung**, die hier die Ernährung der Jugendlichen stark prägt. Bereits zu Beginn des Interviews beantwortet V die die Einstiegsfrage mit „*ich bin Veganerin*“ [Zeile 4] und äußert somit im Vorfeld, welche Lebensmittel ausgeschlossen werden. Zudem definiert sich die Interviewpartnerin über ihre Ernährungsweise und schafft somit eine Identität, die mit ihrem Essverhalten verbunden ist. Anders als bisher in Interview 2 und 3 ist die vegane Ernährung keine Diät oder eine temporäre Ernährungsumstellung. Die Dauerhaftigkeit der Ernährungsumstellung ist demnach auf dieses Motiv der Überzeugungen zurückzuführen, wobei der Konsum von tierischen Produkten möglicherweise das Aufgeben besagter Überzeugung bedeuten würde. Zugleich vereinfacht dieses Motiv die Einstellung zu den verfügbaren Lebensmitteln, denn anders als in Interview 2 und 3 beschreibt die Interviewpartnerin das vegane Essen im Alltag, in Restaurants, bei Besuchen und auf Urlauben als unkompliziert und versteht es auch nicht zwangsläufig als ‚gesund‘. So wird hier deutlich, dass auch die Relevanzsysteme in der Ernährung der Interviewpartnerin eine Rolle spielen und dabei die Empfindungen in Bezug auf die Umsetzbarkeit mitbeeinflussen. Die Ernährung ist von der veganen Überzeugung geprägt und wird daher in der Durchführbarkeit als einfacher beschrieben. Besonders verglichen zu jenen, die lediglich ein bestimmtes Ziel mit einer kurzweiligen Ernährungsumstellung verfolgten. So wird außerdem in diesem Interview deutlich, dass starke Überzeugungen mit dem Ernährungsverhalten übereinstimmen und dies zu einer Verpflichtung wird:

*„dann (3) äh (3) war's für mich klar dass ich irgendwie auch Veganerin werden muss“ [Zeile 33].*

Dennoch ist auch hier die Überzeugung von religiöser Ernährung zu unterscheiden, denn wie bereits in Interview 4 sind Ausnahmen keine Sünde. Die selbst auferlegten Richtlinien folgen keinen konkreten Geboten beziehungsweise Verboten und haben für die Interviewpartnerin keine Konsequenzen:

*„die haben mir auch irgendeine Schokolade gegeben die nicht vegan war (2) ich hab's dann trotzdem gegessen“ [Zeile 225].*

Deutlich wird, dass soziale Normen wie Höflichkeit als Gast und das Annehmen von Geschenken über den eigenen Überzeugungen stehen können und damit die Interviewpartnerin und ihr Verhalten beeinflussen. V entschloss sich in dieser Situation, die gesellschaftlichen Regeln vor ihre eigenen zu stellen, solange dies in einem für sie akzeptablen Rahmen geschieht. Denn Fleisch zu essen hätte sie, wie bereits erwähnt, dennoch verweigert. Ähnlich wie in Interview 3 kann das Setting zu einer Verschiebung der Ernährungsweise temporär führen, allerdings können feste Glaubenssätze und selbst bestimmte strikte ‚Tabus‘ dadurch nicht verändert werden.

Eine weitere Gemeinsamkeit zu Interview 3 ist das besondere Interesse für die Thematik und die damit einhergehende selbstständige Informationsgewinnung. So befasst sich V außerhalb des schulischen und familiären Settings mit der veganen Ernährung und der verfügbaren Alternativen. Doch anders als in Interview 3 hat die Schule nach eigenen Angaben keinen Einfluss auf die Denkweise und das Verhalten der Interviewpartnerin – dies könnte mit der Tatsache in Verbindung stehen, dass V keinen ernährungswissenschaftlichen Unterricht hat, sondern diese Thematik lediglich in Biologie kurz angeschnitten wird.

Zudem spielt auch in diesem Interview das **Umfeld** eine große Rolle in der Ernährung der Jugendlichen, wobei sich ihr Freundeskreis aus VeganerInnen und VegetarierInnen zusammensetzt. In diesem Zusammenhang berichtet die InterviewpartnerIn, dass der Entschluss zur veganen Ernährung besonders durch eine Freundin beeinflusst wurde, die sie über dieses Thema mehr aufgeklärt und ihr weiteres Interesse nach eigener Aussage gefördert hat. Zudem ist auch die Mutter der Interviewpartnerin Vegetarierin, wodurch zu Hause ausschließlich vegetarische Gerichte zubereitet wurden. Die Motive der Familie und insbesondere der Mutter, wirken sich auf die Einstellungen und Ernährungsweisen der Interviewpartnerin aus, ähnlich wie es auch in Interview 3 und 4 beschrieben wurde.

Der Entschluss, das Essverhalten zu ‚radikalisieren‘, kann als Prozess der progressiven Selbstständigkeit verstanden werden, wobei die Interviewpartnerin mehr Eigenverantwortung für ihr Essverhalten übernimmt:

*„weil ich auch selber irgendwie die Entscheidung getroffen hab mich (2) also meine Ernährung umzustellen“ [Zeile 96-97].*

Auch wie Lebensmittel konsumiert werden wird durch das Setting beeinflusst, wobei V zu Hause ausschließlich kocht, mit den Peers jedoch Restaurants und Supermärkte aufsucht. Ob das Essen als Mittel zum Zweck oder als Genussmittel dient, ist wie bereits in Interview 4 vom Umfeld abhängig. So geht V davon aus, weniger ganze Mahlzeiten zu sich zu nehmen und stattdessen auf Snacks zurückzugreifen, wenn sie nicht mehr bei ihren Eltern lebt. Das Umfeld beeinflusst somit ihr Verhalten auch indirekt und wirkt sich auf die Rituale der Individuen aus, auch ohne Beisein weiterer AkteurInnen, denn aktuell kocht die Interviewpartnerin häufig alleine, würde dies jedoch ihrer Aussage zur Folge weniger tun, wenn sie in einem getrennten Haushalt leben würde. V vermutet, sich in ihrem eigenen Haushalt „gesünder“ zu ernähren, da es keine Süßigkeiten geben und sie diese auch nicht kaufen würde. Die Verfügbarkeit der Lebensmittel im nahen Umfeld wirken sich somit ebenso auf das Essverhalten der Jugendlichen aus.

Gleichzeitig besteht eine Wechselwirkung, in der die Ernährung der Interviewpartnerin auch ihr Umfeld beeinflusst, wobei sich die Mitmenschen an ihr Essverhalten anpassen. So beschreibt die Interviewpartnerin, dass auf ihre vegane Ernährung sowohl bei der Wahl der Lokale in der Peergruppe als auch bei Einladungen bei Familienfreunden Rücksicht genommen wird. Erneut wird der soziale Aspekt der Ernährung deutlich, wobei die Wahl der Lebensmittel ebenfalls von den anwesenden Personen, ihren Vorlieben und Abneigungen, mitgestaltet wird. Das Kollektiv versucht die Ernährungsweisen der einzelnen Mitglieder zu berücksichtigen, um so auch V gleichermaßen die Möglichkeit zu geben, sich in die Gemeinschaft zu integrieren und mitzuessen. So werden auch im Haushalt ausschließlich vegane Gerichte zubereitet. Ähnlich wie bereits in Interview 1 orientiert sich das zubereitete Essen nach der gemeinschaftlichen Beliebtheit. Da alle Familienmitglieder vegan essen können, jedoch nicht alle Fleisch oder andere tierische Produkte konsumieren, werden die Gerichte so zubereitet, dass sie von allen Beteiligten verzehrt werden können.

Wie bereits in Interview 4 kocht auch V in der Schulzeit regelmäßig zu Hause und bereitet auch das Essen zum Teil für die gesamte Familie zu. Allerdings unterliegt das selbst zubereitete Essen der **Privatisierung**, da die Interviewpartnerin ausschließlich für sich und die Kernfamilie kocht. Wie auch in Interview 2, 3 und 4 ist das Kochen lediglich für einen intimen Kreis bestimmt, wohingegen das Zubereiten größerer Mahlzeit für mehr Personen den erwachsenen Familienmitgliedern überlassen bleibt. Dabei haben die erlernten Kochfähigkeiten nur wenig mit dem tatsächlichen Verhalten der Interviewpartnerin zu tun, denn viel eher sind hier die Routinen der Familie und die individuellen Vorlieben der Jugendlichen ausschlaggebend. So wird die Selbstständigkeit nicht durch das Wissen und die Schule geprägt, sondern ist als Zusammenspiel aus familiärer Aufgabenteilung und Verfügbarkeit von Zeit und Interesse zu verstehen.

Im späteren Debriefing äußert V, durch das Gespräch ihre Ernährung mehr zu reflektieren. Trotz der regelmäßigen Auseinandersetzung mit der Thematik und dem einhergehenden Wissen in Praxis (Kochen) und Theorie (Lebensmittelwahl), scheint die Ernährung dennoch kein vollständig reflektierter Prozess zu sein. Eher wird das Essen an die Vorlieben und Abneigungen der Interviewpartnerin angepasst und dabei mit den Überzeugungen in Einklang gebracht. Die selbstauferlegten Regeln werden dabei als Teil der Ernährung integriert und nicht an die körperlichen und sozialen Aspekte geknüpft.

Der Kurzfragebogen offenbart, dass beide Elternteile der Interviewpartnerin Vollzeit berufstätig sind. Möglicherweise erklärt sich somit die Tatsache, dass auch V regelmäßig für die gesamte Familie das Essen zubereitet.

#### 5.6 Interview 6 (E, 15, ♂)

Der Interviewpartner des hier angeführten Gespräches ist Schüler der Höheren Bundeslehr- und Versuchsanstalt für chemische Industrie (Chemie HTL), 1170 Wien. Er ist Einzelkind und lebt gemeinsam mit seiner Mutter und seinem Vater in einem Haushalt. Das Interview fand in einem Café statt.

Tabelle 7 - Kodierung Interview 6

Interviewpassage	Axiale Kodes	Selektive Kodes
<p>„also meistens gehen wir dann essen d a n n (2) ist es sehr unterschiedlich was ich ess (1) also meistens wenn's ein feierlicher Anlass is dann nehm ich mir ein Steak (4) mit Pfeffersauce (2) das ist das Beste was man irgendwie essen kann (lacht) ja ist echt das Beste (lacht) krieg jetzt voll Hunger (lacht) [66-68]</p> <p>IP: ähm (2) ne Zeit lang ja aber es schmeckt einfach zu gut (2) Hummer Sprecherwechsel I: Hummer Sprecherwechsel IP: ja (1) hat mir irgendwie leid getan weil (4) ja (2) die werden ja lebend gekocht und eingefroren (2) also ich find's immer noch gut halt eigentlich ich ess jetzt nur mehr Hummer (2) wenn er (1) frisch gefangen ist (1) also (1) keiner der eingefroren wurde (1)“ [101-108]</p>	<p>Ritualisierung von Speisen</p> <p>Das Essen beschreibt den Anlass</p> <p>„das Beste“ ohne moralische, gesundheitliche oder andere Motive</p> <p>Verzicht durch Vorliebe nicht voll umsetzbar</p> <p>Leid des Tieres / Mitleid kein ausreichendes Motiv</p>	<p>Geschmack</p>
<p>„kommt drauf an ob meine Mutter oder mein Vater irgendwas vorkochen (1) dann ess ich das meistens (1) wenn nicht d a n n geh ich zum Burger King“ [Zeile 42-43]</p> <p>„für meine Mutter eher weniger weil wenn sie schon da ist dann kocht sie meistens (2) äh nur äh wenn ich zum Beispiel bei Freunden zu Hause bin dann (1) koch ich bei ihnen“ [Zeile 142-144].</p>	<p>Kochen nur mit FreundInnen oder alleine</p> <p>Kochen der Eltern entscheidet über weitere Handlung (Essen, Kaufen, Kochen)</p> <p>Änderung des Handlungsrahmens durch Kochen der Eltern (weniger Handlungsalternativen wenn Mutter kocht →bevorzugt?)</p>	<p>Verfügbarkeit</p>

In diesem Interview wurde besonders der **Geschmack** als wichtiges Element der Ernährung des Jugendlichen festgestellt. Bereits zu Beginn des Interviews, beantwortet E die Einstiegsfrage mit: „*eigentlich alles was ungesund ist (...) ich versuch's gesund aber ich komm dann jedes Mal zurück auf Pizza Mci und so weiter*“ [Zeile 4-10].

Zum einen begründet E den Konsum von Fast-Food mit dem Zeitmangel im Schulalltag, berichtet jedoch auch, diese Lokale ebenfalls an den Wochenenden und Ferien aufzusuchen. Erneut wird deutlich, dass der Fast-Food Konsum zwar mit der Zeit in Verbindung steht, doch auch der Geschmack diese Wahl mitbegründet. Der Kauf von „ungesunden“ Lebensmitteln ist somit nicht ausschließlich das Ergebnis umliegender Faktoren wie Zeit oder Geld, sondern ebenso Teil der individuellen decision making, wobei sich E für dieses Essen aktiv entscheidet. Im Gegensatz zu den Interviews 2-4 spielt die Gesundheit eine untergeordnete Rolle in der Wahl der Lebensmittel, viel eher ist der Geschmack als prioritär zu verstehen und kann auch durch das in der Schule vermittelte Wissen über gesunde und ungesunde Lebensmittel nicht maßgeblich verändert werden. Was schmeckt ist dabei schon im Vorfeld entschieden, wobei das Geschmacksrepertoire nur in Ausnahmefällen erweitert wird. Denn E erläutert, nur selten

neue Gerichte zu probieren und nie welche zu kochen. So erweitert sich der Geschmack nur wenig und die Wahl der Gerichte entspricht somit einem gewohnten Muster, welches in diesem Interview immer wieder zu der Erwähnung der gleichen Lebensmittel und Zubereitungsart führt. Obwohl die Ernährung des Interviewpartners durch keine weiteren Motive oder Überzeugungen geprägt ist, führt der Geschmack folglich dennoch zu Restriktionen, denn lediglich die als ‚gut schmeckend‘ wahrgenommenen Lebensmittel werden als essbar verstanden und tatsächlich verzehrt. Deutlich wird hier, dass der Geschmack ebenso durch familiären Sozialisationsprozess gestaltet ist, denn es werden nur bekannte Gerichte als *gut* gewertet und ausschließlich diese nachgekocht. Die Ernährung des Interviewpartners variiert demnach nicht, kennt keine Phasen oder Ernährungsumstellungen und unterscheidet sich somit auch in diesem Punkt von den bisherigen Gesprächen. Der Geschmack und der Genuss werden zudem mit besonderen Ereignissen in Verbindung gebracht:

*„also meistens wenn es ein feierlicher Anlass is dann nehm ich mir ein Steak (4) mit Pfeffersauce (2) das ist das Beste was man irgendwie essen kann (...) letztes Jahr zu Weihnachten hatten wir Truthahn“ [73-75].*

Bestimmte Speisen erhalten somit einen besonderen Stellenwert, wodurch zwischen alltäglichem Essen und feierlichen Essen unterschieden werden kann. Durch das wiederholte Essen bestimmter Speisen zu konkreten Anlässen, ist nicht nur die Ausführung des Anlasses, sondern auch das Gericht ritualisiert. Soziale Aspekte spielen in diesem Interview eine eher untergeordnete Rolle, so wird auch nicht im Freundeskreis gemeinsam gegessen, wenn die Notwendigkeit nicht besteht. Zudem ist E bisher der Einzige, der berichtet, den Tisch beim gemeinsamen Abendessen mit der Familie zu verlassen, selbst wenn andere noch essen.

Weiter lässt sich feststellen, dass auch die **Verfügbarkeit** das Essverhalten beeinflusst, denn E kocht ausschließlich, wenn weder seine Mutter noch sein Vater zu Hause sind und diese zudem nicht vorgekocht haben:

*„kommt drauf an ob meine Mutter oder mein Vater irgendwas vorkochen (1) dann ess ich das meistens (1) wenn nicht d a n n geh ich zum Burger King“ [Zeile 42-43]*

*„für meine Mutter eher weniger weil wenn sie schon da ist dann kocht sie meistens (2) äh nur äh wenn ich zum Beispiel bei Freunden zu Hause bin dann (1) koch ich bei ihnen“ [Zeile 142-144].*

Ob E also kocht und einkauft steht somit in direkter Verbindung mit der Anwesenheit der Eltern und der Verfügbarkeit der Nahrung. So bestimmen auch die verfügbaren Lebensmittel

im Haushalt, ob der Jugendliche selbstständig einkauft oder nicht. Dem zur Folge wird die Ernährung erst verselbstständigt, wenn alle anderen Faktoren der Abhängigkeit ausfallen. Entfällt die Verfügbarkeit, wird der Jugendliche zum Entscheidungsträger, seine Handlungsoptionen bleiben jedoch durch die Eltern indirekt vorbestimmt.

Doch nicht nur die Verfügbarkeit der Lebensmittel, auch das verfügbare Wissen und Können entscheidet über das Ernährungsverhalten des Interviewpartners, wobei E weder mit neuen Rezepten noch ungewohnten Lebensmitteln experimentiert. Denn er kocht ausschließlich jene Speisen, die er von seiner Mutter oder seinem Vater erlernt und bereits gegessen hat. Die Eltern formen somit auch hier das selbständige Ernährungsverhalten mit, indem sie Wissen und Können zur Verfügung stellen und gleichzeitig den Einfluss des Schulunterrichts übertreffen. In dem Gespräch wiederholt E, meistens Fleisch anzubraten, sowohl wenn er alleine isst, für FreundInnen in den Ferien kocht oder in Zukunft alleine wohnt:

*„mein Vater war früher Koch und der hat mir das beigebracht (2) halt so basic Zeig (1) ja so irgendwas abbraten mach ich mir dann meistens und mit irgendeiner Beilage“* [Zeile 56-58].

Zudem ist auch das Probieren von neuen Lebensmitteln durch die Verfügbarkeit von weiteren Entscheidungsoptionen mitgeprägt, denn E probiert ausschließlich neue Gerichte im Restaurant, wenn diese am Tisch bereits vorhanden sind:

*„wenn's gut ausschaut im Restaurant und wer anderer hat's bestellt am Tisch dann (1) schon (1) also (2) wenn dann so (1) aber zu Hause wenn meine Mutter so fragt so was sie kochen soll dann (2) dann sag ich immer dasselbe“* [Zeile 117-119].

Ist ausschließlich ein Gericht verfügbar, muss dieses den Vorlieben des Interviewpartners entsprechen. Dies ermöglicht es dem Jugendlichen, die Verfügbarkeit der Speisen für sich zu nutzen (zu verzehren) und nicht selbstständig nach Alternativen zu suchen (selbstständig kochen oder einkaufen).

Der Kurzfragebogen ermöglicht eine Einsicht in die Arbeitsverhältnisse der Eltern, wobei der Vater des Interviewpartners Teilzeit, und die Mutter Vollzeit berufstätig sind. Dennoch berichtet E, öfter von seiner Mutter bekocht zu werden. Ähnlich wie in Interview 3 kocht trotz Vollzeitbeschäftigung eher die Mutter für die Familie. Eventuell sind hier traditionelle Geschlechterrollenteilungen innerhalb der Familie zu vermuten.

## 5.7 Interview 7 (K, 16, ♂)

Der Interviewte K, ist Schüler der jüdischen Zwi Perez Chajez Schule, 1020 Wien und lebt mit seiner älteren Schwester und seiner Mutter in einem Haushalt. Da sich K ausschließlich von zertifiziert koscheren Lebensmitteln ernährt, wirft dieses Interview eine neue Sichtweise auf die diversen Ernährungsformen von Jugendlichen. Das Gespräch wurde fand in einem Café statt.

Tabelle 8 - Kodierung Interview 7

Interviewpassage	Axiale Kodes	Selektive Kodes
<p>I: und wenn du jetzt nicht mehr in die Schule gehen würdest wie wäre dann deine Ernährung</p> <p>Sprecherwechsel</p> <p>IP: ja ich glaub ich würde Mittagessen kein kein Mittagessen haben (1) weil das Mittagessen ess ich immer in der Schule meine Mutter ist nicht zu Hause das heißt keiner kann irgendetwas vorbereiten das heißt entweder ich müsste es alleine machen (3) und ich gebe zu ich bin leider faul wenn's ums Essen zubereiten kommt das heißt ich esse immer etwas aus dem Kühlschrank oder irgendwas Fertiges (2) und ja das wär blöd</p> <p>Sprecherwechsel</p> <p>I: und wie wäre es wenn du nicht mehr zu Hause wohnen würdest</p> <p>Sprecherwechsel</p> <p>IP: oh das wär das aller Blödeste (1) weil dann würde ich immer nur vorbereiten (1) also irgendwie so prepeckaged essen (3) weil (3) oder (1) ich müsste mich zwingen zu kochen (2) was ich (1) ja würde ich wahrscheinlich machen mich dann zwingen aber (3) ja (3) weil ich verlass mich jetzt auf meine Schwester und meine Mutter dass sie mir was kochen“ [336-349]</p>	<p>Kein Mittagessen ohne Schulangebot</p> <p>„ich müsste alleine etwas machen“ -Zwang Keine Wahl mehr</p> <p>Abwesenheit der Mutter = Kochen</p> <p>„Blöd“ = negative Konnotation, wenn selbstständig</p> <p>„Das aller Blödeste“ = gesteigerte negative Konnotation</p> <p>Ausweichen auf Fertigprodukte</p> <p>„zwingen zu kochen“ = auch hier Zwang, weil keine Alternativen</p> <p>„zwingen“ erneut</p> <p>„verlass ich mich auf meine Schwester und meine Mutter“ = macht sich handlungsunfähig. Übergabe der Aufgabe an Frauen / bzw. an ältere Personen im Haushalt</p> <p>Aufrechterhaltung des Kindesstatus</p>	<p>Verfügbarkeit</p>
<p>„eigentlich in meiner Familie bin ich der Strengste (1) meine Mutter isst traditionell also sie würde kein Fleisch von Außerhalb essen (1) aber sonst isst sie alles vom Billa (2) äh der Rest von meiner Familie genauso außer mein Vater (1) mein Vater isst wahrscheinlich noch strenger als ich (1) der (2) der isst viel strenger als ich (1) der würde auch im Starbucks nie etwas trinken (1) der isst nur in koscheren Restaurants oder nur in koscheren Geschäft etwas kaufen (1) und es muss immer einen Stempel haben und nicht irgendeinen Stempel von irgendeinen Rabbiner (1) sondern es muss ein bestimmter Rabbiner kontrolliert (2) ähm (1) müssen das abstempeln dass es kosher ist“ [59-66]</p> <p>„was ich mir viel mehr wünsche ist zum Beispiel im Billa mehr zertifiziert wird (1) weil in Amerika (1) auch (1) irgendwo am Land du musst nicht in New York sein (1) auch irgendwo am Land in jedem Wallmart in jedem Supermarkt ist fünfzig Prozent zertifiziert (1) einfach weil's dort mehr Juden gibt hier äh macht man sich nicht die Mühe aus dem Billa irgendwas zu zertifizieren (1) obwohl eigentlich gibt es</p>	<p>Vergleich der Familienmitglieder in Bezug auf die Ernährung</p> <p>„streng“ hier positiv</p> <p>Ernährung ist ausnahmslos</p> <p>Koschere Ernährung ist auslegungsfähig – alle sind kosher aber unterschiedlich „streng“</p> <p>Starbucks und Billa als Vergleichsmöglichkeit für Maß der koscheren Ernährungsweise</p> <p>Verzicht auf Lebensmittel</p> <p>Verzicht auf einfache Zugänglichkeit</p> <p>Wunsch nach mehr Handlungsoptionen</p> <p>Ländervergleich</p> <p>Essen das eigentlich kosher ist, kann ohne Zertifizierung dennoch nicht verzehrt werden = „darf ich es nicht essen“ Verbotene Lebensmittel</p>	<p>Überzeugung</p>

<p><i>Vieles koscheres das heißt ich verpasse eigentlich viel koscheres aber leider weil es nicht zertifiziert ist darf ich es nicht essen“ [310-317]</i></p>	<p>Rabbiner für Legitimation notwendig, übernimmt Elternrolle?</p>	
<p><i>„ja kosher wir essen auch ja eigentlich wegen mir also ich bin auch also ich und ein anderer Freund sind so die einzigen Koscheren (2) sie sagen mir selbst seit dem ich in die Schule gekommen bin (1) ich bin erst seit einem Jahr da (1) ähm wir essen viel mehr kosher ja (1) wir bestellen auch oft wenn wir so Übernachtungen haben bestellen wir immer kosher (2) weil es ist inklus- es inkludiert alle“ [364-368].</i></p> <p><i>„die nicht religiöse Seite feiert Weihnachten (1) und da bin ich immer dabei (1) das war wirklich blöd weil da hat auch meine Großmutter ganz viel gekocht und die kocht ganz unkoscher (1) das heißt (2) ich konnte Vieles vom Tisch nicht essen das heißt es war schon blöd weil ich war dort mit meinem ich auch dort mit meinem Plastikgeschirr weil ich wollte es war zu kompliziert mit dem Geschirr das heißt das war ziemlich blöd (3) auch die Hauptspeise konnte ich nicht essen das war schon ziemlich blöd“ [286-291].</i></p>	<p>„Wegen mir“- Familie passt sich an Ernährung des strengsten Mitglieds an</p> <p>„die einzigen Koscheren“ - Sichtbarmachung der Andersartigkeit</p> <p>Verändertes Ernährungsverhalten durch Gruppendynamik</p> <p>„alle“ – Essen schafft Gemeinschaft</p> <p>„ganz unkoscher“ – Abstufungen</p> <p>Wortwiederholung „blöd“ – negative Konnotation wenn Mitessen nicht möglich ist</p> <p>„kompliziert“ – Persistenz der Ernährungsweise ist unausweichlich und nicht veränderbar.</p> <p>Unflexibler Handlungsspielraum</p>	<p>Inklusion</p>

Auch in diesem Interview ist die **Verfügbarkeit** der Lebensmittel entscheidend für die Ernährung der Interviewpartners, dessen warme Mahlzeiten größtenteils von der Mutter oder der Schwester zubereitet werden. K kocht ausschließlich nur dann, wenn die Verfügbarkeit auch in absehbarer Zeit nicht eintritt, oder wenn seine Mutter und seine Schwester ihn auffordern zu kochen:

*„manchmal sagen mir alle (1) heute machst du Abendessen aber (1) ich mach nichts Besonderes“ [Zeile168-169].*

K zur Folge würde er erst selbstständig kochen, wenn er nicht mehr im Haushalt gemeinsam mit seiner Mutter und seiner Schwester lebt:

*„ich müsste mich zwingen zu kochen aber (3) ja (3) weil ich verlass mich jetzt auf meine Schwester und meine Mutter dass sie mir was kochen“ [Zeile 347-349].*

Erneut wird hier die Zwischenposition des Jugendlichen deutlich, dessen Ernährung nur durch die Notwendigkeit verselbständigt wird. So geht K davon aus, kein Mittagessen zu sich zu nehmen, wenn er nicht mehr in die Schule gehen würde. Doch obwohl er aktuell nur gezwungenermaßen kocht, geht K davon aus, sich später dazu zu „zwingen“, sein eigenes Essen zuzubereiten und nicht auf Lieferdienste oder ausschließlich Restaurants auszuweichen. Möglicherweise sind hier versteckte soziale Vorgaben zu erkennen, die sich in der Erwartungshaltung des Individuums widerspiegeln, sodass ein eigenständiger Haushalt auch

den Zwang des selbstständigen Kochens unweigerlich mit sich bringt. Bis jedoch die vollständige Selbstständigkeit im eigenen Haushalt erreicht wird, bestimmt die Verfügbarkeit nicht nur darüber was gegessen wird, sondern ebenso, ob überhaupt gegessen wird:

*„ja ich glaub ich würde Mittagessen kein kein Mittagessen haben (1) weil das Mittagessen ess ich immer in der Schule meine Mutter ist nicht zu Hause das heißt keiner kann irgendetwas vorbereiten das heißt entweder ich müsste es alleine machen (3) und ich gebe zu ich bin leider faul wenn's ums Essen zubereiten kommt das heißt ich esse immer etwas aus dem Kühlschrank oder irgendwas Fertiges (2) und ja das wär blöd“ [Zeile 338-342].*

Die Schule und die Familie sind hier die nährenden Institutionen, die im Alltag des Jugendlichen das Essen zur Verfügung stellen und somit maßgeblich zu dessen Essverhalten beitragen. Gegen Ende des Gespräches äußert K zudem den Wunsch nach mehr verfügbaren koscheren Lebensmitteln in den Supermärkten. Die mangelnde Verfügbarkeit von koscheren und zugleich gesunden Lebensmitteln erschweren seiner Aussage nach, eine ausgewogene und dennoch weiterhin koschere Ernährungsweise. Die Verfügbarkeit ist somit nicht nur im privaten Raum ausschlaggebend, sondern beeinflusst auch die Ernährung in der öffentlichen Sphäre, wobei K auf Speisen in Restaurants verzichten muss, die von seinen FreundInnen aufgesucht werden:

*„oft ist es mir schon passiert dass alle ins Vapiano gehen und alle sitzen dort und ich nicht“ [Zeile 48-49].*

Der Verzicht, bestimmte Lokale aufzusuchen, ist hierbei durch die mangelnde Verfügbarkeit der für den Interviewpartner essbaren Lebensmittel mitbestimmt.

Zudem ist in diesem Gespräch die **Überzeugung** ein essentieller Bestandteil der Ernährung des Jugendlichen. Zu Beginn wird die Einstiegsfrage mit *„ich esse alles“* [Zeile 10] zusammengefasst, wobei erst im Anschluss dies durch *„also alles außer Fleisch (2) und es muss kosher sein“* [Zeile 14] ergänzt wird. Anders als in Interview 5 dient die Ernährung nicht als direktes Identifikationsmerkmal – wie beispielsweise *„ich bin Vegetarier“*. Dennoch wird hier, ähnlich wie in Interview 5, die Ernährung nicht als eingeschränkt empfunden, solange das Essen den Grundanforderungen entspricht. Die Überzeugung definiert dabei die Essbarkeit der Gerichte, wobei K nicht-Koscheres aus seiner Ernährung vollständig ausschließt. Dies wirkt sich zumal auf den Alltag aus, wobei der Interviewpartner auf Essen in Restaurants oder im Supermarkt verzichten muss und auch auf Reisen verpacktes koscheres Essen mitnimmt.

In diesen Situationen wird die Einhaltung der koscheren Ernährung als *schwer* beschrieben, beeinflusst jedoch nicht das Verhalten, und lässt auch keinen Spielraum für Ausnahmen zu. Das Motiv ist somit ein wesentlicher Aspekt, der über die Einhaltung der ‚Regeln‘ mitbestimmt. Der Interviewpartner beschreibt sich zudem als „strengster“ im Haushalt und bezieht sich in dieser Aussage nicht auf den Fleischkonsum, da seine Schwester ebenfalls Vegetarierin ist, sondern auf die koschere Ernährung. Somit schafft K erst im konkreten Gesprächsverlauf eine Identifikation über die Ernährung, die sich dabei über das Maß der Disziplin im Ernährungsverhalten definiert:

*„das ist für mich sehr wichtig (...) ich würde nie im Leben etwas nicht koscheres essen“* [Zeile 34-35] ; *„das sind die Konsequenzen wenn man sich an bestimmte Prinzipien hält (2) und (1) ja aber es macht eigentlich Spaß koscher zu essen“* [Zeile 50-51].

Es lässt sich vermuten, dass diese Entwicklung bereits in der Frühsozialisation geprägt worden ist, denn K beschreibt das Essverhalten seines Vaters als „noch viel strenger“ und fügt hinzu, dass auch seine Mutter früher „strenger“ war. Zudem wird deutlich, dass der Einfluss der Eltern über den Haushalt hinausgeht, prägend ist somit die Institution der Familie. Das verdeutlicht, dass die räumliche Nähe weniger ausschlaggebend für das Verhalten ist als die emotionale Verbundenheit. Er selbst versteht den Grund für seine koschere Ernährung und das Wissen hierüber als Ergebnis seiner „Erziehung“ durch die Eltern und der Schule und führt aus, dass er bereits einen jüdischen Kindergarten und eine jüdische Volksschule besucht hat, bevor er in das Gymnasium kam. Die Institutionen schaffen hiermit das Fundament der Überzeugung und somit auch in weiterer Folge der Ernährung, wie es auch bei Interview 3 der Fall ist.

In diesem Interview wird der besondere Stellenwert der religiösen Ernährung deutlich, allerdings bleibt ungewiss, inwiefern die vegetarische Ernährungsweise durch diese mitgestaltet wird. Eine Begründung für die vegetarische Ernährung wird in diesem Gespräch nicht gegeben. Allerdings ist anzunehmen, dass dies ebenfalls in Zusammenhang mit der koscheren Ernährung steht, um den Alltag, den Haushalt und das Essen zu vereinfachen. Somit beeinflussen sich bestimmte Aspekte der Ernährung gegenseitig und vervollständigen die Liste der erlaubten und verbotenen Lebensmittel. Dabei steht die koschere Ernährung über allen weiteren Aspekten der Ernährung. So beschreibt K unter anderem, nicht darauf zu achten, ob es sich um gesundes oder ungesundes Essen handelt, solange es koscher ist. Gleichzeitig informiert er sich nicht über gesunde Lebensmittel und folgt hier lediglich seiner „Intuition“,

wohingegen koschere Rezepte und Kochideen im Internet recherchiert und nachgekocht werden.

Die Ernährung des Interviewpartners ist zudem durch **Inklusion** geprägt. So berichtet auch K, dass seine Mutter kein Fleisch zu Hause isst und die Hauptspeisen vollständig koscher zubereitet, um ihm das Mitessen zu ermöglichen. Sowohl seine Schwester als auch seine Mutter orientieren ihre Ernährung zu Hause an der Ernährung des „strengsten“ Mitglieds. Wie bereits in Interview 1 und 5 wird das Essen so zubereitet, dass alle Mitglieder inkludiert sind und an der Mahlzeit teilnehmen können. Dies ist ebenfalls in der Peergruppe der Fall, wobei diese in koschere Lokale geht oder koscheres Essen bestellt, sodass alle TeilnehmerInnen einbezogen werden können:

*„ja koscher wir essen auch ja eigentlich wegen mir also ich bin auch also ich und ein anderer Freund sind so die einzigen Koscheren (2) sie sagen mir selbst seit dem ich in die Schule gekommen bin (1) ich bin erst seit einem Jahr da (1) ähm wir essen viel mehr koscher ja (1) wir bestellen auch oft wenn wir so Übernachtungen haben bestellen wir immer koscher (2) weil es ist inklus- es inkludiert alle“ [Zeile 364-368].*

Trotz der Tatsache, dass seine Peergruppe dieselbe Schule besucht, ist die Ernährung nicht bei allen gleich. Auch hier wird deutlich, dass die Schule nur im geringen Maße in Verbindung zu der Ernährung steht. Viel eher kann auch hier festgestellt werden, dass sich die Familie und die individuellen Vorlieben oder Interessen mehr in der Ernährungsweise des Interviewpartners wiederzufinden sind. Werden jedoch die Essgewohnheiten innerhalb einer Glaubensgemeinschaft geteilt, entsteht ein gemeinsames Verständnis für die Lebensmittel und ihre Zubereitung, wodurch die Mitglieder sich gegenseitig als solche identifizieren können und durch gemeinsame Mahlzeiten auch Verbindungen schaffen. So wird K wöchentlich zum Essen in koschere Haushälter eingeladen und erlebt die Inklusion der Gemeinschaft über das Essen. Ebenso wird zu feierlichen Anlässen auch gemeinsam Essen gespendet oder ein Essen für alle ausgerichtet. Gleichzeitig wird hier auch die Exklusion zu anderen Gruppen deutlich, wobei K berichtet, noch nie bei einer nicht-koscher-lebendenden Familie zum Essen eingeladen worden zu sein. Zudem erlebt er auch innerhalb seiner Familie den Ausschluss über das Essen, wobei seine „nicht religiöse Seite der Familie“ keine Rücksicht auf die Ernährung des Interviewpartners nimmt:

*„die nicht religiöse Seite feiert Weihnachten (1) und da bin ich immer dabei (1) das war wirklich blöd weil da hat auch meine Großmutter ganz viel gekocht und die kocht ganz unkoscher (1) das heißt (2) ich konnte Vieles vom Tisch nicht essen das heißt es war schon blöd weil ich war*

*dort mit meinem ich auch dort mit meinem Plastikgeschirr weil ich wollte es war zu kompliziert mit dem Geschirr das heißt das war ziemlich blöd (3) auch die Hauptspeise konnte ich nicht essen das war schon ziemlich blöd“ [Zeile 286-291].*

Dies verdeutlicht, dass außerhalb der Kernfamilie, besondere Ernährungsweisen nicht berücksichtigt werden. Durch das Essen entstehen somit Nähe- und Distanzverhältnisse, die durch den Interviewpartner wahrgenommen werden und über die Verwandtschaft hinausgehen, wodurch Verbundenheit und regelmäßige Treffen durch die geteilten Mahlzeiten entstehen.

Mit Hilfe des Kurzfragebogens wurde ersichtlich, dass der Vater des Interviewpartners ebenfalls eine jüdische Schule besucht hat. Dies könnte in Verbindung mit dessen Ernährung und der Weitergabe der religiösen Werte gebracht werden, widerspricht jedoch bisherigen Ergebnissen und kann somit nicht als einzige Determinante in die Überlegung miteinbezogen werden.

### 5.8 Interview 8 (D, 15, ♂)

Der hier vorgestellte Interviewpartner ist ein Schüler des Bernoulligymnasiums, 1220 Wien. Er lebt gemeinsam mit seinen vier Geschwistern und seinen Eltern in einem Haushalt. Das Interview wurde in einem Café durchgeführt.

Tabelle 9 - Kodierung Interview 8

Interviewpassage	Axiale Kodes	Selektive Kodes
<i>„ich war nicht immer motiviert genug oder halt sozusagen zu faul oder zu (3) nicht so interessiert daran äh meine Ernährung wirklich umzustellen weil ich hab keine k e i n e also Defizite“ [288-290].</i>	Mangelnde Motivation  Faulheit  Fehlendes Interesse	Persistenz
<i>„ich möchte das und das ändern ich hab noch immer keine diese innere Überzeugung das heißt ich hab (2) vorgestern hab ich zum Beispiel anstatt Essen um zehn Uhr in der Nacht mir mir mein Essen aufzuwärmen mir einen Apfel genommen das war zum Beispiel das erste Mal das ich sowas gemacht hab“ [336-339].</i>	Kein ersichtlicher Handlungsbedarf  Wunsch nach Veränderung  Keine Überzeugung  Erste Versuche (keine Sicherheit für zukünftige Handlungsprognosen)	
<i>„aber ich würd generell viel lieber meine meine Essensgewohnheiten umstellen ich wollte eh ich wollt mir eh ich hab sehr oft überlegt meine Essensgewohnheiten und generell (3) ein gesünderes Leben sozusagen zu beginnen (5) äh ich finde auch ich wollte auch so generell selbstständiger werden das heißt wenn ich zum Beispiel äh eigenständig wohne würd ich auch beginnen würd ich</i>	Häufigkeit der Überlegung führt nicht zwangsläufig zu Veränderung  Wunsch nach Selbstständigkeit = bislang keine komplette Selbstständigkeit  „Beginnen zu pushen“ – erst nach Auszug - Zwang erst später	

<i>auch wirklich beginnen mich zu pushen und versuchen mir immer selber Essen zu kochen und so weiter“ [ 273-279].</i>		
--	--	--

Eine besonderer selektiver Kode in diesem Interview ist die **Persistenz** der von ihm als negativ eingeschätzten Ernährungsgewohnheiten. Bereits zu Beginn des Gespräches wird deutlich, dass sich D in einem Reflexionsprozess befindet, in dem er sein Essverhalten bewertet und als „ungesund“ beschreibt. Er betont, weder Obst noch Gemüse zu sich zu nehmen und begründet dies mit starker Übelkeit nach dem Verzehr. Er spricht hier von beginnenden Änderungswünschen, wobei er weniger zuckerhaltige Getränke konsumieren will. Zudem erkennt er Vorteile von Obst und Gemüse an und setzt diese in direkter Verbindung zu einer sportlich verbesserten Leistung, wobei er vermutet, mehr Ausdauer durch den Verzehr von vitaminhaltiger Nahrung zu erreichen. D definiert in dem Gespräch sowohl den Ist- als auch den Sollzustand und berichtet von den Negativbeispielen in seiner Familie, wobei er Zuckerkrankheit und Bluthochdruck des Großvaters und des Urgroßvaters als Todesursache nennt und somit Krankheit und Tod in direkte Verbindung mit der Ernährung bringt. Die Angst vor dem Alter und die damit einhergehenden körperlichen Beschwerden, setzt er ebenfalls mit der Ernährung in Verbindung. Zudem informiert sich der Jugendliche eigenständig über Lebensmittel und wird auch in der Schule im Biologieunterricht aufgeklärt. Nichts desto trotz verändern sich die Ernährungsgewohnheiten des Interviewpartners nicht und sind nach dessen Angaben auch im Vergleich zur Vergangenheit größtenteils gleich geblieben. Folglich wird die Ernährung des Jugendlichen nicht zwangsläufig durch diese Einflüsse geformt, sondern bedarf der Eigeninitiative, um Motive oder Ziele zu entwickeln, die zu Verhaltensveränderungen führen könnten. Die genannten Abschreckungsbeispiele für die Ernährung leiten zwar einen Reflexionsprozess ein und führen zur gedanklichen Auseinandersetzung mit dieser Thematik, sind jedoch nicht Anreiz genug, um aktiv auf die Wunschvorstellungen hinzuarbeiten oder ungewünschte Gewohnheiten abzulegen:

*„ich war nicht immer motiviert genug oder halt sozusagen zu faul oder zu (3) nicht so interessiert daran äh meine Ernährung wirklich umzustellen weil ich hab keine k e i n e also Defizite“ [Zeile 288-290].*

Dennoch wird hier deutlich, dass die Überlegungen nicht dem Handeln gleichzusetzen sind und diese folglich das Verhalten nicht vollständig erklären können. So setzt er sich seit einem

Monat (bis zum Zeitpunkt des Interviews) intensiver mit seinen Ernährungsgewohnheiten auseinander, beginnt jedoch erst später, die ersten Gewohnheiten zu ändern:

*„ich möchte das und das ändern ich hab noch immer keine diese innere Überzeugung das heißt ich hab (2) vorgestern hab ich zum Beispiel anstatt Essen um zehn Uhr in der Nacht mir mir mein Essen aufzuwärmen mir einen Apfel genommen das war zum Beispiel das erste Mal das ich sowas gemacht hab“ [Zeile 336-339].*

Vom Moment der ersten Reflexion bis hin zur ersten Handlung bedarf es somit Zeit, wodurch Veränderungen im Ernährungsverhalten des Jugendlichen als langsam fortschreitender Prozess zu verstehen sind. Anders als in Interview 1, 2 und 3 ist hier die Ernährung weniger wechselhaft oder phasenweise radikal. Viel eher sind hier Gemeinsamkeiten zu Interview 4 aufzufinden, wobei die Verhaltensänderungen durch die Reflexion initiiert werden und von immer wiederkehrenden Ausnahmen geprägt sind. Obgleich also der Wunsch nach kleinen Veränderungen vorhanden ist, bleibt das Verhalten des Interviewpartners größtenteils gleich:

*„Ich unterhalte mich manchmal mit meinen Freunden darüber also ich wollte ich möchte gern ein bisschen gesünder essen“ [Zeile 321-322].*

Das Ausmaß der gewünschten Veränderungen ist somit ebenfalls nicht ausschlaggebend für das Verhalten von D. Dennoch wird deutlich, dass die Vorsätze, Wünsche und Vorstellungen des Interviewpartners mit der Peergruppe geteilt werden. Es entsteht hier ein unterstützendes Netzwerk, in dem offen über Wünsche kommuniziert wird und das Kollektiv an der Erreichung dieser Ziele teilnimmt:

*„der eine will (...) beginnen mit dem Trainieren weil (...) Probleme mit seinem Körpergewicht hat dann sagen wir ja mach das und helfen“ [Zeile 324-325].*

Sind konkrete Ziele vorhanden, werden diese im Kollektiv unterstützt. Allerdings ist anzunehmen, dass dies kein ausreichender Anreiz zur Verhaltensänderung darstellt, sondern eher als Austausch zu verstehen ist. Allerdings ist anzunehmen, dass die Veränderung des Alltags und die damit einhergehende Aufhebung der gewohnten Routinen das Verhalten des Interviewpartners verändern könnte:

*„aber ich würd generell viel lieber meine meine meine Essensgewohnheiten umstellen ich wollte eh ich wollt mir eh ich hab sehr oft überlegt meine Essensgewohnheiten und generell (3) ein gesünderes Leben sozusagen zu beginnen (5) äh ich finde auch ich wollte auch so generell selbstständiger werden das heißt wenn ich zum Beispiel äh eigenständig wohne würd ich auch beginnen würd ich auch wirklich beginnen mich zu pushen und versuchen mir immer selber Essen zu kochen und so weiter “ [Zeile 273-279].*

In der Zwischenposition von Selbstständigkeit und Abhängigkeit sind somit bestimmte Verhaltensweisen routiniert und unüberwindbar. Die Veränderung mancher Gewohnheiten treten somit vermutlich erst nach der vollständigen Selbstständigkeit (mit dem Auszug aus dem Elternhaus) ein, selbst wenn der Reflexionsprozess bereits vorher begonnen hat. Gleichzeitig werden auch hier die bereits im Interview 7 festgestellten soziale Normen ersichtlich, in denen das eigenständige Zubereiten der Speisen zwangsläufig zu dem Erwachsenwerden dazu gehört, die von dem Interviewpartner als unvermeidbarer Teil der selbstständigen Haushaltsführung verstanden wird. Selbst wenn Kochen bis zu diesem Zeitpunkt nicht Teil des Alltags ist, nur wenig Fähigkeiten auf Grund mangelnder Routine vorhanden sind und diese Tätigkeit sogar auf individueller Ebene nicht gerne ausgeführt wird, geht der Jugendliche davon aus später selbstständig zu kochen. So würde er beginnen sich zu „pushen“, um diesen gesellschaftlichen Vorgaben zu entsprechen. Der Fremdzwang entwickelt sich folglich zum Selbstzwang und manifestiert sich in den Zukunftsvorstellungen und vermutlich ebenso im späteren Verhalten.

In diesem Interview blieben die familiären Verhältnisse lediglich im geringen Maße diskutiert. Dies könnte mit der Vollzeit Beschäftigung beider Eltern zu erklären sein. Allerdings führt die Beschäftigung beider Elternteile nicht zwangsläufig zu mehr Selbstständigkeit in der Ernährung des Jugendlichen.

#### 5.9 Interview 9 (N, 16, ♀)

Das hier vorgestellte Interview soll die Unterschiede und Gemeinsamkeiten der Ernährung zwischen Personen aufweisen, die in die gleiche Schule gehen und derselben Glaubensrichtung folgen. Die Interviewpartnerin N lebt gemeinsam mit ihrer Mutter, ihrem Stiefvater und ihrer Halbschwester mütterlicherseits in einem Haushalt in Laxenburg. Sie pendelt täglich nach Wien und ist ebenfalls Schülerin der Zwi Perez Chajes Schule, 1020 Wien (wie auch Interviewpartner 7). An den Wochenenden besucht sie regelmäßig ihren Vater in Ungarn und wohnt dort gemeinsam mit ihrer Stiefmutter, ihrem Stiefbruder, ihrer Stiefschwester und ihrer Halbschwester väterlicherseits. Da sie in Wien nachts nicht nach Hause fahren kann, verbringt sie die Nächte öfters bei ihrem Freund und dessen Familie. Das Gespräch wurde in einem Café geführt.

Tabelle 10 - Kodierung Interview 9

Interviewpassage	Axiale Kodes	Selektive Kodes
<p>„ich esse nur keine Schweinefleisch (1) weil das ist so irgendwie am einfachsten (...) und es ist auch einfach wenn man irgendwo in Camps ist (...) dann ist es einfach zu sagen ich esse keine Schweinefleisch oder Shrimps (...) es wäre jetzt schwer jedem zu erklären was ich nicht essen darf wenn ich Koscherregeln beachten würde“ [63-75].</p>	<p>Wortwiederholung einfach – Einfache koschere Ernährungsgestaltung</p> <p>Verzicht auf Lebensmittel</p> <p>„ich nicht essen darf“ – Verbotenes Essen</p>	<p>Überzeugung</p>
<p>„also bei meinem Vater bei meinem Vater müssen wir alle unsere Handys runterlegen und wir essen und es kommen immer sehr schöne Gespräche beim Essen wenn wir reden so wie man äh auf die Toilette geht und wie es sich angefühlt hat (lacht) es kommen immer die schlimmsten Gespräche immer beim Essen weil da sind alle zusammen und da ist mein Bruder als Erstes fertig und geht in sein Zimmer zocken und danach ist meine Schwester fertig und dann geht sie auf dem Sofa mit dem Handy sein und dann bleib ich dort und helfe beim Abräumen und meine kleine Schwester schreit (1) ich hab zwei kleine Schwestern das ist immer komisch und dann kommt mein Vater der isst davor währenddessen und auch danach obwohl es sehr viel Essen ist (lacht) aber immerhin</p> <p>Sprecherwechsel I: und in Wien Sprecherwechsel IP: mein mein wir ich wir kommen also mein Stiefvater kommt entweder viel früher als ich oder viel später als ich und wir essen in Wien hab ich das Gefühl wir essen nie gemeinsam irgendwie und wenn wir gemeinsam essen dann ist jeder am Handy irgendwie (1) nicht so besonders toll aber (1) ja“ [192-207]</p>	<p>Vergleich Haushalt Vater vs. Mutter</p> <p>Unterschiedliche Tischsitten</p> <p>Haushalt bestimmt über Regeln</p> <p>Aufessen = Tisch verlassen (Essen bestimmt die Situation – kein Essen oder Bedarf (Hunger) vorhanden löst Tischgemeinschaft auf</p> <p>Eltern gehen zuletzt</p> <p>Bedeutung „gemeinsam essen“ Kontextsensitiv (nur räumlich Verbunden oder auch interaktiv)</p> <p>Gemeinschaft entsteht durch Gespräche (aktive Vergemeinschaftung)</p> <p>Negative Konnotation bei getrennten Essen</p>	<p>Umfeld</p>
<p>„meine Mutter kocht normalerweise für mich aber meine Mutter ist sehr ähm sie hatte Brustkrebs und jetzt passt sie extrem drauf auf was isst und sie ist alles nur vegan Gluten frei zuckerfrei Soya frei was weiß ich was frei praktisch sie isst gar nichts (2) und deswegen ist es zu Hause ein bisschen schwer weil ich bin quasi genau der Gegenteil (lacht) ich esse viel Zucker ich esse viel Fleisch ich esse Kartoffeln was meine Mutter auch nicht essen darf aus was für einen Grund auch immer und deswegen ist das ein bisschen kompliziert aber sie macht das schon irgendwie und ich koche halt teilweise auch für mich selber oder für meine Schwester“ [21-28]</p> <p>„I: und wie wäre es wenn du nicht mehr zu Hause wohnen würdest Sprecherwechsel IP: dann würde ich halt so meine eigene Küche natürlich haben und dann würde ich so die Sachen drinnen haben die ich mag und keine Ahnung immer sehr viel Avocados ich liebe Avocados (1) ich würde sehr viel Avocados haben dann generell halt Eier was weiß ich was (1) generell Sachen die ich gerade eben mag“ [358-363]</p>	<p>Handlungsbedarf (kochen)</p> <p>Ernährungsweise Mutter bestimmt Essen im Haushalt</p> <p>Ernährungsweise Interviewpartnerin bestimmt ob kochen (ja/nein)</p> <p>Rollenübernahme – Kochen für sich und für Schwester</p> <p>Geschmack bestimmt Essbarkeit</p> <p>Alleine wohnen = bevorzugte Speisen zubereiten / essen (Wortwiederholung „gerne mag“)</p> <p>Selbstständigkeit = eigene Vorlieben vordergründig</p>	<p>Verfügbarkeit</p>

<p>„manchmal also poppen so Sachen auf (1) aber ich es ist jetzt nicht so dass ich mich jetzt hinsetze um Essen nach zu googlen (1) weil ich weiß von meine Oma sehr viele Rezepte und dann (1) hau ich immer irgendwas zusammen Hauptsache es schmeckt (lacht) (2) und dann (1) keine Ahnung (1) Eierspeis schnell und dann Avocados aufschneiden einfach auf einen Toast drauf geben und das war's“ [270-274]</p>	<p>Keine Eigenständige Recherche für Rezepte oder Kochalternativen</p> <p>Vorhandenes Wissen wird als ausreichend bewertet (kein Handlungsbedarf)</p> <p>Einfachheit der Zubereitung</p> <p>Relevanz Geschmack</p>	<p>Zufriedenheit</p>
---	--	----------------------

Auch in diesem Interview spielt die **Überzeugung** eine Rolle für die Ernährung der Jugendlichen, wobei sie sich nach eigenen Angaben kosher ernährt. Doch anders als in Interview 7 mischt sie Fleisch und Milchprodukte und bezeichnet sich selbst nicht als streng, wobei auch die Lebensmittel nicht zertifiziert sein müssen und folglich sowohl vom Supermarkt als auch von beliebigen Restaurants verzehrt werden können. Von ihrem Speiseplan werden lediglich Schweinefleisch, Gelatine und Meeresfrüchte ausgeschlossen. Dies begründet sie mit der Tatsache, im Urlaub, bei Einladungen oder in Feriencamps andernfalls zu großen Herausforderungen zu begegnen, um einer komplett koscheren Ernährungsweise zu folgen:

*„ich esse nur keine Schweinefleisch (1) weil das ist so irgendwie am einfachsten (...) und es ist auch einfach wenn man irgendwo in Camps ist (...) dann ist es einfach zu sagen ich esse keine Schweinefleisch oder Shrimps (...) es wäre jetzt schwer jedem zu erklären was ich nicht essen darf wenn ich Koscherregeln beachten würde“ [Zeile 63-75].*

Anders als in Interview 7 wird hier der Weg des geringsten Widerstandes gewählt, wobei N lediglich auf eine geringe Anzahl an Lebensmitteln verzichtet. Die Ernährungsweise soll sich dabei an den grundlegenden Richtlinien orientieren, gleichzeitig aber auch unkompliziert in der Umsetzung sein. Da die Familie väterlicherseits nicht der jüdischen Glaubensrichtung folgt, will die Interviewpartnerin zudem das Essen in der Familie nicht verkomplizieren und nach eigener Aussage die Vielzahl an Regeln nicht ausführen. Sowohl N also auch E (Interview 7) beschreiben ihre Ernährung gleichermaßen als kosher, die religiöse Motivation ist demnach gleichermaßen Teil des Essverhaltens. Das Ausmaß der eingehaltenen Regeln unterscheidet sich jedoch stark, wobei E nur zertifizierte Lebensmittel verzehrt, auf Fleisch komplett verzichtet und ausschließlich mit koscherem Besteck und Geschirr sein Essen zu sich nimmt. Religiöse Ernährungsvorgaben werden folglich subjektiv bewertet. Erneut wird hier die Bedeutung der elterlichen Ernährung für die Einstellung und das Verhalten der Jugendlichen deutlich, wobei N, im Gegensatz zu E, keine streng kosher lebenden Elternteile hat und auch die Lebensmittel im Haushalt nicht getrennt aufbewahrt werden.

So hat das **Umfeld** einen elementaren Einfluss auf das Essverhalten der Jugendlichen, welches je nach dem Beisein unterschiedlicher Familienmitglieder variiert. Die Interviewpartnerin passt dabei ihr Verhalten je nach Familienkonstellation an. So vermeidet sie beispielsweise das Essen ihrer Mutter, die krankheitsbedingt auf zahlreiche Lebensmittel und Inhaltsstoffe verzichten muss und deren zubereitete Speisen der Interviewpartnerin oftmals nicht schmecken. Folglich isst N oftmals nach der Schule bereits mit der Familie ihres Freundes zu Abend, um später nur wenig zu Hause essen zu müssen. Durch das von ihr als schwierig beschriebene Verhältnis zu ihrer Mutter und ihrem Stiefvater findet sie eine Ersatzfamilie, in der sie das Essen und die Gemeinschaft anders erfahren kann. Des Weiteren vergleicht N die Aufenthalte bei ihrem Vater zu jenen bei ihrer Mutter, wobei sie besonders das gemeinsame Essen zu Tisch, die Tischgespräche und das Handyverbot bei ihrem Vater schätzt. Das Essen in Gemeinschaft kann daher als ein wichtiger Bestandteil für die Jugendliche verstanden werden, da sie das getrennte Essen bei ihrer Mutter negativ konnotiert. Je nachdem bei welcher der drei Familien sie sich befindet, berichtet sie von unterschiedlichen Abläufen, Tischritualen und Speisen, die sich ebenfalls auf ihr Verhalten auswirken. Es wird deutlich, dass sich Verhaltensweisen innerhalb der Familien stark unterscheiden und nur innerhalb eines Haushaltes feste Regeln bestehen, an die sich sowohl Gäste und Außenstehende, als auch die Interviewpartnerin selbst, anpassen müssen. Die Interviewpartnerin berichtet zudem, dass sowohl ihre Großmutter väterlicherseits als auch ihre Stiefmutter, Speisen mit Schweinefleisch oder Meeresfrüchten zubereiten, die von N nicht verzehrt werden können. Ein weiteres Mal wird ersichtlich, dass bei der Zubereitung der Speisen lediglich die Ernährungsgewohnheiten der im Haushalt lebenden Mitglieder mitberücksichtigt werden. Dabei bestimmt die Person, die das Essen zubereitet auch darüber, welches Gericht verzehrt wird. Die unterschiedlichen Zubereitungsarten innerhalb der Familie werden von der Interviewpartnerin durch die Herkunft und Kultur der Mitglieder begründet:

*„meine Stiefmutter kocht ein bisschen anders als meine Mutter natürlich (1) sie kocht manchmal so Ente und so auch Shrimps manchmal was ich nicht essen kann (1) oder (1) mehr so meine Stiefmutter kommt aus Amerika und sie kocht manchmal so amerikanische Gänge so zu sagen (1) und meine Oma hat eine sehr sehr ungarische Küche (1) meine Tante auch“ [Zeile 183-187].*

Damit verdeutlicht auch diese Interviewpartnerin, dass sich Herkunft und Kultur in den Zubereitungsarten und dem Geschmack widerspiegeln und einen Wiedererkennungswert aufweisen.

Auch in diesem Interview wird die Relevanz der **Verfügbarkeit** für die Ernährung der Interviewpartnerin deutlich, wobei N oftmals selbstständig kocht, um das Essen ihrer Mutter zu meiden. Aus ihrer Sicht ist in diesen Situationen nichts Essbares verfügbar und führt somit zu einer selbstständigen Alternativhandlung. Dabei kocht N meistens für sich und für ihre jüngere Schwester und ermöglicht somit einem jüngeren und unselbstständigeren Familienmitglied eine weitere Handlungsoption. Allerdings sind Unterschiede zwischen der Verfügbarkeit in der Familie und in der Schule festzustellen. Das Ablehnen der verfügbaren Lebensmittel in der Schule und der Übergang zur selbstständigen Nahrungsbeschaffung wird als *cool* beschrieben:

*„also wir haben so e i n e einen Speisesaal wo auch die Volksschule und die Highschool die Oberstufe dort essen kann (1) die Unterstufe ist verpflichtet dort zu essen (2) ab der d r i t t e n Klasse glaub ich kann man ins (unverständlich) Zentrum rübergehen (...)deswegen gehen wir dahin wir sind cool wir sind jetzt in der dritten wir gehen jetzt rüber und kaufen uns sehr viel ungesundes Essen (...) ab der fünften darf man die Schulgebäude und generell diese ganze Konzern verlassen und dann gehen wir zum Beispiel ich und [Name Schulkollege] gehen normalerweise immer ins Stadioncenter“ [Zeile 100-109].*

Die Möglichkeit selbstständig zu wählen und sich zudem das Essen eigenständig zu besorgen bekommt im schulischen Kontext eine wichtigere Bedeutung und führt dazu, dass die Jugendlichen das Essen in der Schule weitestgehend verweigern. Das gering verfügbare Essen in der Schule führt auch dazu, dass die Interviewpartnerin nach eigenen Angaben weniger in der Schulzeit isst als zu Hause. Doch auch innerhalb der Haushalte variiert die Verfügbarkeit der Lebensmittel. So äußert sie sich besonders positiv über die Verfügbarkeit von vorgekochten Speisen im Haushalt ihres Vaters, wo die Stiefmutter der Interviewpartnerin meistens vorgekochtes Essen tiefkühlt und zur freien Entnahme verfügbar macht. Wohingegen sie über den leeren Kühlschrank im Haushalt der Mutter „entsetzt“ ist und sie dazu treibt, selbst einkaufen zu gehen und zu kochen. Die Ernährung der Interviewpartnerin ist folglich zu unterschiedlichen Gegebenheiten entweder vollkommen selbstständig, nur in bestimmten Momenten selbstständig oder abhängig. Hier wird somit der Handlungsspielraum und die tatsächlichen Fähigkeiten der Jugendlichen deutlich, die jedoch in der aktuellen Situation einem Entscheidungs- und Abwägungsprozess unterzogen wird. Die Situation und die Verfügbarkeit erhalten somit einen Stellenwert, der über die Ausübung der Fähigkeiten bestimmt. Das alleinige Potenzial ist hier folglich für die Entscheidung nicht ausschlaggebend. Gegen Ende des Gespräches äußert N den Wunsch später nach Möglichkeit, nie alleine zu

essen und zudem eigenständig über die gekochten Speisen zu bestimmen. So wird auch hier die Auswirkung des Haushaltes deutlich, wodurch die vollkommene Selbstständigkeit erst durch die eigenständige Wohnsituation zu erwarten ist – eine Feststellung, wie sie bereits in Interview 7 und 8 zu finden war.

Zudem werden der Verzehr der Speisen und das Maß der selbstständigen Ernährung von der **Zufriedenheit** der verfügbaren Lebensmittel bestimmt, wodurch das Essverhalten der Interviewpartnerin ebenfalls mitbeeinflusst wird. Diese bestimmt, ob das Essen verzehrt oder durch anderweitige Mahlzeiten ersetzt wird. In diesem Sinne kann die Ernährung durchaus als selbstständig verstanden werden, da der Verzehr ein Teil der bewussten und eigenständigen Entscheidungsfindung von N ist. Zudem zeigt dies, dass der Geschmack nicht ausschließlich durch Gewohnheiten und familiäre Sozialisation geprägt ist, sondern sich auch selbstständig entwickelt. So kocht N ausschließlich Rezepte nach, die sie von ihrer Großmutter gelernt hat. Die Schule erhält jedoch in diesem Zusammenhang keinen Stellenwert und wird in diesem Gespräch nicht mit den Fähigkeiten und dem Verhalten in Verbindung gebracht. Erneut wird hier die bedeutende Rolle der Familie für die Gestaltung des Essverhaltens der Jugendlichen deutlich. Zugleich stagniert die Entwicklung weiterer Fertigkeiten, da die Zufriedenheit mit dem bereits vorhandenen Können die weitere Recherche für die Interviewpartnerin überflüssig macht, sodass sie nicht nach Rezepten im Internet oder anderweitig sucht. Somit ist das Anwenden des verfügbaren Wissens ebenfalls von der Zufriedenheit der Speisen abhängig. Doch nicht nur die Zufriedenheit mit dem Geschmack, sondern auch mit der gesamten Tischsituation werden vermehrt von N beschrieben, miteinander verglichen und als positiv oder negativ gewertet.

In diesem Gespräch wird ein weiteres Mal deutlich, dass der Geschmack ein ausschlaggebendes Element für den tatsächlichen Verzehr der Lebensmittel ist. Wobei die zubereiteten Speisen der Mutter theoretisch essbar sind, allerdings gemieden werden. Zudem zeigt sich hier, dass der Glaube und die damit einhergehenden Überzeugungen der Interviewpartnerin, nicht gleichermaßen gelebt werden und somit auch hier die Schule kein ausreichendes Indiz für das Ernährungsverhalten der Jugendlichen darstellen. Folglich haben die Schule und die Peergruppe einen geringeren Einfluss auf das Essverhalten der Interviewpartnerin, verglichen zu der Familie und dem Haushalt.

Der Kurzfragebogen konnte hier keinen weiteren Aufschluss über das Interview geben, da hier keine konkreten Angaben zu den Berufsbeschreibungen gegeben wurden und zugleich die Mutter der Interviewpartnerin gesundheitsbedingt auf Karenz ist. Folglich entfallen Informationen über den genauen Tätigkeitsbereich.

### 5.10 Interview 10 (A, 17, ♂)

A ist ein Schüler des Billrothgymnasiums, 1190 Wien. Er lebt als Einzelkind, gemeinsam mit seinem Vater und dessen Lebensgefährtin. Das Interview wurde bei ihm zu Hause durchgeführt.

Tabelle 11- Kodierung Interview 10

Interviewpassage	Axiale Kodes	Selektive Kodes
<p>„also ich ess eigentlich alles g e r n also ich (1) ähm (1) Gemüse ähm was auch immer Fleisch ess ich viel (2) wahrscheinlich ein bisschen zu viel (2) dann ähm natürlich auch hin und wieder mal Fast Food oder sowas oder irgendwann mal keine Ahnung am Nachmittag oder sowas auch Süßigkeiten oder sowas (lacht) oder Schokolade (1) aber ansonsten eigentlich (1) ja (2) ess ich das meiste (1) also ich tu nicht wirklich äh (2) wählerisch oder so (3) ja“ [4-9]</p>	<p>Fleisch – Leid der Tiere kein Thema</p> <p>Süßigkeiten – Gesundheit / Figur kein Thema</p> <p>Fast-Food - Gesundheit / Figur kein Thema</p> <p>Umwelt nicht thematisiert</p> <p>„Nicht wählerisch“ – isst alles (?)</p> <p>Keine Darstellung von Verboten/Grenzen in der Ernährung („ich ess das meiste“)</p>	<p>Fehlende Motive</p>
<p>„v e r m u t l i c h würde ich mich dann schlechter ernähren weil dann zieh ich aus wenn ich dann (1) allein wohn (1) dann würd ich ja (1) müsste ich halt immer selbst was kochen (1) und dann ist halt vielleicht die Zeit nicht da (lacht) oder die Motivation oder so (1) und ich schätz mal ich würd halt ungesunder essen (1) im Großen und Ganzen (1) das würd aber halt auf Dauer auch nicht gehen (1) dann müsste ich halt irgendwie (2) schauen wie ich das mach“ [213-217].</p>	<p>„Müsste ich“ – keine Gewissheit, dennoch keine Alternative</p> <p>Selbstständige Ernährung ungesund</p> <p>Dauerhaft ungesund nicht möglich („das würde nicht gehen“) erst dann Handlungsbedarf (bisher nicht notwendig, weil Ernährung nicht ungesund. Aber auch nicht selbstständig)</p> <p>„schauen wie ich das mach“ – Unsicherheit Planlosigkeit. Aus jetziger Sicht nicht konkret vorstellbar</p>	<p>Verfügbarkeit</p>

Ähnlich wie in Interview 8 zeichnet sich dieses Gespräch besonders durch die **fehlenden Motive** aus, die sich in der Ernährung widerspiegeln. Der Interviewpartner wiederholt vermehrt zu „versuchen“, sich ausgewogen zu ernähren und auf Fast-Food zu verzichten. Gleichzeitig nennt er Alltagssituationen, in denen er vermehrt auf Süßigkeiten und Fast-Food Produkte zurückgreift. Die Einhaltung wird, anders als in anderen Gesprächen, weder als einfach noch als schwer bezeichnet, da sich sein Essverhalten an keine konkreten Vorgaben oder Zielsetzungen orientiert. So wiederholt A ebenfalls, „alles oder das meiste“ zu essen und

schließt lediglich Speisen aus, die ihm nicht schmecken. Es wird deutlich, dass auch der finanzielle Aspekt kein ausschlaggebendes Kriterium für die Wahl der Lebensmittel und Lokale ist. Das Wissen über gesunde Ernährungsweisen ist zudem auch keine Motivation, das Verhalten zu verändern. Öfters spricht der Gesprächspartner darüber, dass zu viel Fleisch ungesund ist, er es jedoch dennoch reichlich konsumiert. Deutlich wird, ähnlich wie in Interview 6 und 8, dass das Wissen kein ausschlaggebendes Kriterium für die Ernährung beziehungsweise einer Ernährungsumstellung zu sein scheint. Durch die fehlenden Motive werden zudem keine Informationen selbstständig erforscht, das Wissen erlangt der Interviewpartner lediglich durch die den Biologieunterricht in der Schule und durch die Familie (in diesem Fall konkreter durch den Vater). Anders bei InterviewpartnerInnen, die sie sich selbstständig informieren, scheint die Schule die größte Informationsquelle – mit dennoch geringer Gestaltungsmacht - zu sein.

Zudem wird auch hier die **Verfügbarkeit** erneut zu einem wesentlichen Bestandteil der Ernährung des Jugendlichen, wobei er ausschließlich sein Essen selbst zubereitet, wenn kein anderes zur Verfügung steht:

*„wenn er nicht da ist koch ich alleine irgendwas Simples (1) und sonst kocht er halt irgendwas Größeres“ [Zeile 68-69].*

Die Verfügbarkeit entscheidet jedoch nicht zwangsläufig darüber, ob A das Essen alternativ selbst zubereitet oder von einem Imbissstand holt. Ist das Essen jedoch verfügbar, zieht er es grundsätzlich anderen Alternativen vor. So isst A vorzugsweise zu Hause, bevor er seine FreundInnen trifft und vermeidet so die eigenständige Besorgung der Nahrung. Ähnlich wie bereits in Interview 6, 7 und 8 geht auch er davon aus, sich ungesünder zu ernähren, wenn er alleine wohnt und eigenständig für die Besorgung und Zubereitung seiner Lebensmittel verantwortlich ist:

*„v e r m u t l i c h würd ich mich dann schlechter ernähren weil dann zieh ich aus wenn ich dann (1) allein wohn (1) dann würd ich ja (1) müsste ich halt immer selbst was kochen (1) und dann ist halt vielleicht die Zeit nicht da (lacht) oder die Motivation oder so (1) und ich schätz mal ich würd halt ungesunder essen (1) im Großen und Ganzen (1) das würd aber halt auf Dauer auch nicht gehen (1) dann müsste ich halt irgendwie (2) schauen wie ich das mach“ [Zeile 213-217].*

Auch hier geht A - wie bereits andere InterviewpartnerInnen - davon aus, später sein Essen selbst koch zu „müssen“. Die sozialen Vorgaben manifestieren sich in den späteren Handlungen und auch Einstellungen, die in der Vorstellung münden, dass das Kochen ein

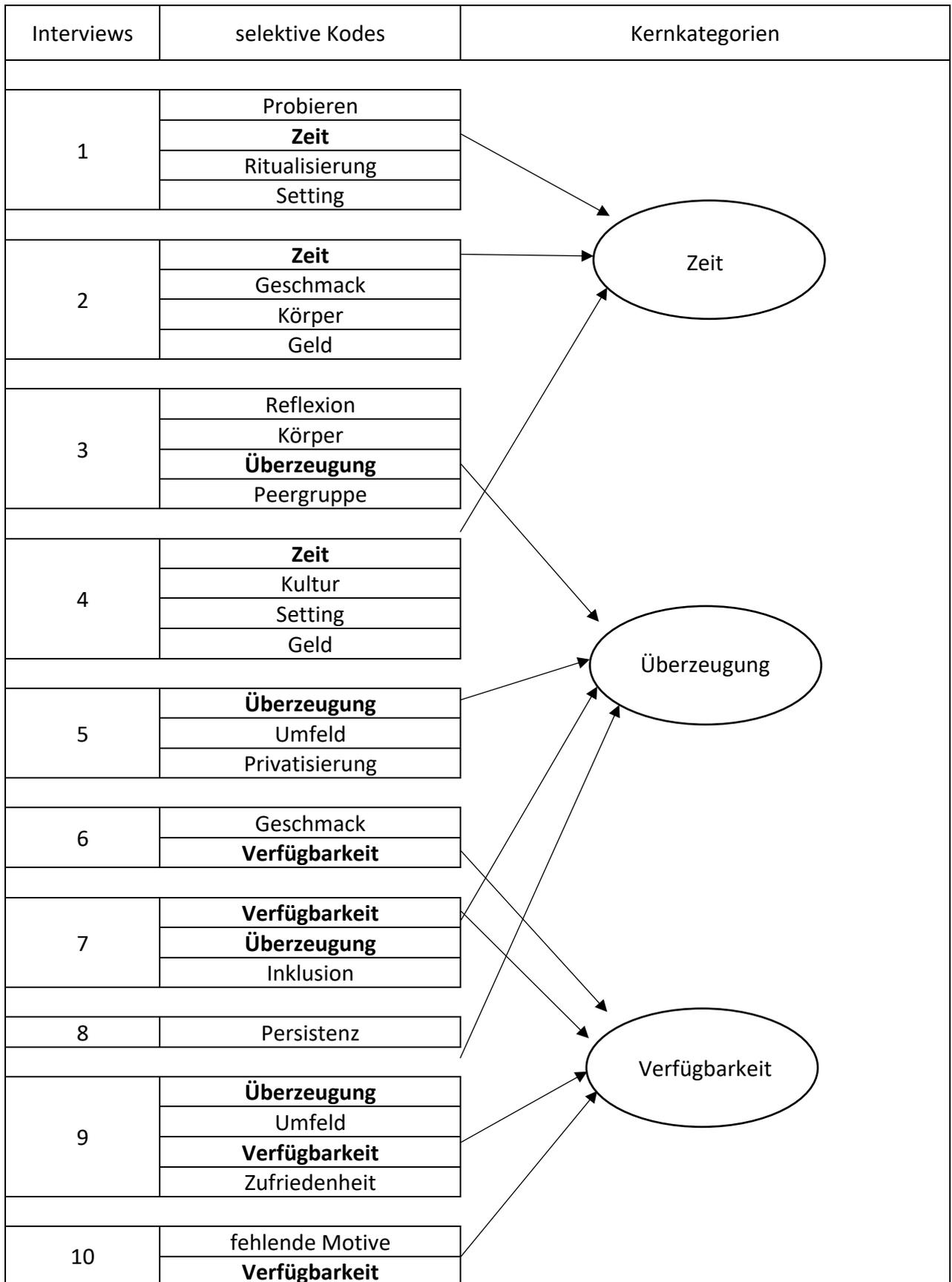
fester Bestandteil der eigenen Haushaltsführung ist – unabhängig von den eigenen Präferenzen und Fähigkeiten. Zudem lässt sich feststellen, dass auch hier das Essen außerhalb der Schule – und damit die selbstständige Beschaffung des Essens im Schulalltag - bevorzugt wird. Die Entscheidung, sich selbstständig zu ernähren ist bei A somit im schulischen Setting stärker ausgeprägt als zu Hause.

Des Weiteren wird auch in diesem Interview deutlich, dass bestimmte Speisen ausschließlich zu konkreten Anlässen zubereitet werden und somit „etwas Besonderes“ sind, die den Anlass würdigen sollen. Zu feierlichen Anlässen repräsentieren die Speisen die Relevanz des Anlasses, wodurch die Wahl der Gerichte und deren Zubereitung sozial mitgestimmt werden, sodass sowohl dem Anlass als auch dem Gericht eine Bedeutung durch den Interviewpartner zugeschrieben wird.

Mit Hilfe des Kurzfragebogens konnte festgestellt werden, dass der Vater des Interviewpartners als Arzt tätig ist. Dies ist jedoch nicht deutlich in der Zubereitungsart, der Einstellung zur Ernährung und dem spezifischen Wissen des Interviewpartners ersichtlich. Eher ist es das eigenständige Interesse, welches durch bestimmte Motive gefördert wird, das in weiterer Folge zur selbstständigen Recherche und schlussendlich zu konkreterem Wissen über Ernährung führt.

In der vorliegenden Tabelle (Tab.12) werden nun die selektiven Kodes der jeweiligen Interviews dargestellt. Die wiederholt auftretenden Kodes fügen sich zu zentralen Kernkategorien dieser Arbeit zusammen, die auf Gemeinsamkeiten zwischen den TeilnehmerInnen hinweisen und somit elementare Bestandteile der Ernährung der befragten Jugendlichen darstellen. Im folgenden Kapitel 6 – „Reflexion“, wird nun weiter auf die Ergebnisse Bezug genommen und die Stärken und Schwächen der Erhebung diskutiert, bevor diese in einem abschließenden Kapitel 7 „Zusammenfassung“ mit der Theorie und dem bisherigen Forschungsstand in Verbindung gebracht werden.

Tabelle 12 - Visualisierung der Kernkategorien



## .6. Reflexion

Die drei erarbeiteten Kernkategorien Zeit, Überzeugung und Verfügbarkeit waren die Hauptkriterien, an denen sich die Ernährung der TeilnehmerInnen orientierte. Die Zeit wurde dabei im Alltag und in der Freizeit, individuell sowie in der Familie, als auch in der Peergruppe besonders relevant - und entschied sowohl über den Ort der Nahrungsaufnahme als auch über die Verzehrsituation und das Essen selbst. Die Jugendlichen beschrieben ihre Ernährung im Schulalltag als geregelter, da bestimmte Uhrzeiten dem Essen vorbehalten waren. Kein Interviewpartner, beziehungsweise Interviewpartnerin, ließ das Mittagessen an Schultagen aus und somit nutzen die befragten Jugendlichen die Zeit zu dem gedachten Zweck. Die in der Mittagspause verfügbare Zeit entschied dabei über die Wahl der Lebensmittel, wobei lediglich ein Supermarkt oder Imbissstand aufgesucht wurde, wenn wenig Zeit zur Verfügung stand. War hingegen ausreichend Zeit vorhanden, entschieden sich die Jugendlichen auch für das Essen in einem Restaurant beziehungsweise gingen sie zu FreundInnen die nahe an der Schule wohnten, um dort gemeinsam zu kochen. Zudem argumentierten die InterviewpartnerInnen die Wahl ungesunder Lebensmittel - wie Fast-Food Lokale, fettreiche und zuckerhaltige Nahrung und Getränke - mit der begrenzten Zeit im Alltag, denn aus ihrer Sicht sollte das Essen schnell zugänglich sein und zugleich satt machen. Ob der Verzehr ungesunder Speisen lediglich auf die Zeit zurück zu führen ist blieb jedoch fraglich, da die TeilnehmerInnen auch in ihrer Freizeit diese Lebensmittel verzehrten und somit nicht zwangsläufig zu gesünderen Alternativen griffen, wenn sie mehr Zeit hatten.

Obleich die Gestaltung der Mittagspause bei den Jugendlichen sehr ähnlich verlief, waren die Gewohnheit in der Früh sehr unterschiedlich, wobei die InterviewpartnerInnen H, C, V und N das Frühstück ausließen und den Zeitmangel als Hauptgrund für den Verzicht nannten. An den Wochenenden hingegen, nahmen auch diese Jugendliche ihr Frühstück zu sich, da hier genügend Zeit am Vormittag vorhanden war. Die anderen GesprächspartnerInnen S, R, E, K,D und A, nahmen sich hingegen an Schultagen die Zeit zu Hause frühstücken oder besorgten sich ihr Essen auf dem Weg zur Schule. Diese Unterschiede waren unabhängig von der Verfügbarkeit der Lebensmittel festzustellen, so wurden beispielsweise den SchülerInnen der Zwi-Peres-Chajes Schule belegte Brote am Vormittag angeboten, die sowohl von jenen verzehrt wurden die zuvor gefrühstückt hatten als auch von denjenigen die dies nicht taten. Unter der Woche nahmen die Jugendlichen ihr Abendessen stets zu Hause ein, wobei die Anwesenheit weiterer Haushaltsmitglieder von deren verfügbaren Zeit abhing und somit auch

das Abendessen und die Zusammensetzung der TeilnehmerInnen der Verzehrsituation maßgeblich durch den Zeitfaktor gestaltet wurde. Wer das Essen zubereitete, beziehungsweise ob gekocht, bestellt oder ein Restaurant aufgesucht wurde, hing ebenfalls von der Zeit aller Haushaltsmitglieder ab. Die Routinen der Familien waren diesbezüglich ausschließlich auf die Zeit beschränkt, wobei einige eine sehr genaue Rollenverteilung aufwiesen – insbesondere, wenn ein Elternteil bereits pensioniert war und somit mehr Zeit zum Kochen hatte. Waren die Arbeits- und Schulzeiten der Eltern und Jugendlichen jedoch sehr verschieden, wurden die Mahlzeiten an den aktuellen Gegebenheiten angepasst und folglich eher spontan organisiert. Die InterviewpartnerInnen die gerne kochten, machten auch dies von der verfügbaren Zeit abhängig. Wobei diese tendenziell eher das Essen zubereiteten, wenn sie ausreichend Zeit dafür hatten oder sie diese Aufgabe für die Familie übernehmen mussten. Allerdings hatte die Zeit keinen Einfluss auf das Essen innerhalb der Peergruppe, da dies eher als Teil des schulischen Alltags verstanden wurde und nur in zwei Interviews (H und R) auch Teil der Freizeitgestaltung darstellte.

An den Wochenenden wurde in den meisten Familien aufwändigere Speisen zubereitet, sowie feste Tage und Uhrzeiten für die gemeinsame Mahlzeit eingeplant. Die Gemeinschaft zu Tisch an den Wochenenden wurde insbesondere von S, C, R und K beschrieben, die den hohen Stellenwert dieser Mahlzeit innerhalb der Familie beschrieben und diese als festen Bestandteil der Zeitplanung für alle im Haushalt lebenden Mitglieder verstanden.

Zudem verändert die freie Zeit das Ernährungsverhalten der InterviewpartnerInnen, denn verglichen zu der Schulzeit beschrieben die Jugendlichen ihr Ernährungsverhalten in den Ferien als unregelmäßig und nicht an konkrete Uhrzeiten gebunden. Sie beschrieben ihre Ernährung als ‚planlos‘ und gingen mehrmals täglich zum Kühlschrank, um im Verlauf des Tages immer wieder Kleinigkeiten zu verzehren, anstatt ganze Speisen einzunehmen. Wurden die Jugendlichen gefragt, wie sich ihre Ernährung ihrer Meinung nach verändern würde wenn sie nicht mehr zur Schule gingen, waren die Meisten der Ansicht sie würden ebenso wie in den Ferien tendenziell mehrere Kleinigkeiten über den Tag verteilt essen und weniger ganze Mahlzeiten verzehren. Aus ihrer Sicht schuf die Schule eine Regelmäßigkeit in ihrer Ernährungsweise, die trotz der geringen Zeit mehr Struktur durch konkretes Zeitmanagement in dem Essverhalten erzeugte.

An Feiertagen und zu besonderen Anlässen wurde hingegen viel Zeit für die Zubereitung der Speisen innerhalb der Familie eingeräumt und Anwesenheit bei diesen Mahlzeiten war für alle

Haushaltsmitglieder obligatorisch. Die Jugendlichen beschrieben hier den Ablauf feierlicher Anlässe, wie beispielsweise Weihnachten, sehr konkret und konnten in den meisten Fällen sogar wiedergeben welches Gericht für die jeweilige Feierlichkeit zubereitet wird - was die Ritualisierung der Speisen verdeutlichte. Zugleich war der zeitliche Aufwand für die Zubereitung der feierlichen Speisen auch ein Indiz für die Bedeutsamkeit des Anlasses, denn sehr aufwändige Gerichte wurden lediglich zu besonderen Ereignissen gekocht und als „etwas Besonderes“ beschrieben. Ähnlich verhielt es sich auch zu Geburtstagen, allerdings wurde zu diesem Anlass nicht zwingend gekocht. In einigen Familien war es üblich, dass das Geburtstagskind über die Wahl des Lokals oder die gekochte Speise bestimmte. In einigen Haushalten war diese Entscheidung auch von der Zeit der Mitglieder - sowie von dem Wochentag - abhängig, weshalb in manchen Familien gemeinsam zu Abend gegessen, in anderen wiederum gemeinsam gefrühstückt wurde.

Die InterviewpartnerInnen der jüdischen Schule (K und N) berichteten zudem, jeden Freitag zu Schabbat eine gemeinsame Mahlzeit einzunehmen, an der die Haushaltsmitglieder oder darüber hinaus auch Bekannte wöchentlich teilnahmen. Auch zu diesen Anlässen beschrieben die Jugendlichen das zubereitete Essen sehr detailliert, da hier feste Rituale verankert sind die das Ereignis vorhersagbar machten. Doch abgesehen von der religiösen Motivation für das gemeinsame Mahl, waren hier keine besonderen Unterschiede zu nicht gläubigen Familien zu finden. Denn auch die anderen InterviewpartnerInnen berichteten, wie bereits beschreiben, an zeitlich passenden Tagen zumindest einmal in der Woche gemeinsam mit der Familie zu speisen.

Weiter konnten auch die Überzeugungen als wichtiges Fundament der Ernährung identifiziert werden. Wenn die Ernährung der TeilnehmerInnen durch den Umweltschutz oder das Leid der Tiere stark motiviert war, spiegelten sich diese Ansichten in dem Ernährungsverhalten wieder, wobei auf Lebensmittel verzichtet, auf Alternativen zurückgegriffen oder mehr Informationen zu diesem Thema selbstständig recherchiert wurden. Fanden sich diese Motive in der Ernährung der Jugendlichen wieder, nahmen diese die Umsetzung nicht als herausfordernd wahr. Dennoch machten die Interviewpartnerinnen, C, V, und R, mit einer moralisch begründeten restriktiven Ernährung immer wieder Ausnahmen, insbesondere wenn sie bei anderen Personen außerhalb der im Haushalt lebenden Mitglieder zu Gast waren. Verglichen zu den Jugendlichen S, H und D, die mehr auf eine gesunde Ernährungsweise oder eine Diät zur Reduktion von Gewicht fokussierten, waren hier deutliche

Unterschiede festzustellen, denn jene Jugendliche betrachteten ihre Ernährung als temporär und nahmen die Umstellung und den damit einhergehenden Verzicht auf bestimmte Lebensmittel vergleichsweise als „schwer“ wahr. Sie beschrieben ihre Ernährung als phasenhaft und machten an den Wochenenden Ausnahmen an denen sie sich von ihren selbstauferlegten Restriktionen lösten und diese als „Cheatdays“ bezeichneten. Die Durchsetzung einer restriktiven Ernährungsweise wird durch feste Überzeugungen anders erlebt, wobei auch Versuchungen und der Verzicht auf schmackhafte Lebensmittel, nicht als Herausforderung wahrgenommen werden.

Doch waren die Überzeugungen religiös geprägt konnten die Ergebnisse kein eindeutiges Bild des Ernährungsverhaltens und der persönlichen Einstellungen offenlegen, da die InterviewpartnerInnen N und K beide berichteten koscher zu essen, dies jedoch sehr unterschiedlich auslebten. Während K lediglich zertifizierte Speisen zu sich nahm, sein eigenes Besteck in einen unkoscheren Haushalt mitbrachte und darüber hinaus auch bei Reisen verpacktes Essen transportierte, reduzierte N ihre Restriktion lediglich auf den Verzicht von Schweinefleisch und Meeresfrüchten. Dennoch beschrieben beide die Religion als Hauptmotiv für die Ernährungsweise und machten keine Ausnahmen, sodass sie Speisen und ganze Mahlzeiten ausließen, wenn diese den Anforderungen nicht entsprachen.

Zudem wurde deutlich, dass feste Überzeugungen der jugendlichen Ernährung auch bei den Eltern wieder zu finden waren, wobei interessanterweise die InterviewpartnerInnen diese meist strenger umsetzten. So wusch sich lediglich N die Hände vor dem Schabbatessen, K aß im Vergleich zu seiner Mutter keine Lebensmittel die nicht von koscheren Supermärkten stammten und V aß vegan während ihre Mutter sich vegetarisch ernährte. Lediglich C war in der Ausübung der Überzeugungen weniger strikt als ihre Mutter, die aus Umweltschutzgründen auf verpacktes Essen verzichtete, während C Lieferdienste in Anspruch nahm, die ihr Essen in Plastik verpackten. Mit dieser Radikalisierung distanzieren sich die Jugendlichen von den Ernährungsgewohnheiten ihrer Eltern und verselbstständigten ihre eigenen Glaubenssätze, dessen Entstehung sie anhand des Reflexionsprozesses meist sehr konkret beschrieben.

Dennoch konnte festgestellt werden, dass die Überzeugungen wandelbar und sowohl von dem Umfeld als auch von der Kultur abhängig sind wie es am Beispiel von R ersichtlich wurde. Denn sie beschrieb den Verzicht auf Schweinefleisch als ursprünglich religiös motiviert, doch der Wohnortswechsel von Afghanistan nach Österreich veränderte diese Einstellung, so dass

sie nun die Gesundheit als Hauptgrund für den Verzicht nannte, aber zugleich das Vorhaben äußerte es dennoch in Zukunft zu probieren. Erneut wurde deutlich, dass die Überzeugungen die Dauerhaftigkeit der Ernährung mitbestimmen, sodass nicht jedes Motiv die gleichen Handlungen nach sich zieht – mit anderen Worten erlaubt eine gesunde Ernährung auch Ausnahmen, während die Religion diese nicht toleriert. Zugleich war die Ernährung mancher InterviewpartnerInnen auch komplett frei von Überzeugungen, allerdings konnte diese ‚Motivlosigkeit‘ lediglich bei männlichen Interviewpartnern (E, D und A) festgestellt werden. Diese verstanden die Ernährung eher als Mittel zum Zweck, informierten sich verhältnismäßig weniger über das Essen und richteten die Essbarkeit der Lebensmittel hauptsächlich nach dem Geschmack aus. Dennoch konnte festgestellt werden, dass auch diese Interviewpartner über Ernährungswissen verfügten, wobei jedoch lediglich D den Wunsch nach Veränderung äußerte und folglich als einziger der drei genannten Gesprächspartner weitere Informationen zu diesem Thema eigenständig recherchierte. Obwohl E und A auch Verbesserungspotenzial in ihrem Ernährungsverhalten erkannten und diese als ungesund beschrieben, äußerten sie keine Veränderungswünsche und informierten sich nicht selbstständig zu diesem Thema. Schlussendlich war auch die Verfügbarkeit der Lebensmittel ein wichtiges Element der jugendlichen Ernährung, die besonders die Spaltung zwischen der selbstständigen und abhängigen Ernährungsweise zeigte, in der sich die TeilnehmerInnen befanden. Die InterviewpartnerInnen die nicht gerne kochten, bereiteten sich daher ausschließlich dann ihr Essen selbst zu, wenn ihre Eltern nicht da waren, diese nicht vorgekocht hatten oder zu wenig Alternativen (Snacks) zur Verfügung standen. Nur unter diesen Umständen bereiteten sich die Jugendlichen H, E, A und K ihr Essen selbst zu und berichteten zugleich sich oftmals eher für Einkaufen und Kochen statt Bestellen oder Abholen zu entscheiden. Dennoch musste die Speise effizient sein und somit einfach in der Zubereitung, gut im Geschmack und sättigend zugleich. Andere wiederum wie S und D machten ihr Essen nie selbstständig, da dies durch die Eltern immer zu Verfügung gestellt wurde. Somit hatten sie keine Entscheidungsmacht über die gekochten Speisen im Haushalt, äußerten aber zugleich auch keinen Wunsch nach Veränderung. Die Jugendlichen C, V, R und N, die hingegen gerne kochten, kauften auch Lebensmittel für bestimmte Speisen ein, kannten Rezepte und bereiteten auch teilweise das Essen für andere Haushaltsmitglieder zu. Die fehlende Verfügbarkeit der Lebensmittel war hier nicht zwangsläufig ein Indiz für die selbstständige Zubereitung der Gerichte.

Obwohl Unterschiede in den Vorlieben und der Selbstständigkeit festgestellt werden konnten, waren dennoch auch Gemeinsamkeiten zu erkennen, wobei alle Jugendlichen das Essen außerhalb der Schule dem Essen innerhalb der Schule bevorzugten und somit, anders als zu Hause, hier sich für die selbstständige Nahrungsbeschaffung entschieden, wobei N und A dies als Vorteil verglichen zu jüngeren SchülerInnen beschrieben und das selbstständige Essen außerhalb der Schule somit auch als Zurschaustellung von Privilegien gegenüber jüngeren SchülerInnen zu verstehen ist.

Anhand dieser Ergebnisse wurde auch eine Geschlechterteilung deutlich, die sich insbesondere im Kochverhalten manifestierte, wobei lediglich Mädchen gerne kochten und auch für die Haushaltsmitglieder das Essen zubereiteten. Im Gegensatz dazu waren die beiden Interviewpartner S und D, die sich ihr Essen nie selbstständig zubereiteten, beide männlich und die anderen männlichen Jugendlichen kochten ausschließlich dann, wenn sie dazu aufgefordert wurden oder keine Alternative zur Verfügung stand. Zudem ließen lediglich weibliche InterviewpartnerInnen das Frühstück aus, wobei hier ein Zusammenhang mit der gewollt reduzierten Kalorienzufuhr zu vermuten ist, die ebenfalls lediglich von den Mädchen thematisiert wurde.

Weiter konnten auch Geschlechterunterschiede in Bezug auf die Einstellung des künftigen komplett selbstständigen Ernährungsverhaltens festgestellt werden, denn während Mädchen davon ausgingen im eigenständigen Haushalt eher gesünder zu essen und weniger durch die Verfügbarkeit der Lebensmittel in Versuchung zu geraten, gaben die teilnehmenden Burschen an, eher ungesünder zu Essen, da sie seltener frisch kochen und auf ungesunde Alternativen zurückgreifen würden. Zugleich jedoch gingen alle interviewten Jugendlichen unabhängig von ihren Vorlieben und Abneigungen davon aus, künftig selbstständig kochen zu „müssen“ und sie sich dazu „zwingen“ würden, wodurch sie das Kochen, als festen Bestandteil des Erwachsenwerdens und des selbstständigen Wohnens verstehen.

Allerdings kam es auch im Zuge der Arbeit zu Herausforderungen, die bei weiteren Forschungen mit Jugendlichen relevant sein könnten. So wählten beispielsweise acht von zehn, beziehungsweise zwölf von fünfzehn, InterviewpartnerInnen ein Café für das gemeinsame Gespräch. Möglicherweise, um so eine Grenze zwischen der öffentlichen und privaten Sphäre zu ziehen und somit das Distanzverhältnis zwischen dem/ der Interviewten und der Interviewerin aufrecht zu erhalten. Außerdem nahmen tendenziell mehr Mädchen an

der Studie teil - werden hier auch die nicht analysierten Interviews miteinbezogen, so waren insgesamt sechs Burschen und neun Mädchen bereit, dieses Gespräch zu führen. Dies könnte mit dem höheren Interesse und den in den Ergebnissen beschriebenen Erfahrungen mit Diäten und Ernährungsumstellungen zu erklären sein. Hinzu kam, dass einige Jugendliche keine nicht die Erwerbstätigkeiten (vollzeit, teilzeit, geringfügig) oder den Bildungsstand der Eltern kannten, weshalb hier mögliche interessante Informationen verloren gingen.

Außerdem waren mehr Jugendliche der jüdischen Zwi-Perez-Chajes Schule bereit an der Studie teilzunehmen – von insgesamt fünfzehn Interviews, waren vier TeilnehmerInnen aus der besagten Schule. Ein Grund für dieses Verhältnis könnte der Rekrutierungsweg sein, da lediglich diese SchülerInnen alle notwendigen Informationen schriftlich der Tafel im Unterricht entnehmen konnten. Andere TeilnehmerInnen wurden – wie bereits in den Methoden erläutert – ausschließlich über SMS oder mündliche Weitergabe informiert, weshalb dies möglicherweise unverbindlicher kommuniziert wurde. Zudem wurden die Ausschlusskriterien, wie das selbstständige Wohnen außerhalb des elterlichen Haushaltes, nicht ausreichend deutlich kommuniziert, weshalb es zu einem Interview kam welches nicht für die weitere Analyse geeignet war, da die Jugendliche bereits aus dem Elternhaus ausgezogen war.

Gleichzeitig konnten die Fragen im Debriefing weiter Aufschluss über die Begründung und Bereitwilligkeit für die Teilnahme geben. So sagten die Jugendlichen aus sie hätten an der Studie teilgenommen, weil sie neugierig auf die Interviewsituation waren, das Thema verstanden, sie durch ihr Wissen helfen wollten oder auch weil andere FreundInnen bereits mitgemacht hatten. Allerdings gingen die InterviewpartnerInnen davon, das Forschungsinteresse sei ihre gesunde, beziehungsweise ungesunde Ernährungsweise. Der Fokus auf die sozialen Aspekte der Ernährung war den Jugendlichen daher beim Gesprächseinstieg nicht bewusst, führte jedoch mit Hilfe des Leitfadens dennoch zu vielseitigen Ergebnissen in Bezug auf das eigentliche Erkenntnisinteresse.

## 7. Zusammenfassung

Im Folgenden wird die Arbeit kurz zusammengefasst und ein Überblick des Forschungsstandes, der Theorien, der angewandten Methoden und der wichtigsten Ergebnisse gegeben.

Seit Mitte des zwanzigsten Jahrhunderts wurde die Relevanz einer multidisziplinären Betrachtung der Gesundheit und des gesellschaftlichen Gesundheitsverhaltens deutlich, die über die Naturwissenschaften hinausreichte. Anhand der mehrdimensionalen Betrachtungsweise der Gesundheit, ergibt sich auch für die Wissenschaft ein breiteres Forschungsfeld, in dem nicht nur die Abwesenheit von Krankheit auf körperlicher Ebene im Fokus steht, sondern darüber hinaus sowohl nach individuellen als auch nach sozialen Faktoren gesucht wird, die in weitreichende Interventionsmöglichkeiten im Sinne einer ganzheitlich Gesundheitsförderung münden. Dabei rückt dieser Fokus über die Wissenschaft hinaus, und gewinnt auch für die Gesellschaftsmitglieder an Bedeutung. So zählen unter anderem ‚Ernährung‘, ‚Diät‘ und ‚Fitness‘ zu den meistgesuchten Begriffen im Internet (vgl. Almenara et.al., 2019; S. 1). Studienergebnisse weisen darauf hin, dass die Ernährung mit 61% das am häufigsten recherchierte Thema in Netz ist (vgl. Wangberg et.al., 2015; S. 3f.), wobei hauptsächlich Ernährungstipps und Rezeptideen gesucht werden (vgl. Almenara et.al., 2019; S. 4f.). Studien ergaben, dass soziale Determinanten, wie der Wunsch nach Zugehörigkeit und die Verringerung der Unsicherheit einen starken Einfluss auf das Essverhalten haben, wodurch deutlich wird, dass Essen nicht lediglich einer körperlichen Bedürfnisbefriedigung dient, sondern ebenfalls sozial mitgestaltet wird. (vgl. Cruwys et.al., 2014; S. 3).

In Österreich sind je nach Altersgruppe zwischen 13% und 18% der Kinder und Jugendlichen bis 18 Jahren übergewichtig, wobei die Zahlen kontinuierlich ansteigen (vgl. Griebler et.al., 2016; S.229). So setzt sich die Wissenschaft intensiver mit dem Ernährungsverhalten von Jugendlichen auseinander, da sie sich in einer Zwischenposition der Selbstständigkeit und Abhängigkeit von Eltern und Schule befinden. So kann beispielsweise bei Kindern zwischen 3 und 10 Jahren ein deutlich geringerer Zuckerkonsum festgestellt werden als bei jenen zwischen 11 und 17 Jahren, da die Ernährung hier weitestgehend von den Eltern gestaltet wird (vgl. Krug et.al., 2018; S. 11).

Zudem wird angenommen, dass sich in diesem Lebensalter die Ernährungsgewohnheiten festigen (vgl. Gerhards & Rössel; 2003; S. 4). Diese können jedoch von Interventionen wie der Bildung in der Schule positiv beeinflusst werden, was sich in einem reduzierten Konsum von Fast-Food, Süßigkeiten und salzigen Snacks signifikant widerspiegelt (vgl. Pöppelmeyer; 2016; S. 106). ForscherInnen gehen anhand der empirischen Daten von einem erheblichen Einfluss der Bildung auf das Ernährungsverhalten von Eltern und Jugendlichen aus, welcher in der Planung, Zubereitung und dem Verzehr der Speisen zu finden ist (vgl. Höld; 2018; S. 117). Es

ist daher aus wissenschaftlicher Perspektive von besonderem Interesse, mehr über die Einflussfaktoren, Gewohnheiten und Motive der Ernährung Jugendlicher zu erfahren.

Auch soziologische Theorien befassen sich mit der Ernährung und verstehen diese als soziales Konstrukt, welches die *Handlungsmöglichkeiten* nach *Motiven* und *Orientierungen* gestaltet (vgl. Barlösius; 1993; S. 94). Diese sind durch Normen und Moralisierungen in allen Elementen des Essens wiederzufinden, wobei die gesunde Ernährung als *gelungene Handlung* verstanden wird (vgl. Bourdieu; 2018; S.17). Dabei sind die *normativen Erwartungen* an den Körper, das Geschlecht und die Ästhetik der Speisen gerichtet (vgl. Abels; 2009; S. 34). Über die Normen hinaus wird eine tiefe Moral dem/der Essenden zugeschrieben, wobei sich die moralischen Vorstellungen aktuell von religiösen Vorgaben und physiologischen Aspekten distanzieren. Stattdessen entwickeln sich moralische Vorgaben, welche die Lifestyle-, Herstellungs-, Verarbeitungs-, und Lieferungsprozesse miteinbeziehen und somit zusätzliche ökonomische, ökologische, politische und soziale Ebenen moralisch mitbewerten (vgl. Hirschfelder & Wittman; 2015; S. 10). Folglich löst sich die Moral des Essens von den familiären Verpflichtungen, Ritualen und Tischmanieren (vgl. Giddens; 1992; S. 31). Diese gesellschaftlichen Vorgaben werden in den verschiedenen Sozialisationsprozessen internalisiert. Das Forschen mit Jugendlichen ist daher auch aus sozialtheoretischer Perspektive durchaus relevant, da diese sich zwischen den verschiedenen Phasen der Sozialisation befinden, die sowohl durch die Familie, als auch durch Schule und FreundInnen mitgeprägt werden (vgl. Reithmeier; 2013; S. 182).

Um dies zu erforschen und das Handeln der Jugendlichen in Bezug auf ihre Ernährung besser zu verstehen, wurde folglich ein qualitatives Forschungsdesign konzipiert, welches einen Einblick in die *Relevanzschemata* von Jugendlichen ermöglichen sollte (vgl. Gerhards & Rössel; 2003; 74). Hierfür wurden problemzentrierte Leitfadeninterviews nach A. Witzel und H. Reiter (2012) erhoben, in denen die InterviewpartnerInnen *aktiv* an der Beantwortung der Forschungsfrage beteiligt waren (vgl. Witzel & Reiter; 2012; S. 30 f.). Der Leitfaden verknüpft dabei sowohl erzählgenerierende als auch verständnisgenerierende Strategien, um Themen wie Familie, Schule und FreundInnen in Zusammenhang mit der Ernährung zu erforschen (vgl. Helfferich; 2009; S. 41f.). Weiter wurde ein Kurzfragebogen zur Erfassung der soziodemographischen Daten, Transkripte der Tonbandaufzeichnungen und Postskripte in die Analyse miteinbezogen (vgl. Witzel; 1985; S. 237). Das zyklische Analyseverfahren orientiert

sich dabei an der Grounded Theory nach B. G. Glaser und A. L. Strauss (1998), wobei die Interviewtranskripte offen, selektiv und axial kodiert wurden, um vergleichbare Kernkategorien bilden zu können und Verhaltensmuster sowie Determinanten für die Ernährung zu identifizieren (vgl. Glaser & Strauss, 1998; S. 69 f.). Die gewählte Altersgruppe orientierte sich nach den gesetzlichen Vorgaben, wobei Jugendliche zwischen 14 und 17 Jahren als mündige Minderjährige verstanden werden. Insgesamt wurden fünfzehn Interviews mit sechs Burschen und elf Mädchen zwischen 14 und 17 Jahren geführt. Aufgrund der qualitativen Unterschiede in den Interviews und der erstrebten Gleichverteilung der Geschlechter und Schultypen wurden insgesamt zehn Interviews mit Jugendlichen zwischen 15 und 17 Jahren analysiert.

Die Ergebnisse ermöglichen eine Betrachtung essentieller Muster, die sich in der Ernährung der Jugendlichen und in den Speisen manifestieren, zugleich konnten Zusammenhänge mit der Familie, der Schule und den FreundInnen hergestellt und durch weitere Determinanten erweitert werden, die sich schlussendlich in den Motiven wiederfinden ließen. Daher konnten unter anderem Geschlechterunterschiede identifiziert werden, die im Essverhalten der Jugendlichen deutlich wurden. So waren Mädchen durch moralische Beweggründe wie das Wohl der Tiere, die Gesundheit oder die Nachhaltigkeit eher motiviert, ihre Ernährung zu verändern und auf bestimmte Lebensmittel zu verzichten. Der Grund, weshalb diese Motive bei Burschen kaum wiederzufinden waren, könnte mit den geschlechterspezifischen Stereotypisierungen der Speisen in Verbindung stehen, die in den theoretischen Hintergründen der Arbeit ebenfalls wiederzufinden sind, wobei die Nahrung einer geschlechtsspezifischen Normierung unterliegt, die das Essen von Mager- und Diätprodukten als weiblich, und der Verzehr von Fleisch und ‚deftigen Speisen‘ als männlich versteht (vgl. Prah & Setzwein; 1999; S. 91).

Zudem trafen sich Mädchen häufiger zum gemeinsamen Kochen oder um Restaurants aufzusuchen und befassten sich somit auch in ihrer Freizeit aktiver mit dem Essen. Burschen wiederum beschrieben das Essen in ihrer Freizeit eher als Mittel zum Zweck, wobei der Besuch im Restaurant nicht den eigentlichen Grund für das Treffen darstellte, sondern ausschließlich der Bedürfnisbefriedigung diene. Die selbstständige Auseinandersetzung der Mädchen mit ihrer Ernährung konnte auch in anderen Forschungsergebnissen festgestellt werden, wobei unter anderem die Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen (KiGGS)

veranschaulichte, dass 14% der befragten Mädchen zwischen 11 und 17 Jahren, die empfohlene Menge von 5 Portionen Obst und Gemüse pro Tag zu sich nehmen, während dies lediglich 9,5% der Burschen tun (vgl. Krug et.al., 2018; S.15). Zudem fanden sich in dieser Studie signifikante Ergebnisse für einen deutlich höheren Konsum von Süßgetränken bei Burschen zwischen 11 und 17 Jahren (708ml/Tag) verglichen zu Mädchen derselben Altersgruppe (569ml/Tag) (vgl. Krug et.al., 2018; S.11)

Des Weiteren beschrieben Burschen ihre zukünftige (hypothetische) Ernährung in einem eigenständigen Haushalt eher als ungesund, wohingegen Mädchen tendenziell eher davon ausgingen, später eine gesündere Ernährungsweise zu entwickeln, insbesondere da die Versuchungen im elterlichen Haushalt dann nicht mehr vorhanden wären und sie diese auch nicht eigenständig kaufen würden. Dieses Ergebnis entspricht auch anderen Studien, die belegen, dass sich Frauen tendenziell gesünder ernähren als Männer, wobei sie mehr Gemüse und Obst konsumieren und weniger fette oder kalorienhaltige Lebensmittel verzehren (vgl. Julián et.al., 2017; S. 1597). Dieses Ergebnis konnte nicht nur bei Erwachsenen festgestellt werden, sondern ebenso bei Jugendlichen, wobei Mädchen im Kinder- und Jugendalter bis 17 Jahren tendenziell weniger zu Übergewicht neigen als Burschen (vgl. Griebler et.al., 2016; S. 229)

Ebenso konnten geschlechtsspezifische Körperideale aufgedeckt werden, die sich teilweise in der Ernährung widerspiegeln. Manche Mädchen sprachen davon, bereits mehrere Diäten probiert zu haben, häufig Salat zu essen oder den Wunsch nach einer schlanken Figur zu hegen. Auch diese Ergebnisse stimmen mit anderen Forschungen überein, die ebenfalls den Wunsch nach einer schlanken Figur bei jugendlichen Mädchen feststellen, wobei das angegebene Wunschgewicht bei 70% der normalgewichtigen jugendlichen Mädchen geringerer war als ihr aktuelles Körpergewicht (vgl. Spencer et.al., 2015; S. 7).

Nichts desto trotz hatten die körperbezogenen Motive keine nachhaltigen Auswirkungen auf das Ernährungsverhalten der Jugendlichen, stattdessen wird hier die Ernährung phasenweise an die verfolgten Ziele angepasst und wieder beendet, sobald diese aus subjektiver Perspektive erreicht wurden.

In Bezug auf den Haushalt konnten ebenfalls geschlechterspezifische Unterschiede festgestellt werden, wobei die befragten Mädchen eher in der Küche mithalfen und auch teilweise für die gesamte Familie kochten. Auch dies entspricht den Ergebnissen der qualitativen Studie von C. Brombrach, die anhand von Interviews mit Großeltern, Eltern und

den Kindern feststellte, dass insbesondere Großmütter und Mütter ihre ‚geheimen‘ Familienrezepte eher an Mädchen weitergeben und diese mehr in die Zubereitung miteinbeziehen und mehr dazu animierten in der Küche mitzuhelfen. Die Interviews mit den Kindern offenbarten dabei, dass Mädchen ihre Kochfähigkeiten zudem besser einstufen als Burschen (vgl. Brombach; 2017; S. 5).

Eine Geschlechterteilung im Haushalt konnte in dieser Arbeit auch bei den Eltern der InterviewpartnerInnen gefunden werden, denn waren die Eltern beide Vollzeit erwerbstätig, bereitete meist dennoch die Mutter das Essen zu. Dies war insbesondere dann der Fall, wenn diese einer spezifischen Ernährungsweise folgte, wie beispielsweise vegetarische Ernährung oder eine gesundheitlich bedingte Diät. Allerdings kann hier angenommen werden, dass die verfügbare Zeit der Elternteile eher die Rollenverteilung mitbestimmt. So kochten die Männer im Haushalt eher, wenn sie nicht Vollzeit berufstätig waren. Zudem war lediglich die Anwesenheit der Mutter entscheidend dafür, ob die Familie gemeinsam aß. Die Anwesenheit des Vaters war in keinem Interview ausschlaggebend für die Einnahme des gemeinsamen Mahls.

Doch nicht nur das Geschlecht, sondern auch das Alter hatte Auswirkungen auf die Ernährung der Jugendlichen. Trotz der geringen Altersunterschiede zwischen den GesprächspartnerInnen konnte festgestellt werden, dass die Jugendlichen von fünfzehn Jahren ihre Ernährung eher nach ihren Vorlieben orientierten, wobei wenige Motive in ihren Entscheidungen wiederzufinden waren. Die Ernährung war weitestgehend unreflektiert und bis auf kleine Erweiterungen des Repertoires der gegessenen Lebensmittel größtenteils unverändert. Ältere TeilnehmerInnen hingegen sprachen mehr über ihre Erfahrungen von Ernährungsumstellungen, in denen sie auf Lebensmittel verzichtet hatten, die sie eigentlich mochten. Doch nicht alle Jugendlichen teilten diese Erfahrungen oder richteten ihre Ernährung nach bestimmten Motiven aus. Deutlich wurde hier, dass die moralischen Vorgaben der Gesellschaft dennoch nicht gleichermaßen befolgt werden, da die Individuen ihnen unterschiedlich große Bedeutung beimessen – wie es bereits die in der theoretischen Überlegung nach G. Simmel beschrieben wurde (vgl. Simmel; 1930; S. 3).

War die Ernährung der InterviewpartnerInnen jedoch durch konkrete Motive mitbestimmt, informierten sich die Jugendlichen mehr über ihr Essen und setzten sich intensiver mit den Produkten auseinander. Andernfalls waren die Eltern und die Schule ihre einzige Informationsquelle. Diese beiden Institutionen gestalteten somit maßgeblich die Ernährung

der Jugendlichen mit, da sie zum einen das Wissen vermittelten und zum anderen das Essen zur Verfügung stellten. Inwieweit das schulische Wissen jedoch beibehalten wurde und in weiterer Folge in der Ernährung wiederzufinden war, hing vorrangig von dem individuellen Interesse für die Thematik ab. Allerdings wurde deutlich, dass Jugendliche besonders den Vorteil des ernährungswissenschaftlichen Unterrichts schätzten und in den Interviews einige der dort gewonnenen Informationen wiedergeben konnten, sowie über Dokumentationen berichteten, die sie in diesem Zusammenhang gesehen hatten. SchülerInnen, die hingegen das Thema Ernährung ausschließlich im Biologieunterricht angeschnitten hatten, betrachteten den Lerninhalt zwar als sinnvoll, sprachen jedoch wenig über den Unterricht und berichteten auch nicht über konkreten Unterrichtsstoff, der ihnen im Gedächtnis geblieben war. Es ist daher auch für zukünftige Präventionsarbeiten im Sinne der Aufklärung durchaus in Betracht zu ziehen, Ernährungswissenschaften in allen Schulen zu unterrichten. Dies würde auch den Ergebnissen der bisherigen Studien in Österreich zu Interventionsstrategien entsprechen, diese den Vorteil der spezifischen Ernährungsbildung bereits nach einer 20 stündigen Einschulung anhand signifikant verbesserter Ernährungsweisen und Nährstoffgehalten der Interventionsgruppe, verglichen zur Kontrollgruppe, feststellen konnten (vgl. Pöppelmeyer; 2016; S. 106).

Doch trotz der möglichen Interventionsmaßnahmen im schulischen Rahmen, bleibt ein Großteil der vermittelten Normen, Werte und Moralvorstellungen, durch die Familie geprägt, denn ausschließlich jene InterviewpartnerInnen mit starken moralischen Restriktionen in ihrer Ernährung hatten nahstehende Familienmitglieder, die diese Überzeugungen ebenfalls vertraten. Ein Ergebnis, welches bereits in der theoretischen Auseinandersetzung zu finden war, wobei der Familie und dem häuslichen Setting ein prägender Charakter zugeschrieben wurde, der die jugendlichen Ernährung, sowie deren Einstellungen, Vorlieben und Abneigungen über die Eltern prägt (vgl. Gergards & Rössel; 2003; S. 31). Doch interessanterweise waren manche TeilnehmerInnen strenger in der Umsetzung der Motive als ihre Eltern. Dies könnte ein Indiz für die Selbstständigkeit sein, wobei die befragten Jugendliche versuchten, ihre Ernährung von jener ihrer Eltern innerhalb der moralischen Grenzen zu differenzieren. Hierbei wurde ersichtlich, dass sich das Essen innerhalb der Familie an die Anforderungen des strengsten Mitglieds anpasste und so eine Inklusion aller Mitglieder beim Essen schuf. Allerdings wurden spezielle Ernährungsformen lediglich innerhalb der im

Haushalt lebenden Mitglieder, und nicht von der gesamten Familie, berücksichtigt. Dies verdeutlicht die Relevanz des Haushaltes für die Bestimmung der Kernfamilie.

Ähnliches ließ sich ebenso an besonderen Feiertagen feststellen. Selbst wenn die Familie dieselben Feste feierte, die gleiche Kultur, Überzeugungen oder Glaubensrichtungen teilte, bestimmte auch hier der Haushalt über die Ausführung, wobei weitere Familienmitglieder als Gäste verstanden wurden, die sich den Regelungen anpassen mussten. Das gekochte Gericht verdeutlichte dabei die Wichtigkeit des jeweiligen Anlasses, da manche Speisen lediglich zu bestimmten Feierlichkeiten zubereitet wurden, die aufwändiger waren als alltägliche Speisen. Zu diesen Anlässen wurde das Essen zu einem wesentlichen Bestandteil der familiären Vergemeinschaftung und diente als gemeinsame Tätigkeit, um ein bestimmtes Ereignis zu feiern. Allerdings waren hier ausschließlich die Erwachsenen für die Verarbeitung der Gerichte verantwortlich, denn keiner der InterviewpartnerInnen beteiligte sich an der Zubereitung feierlicher Speisen für mehrere Personen. Die befragten Jugendlichen privatisierten somit das Kochen, sodass sie ausschließlich für sich selbst oder nahstehende Personen das Essen zubereiteten.

Ähnliches ließ sich auch bei Restaurantbesuchen feststellen, wobei diese oftmals ausschließlich zu besonderen Anlässen aufgesucht wurden. In einigen Fällen konnten die Jugendlichen ihre Wahl der Speise wiedergeben, da diese immer die gleichen Gerichte bestellten. Dies verdeutlichte die ritualisierten Handlungs- und Entscheidungsprozesse, die auch in einer Beobachtungsstudie festgestellt wurden, wobei 53% der Kinder und Jugendlichen ihr Essen selbst bestellten und 60% derer bereits im Vorhinein wussten, welches Gericht sie essen würden (vgl. Castro et.al., 2016; S. 2409).

Doch auch die Kultur spielte eine ausschlaggebende Rolle, wobei die Jugendlichen häufig ihre Vorlieben und Abneigungen durch diese definierten und auch die Kochweise anderer Personen mit deren kulturellen Herkunft begründeten. In manchen Fällen bildete das Essen eine Verbindung zur Heimat und erzeugte ein Identifikationsgefühl mit der Nation, wobei Nationalspeisen zu „unseren“ Gerichten wurden und die Vorliebe für diese somit die kulturelle Zugehörigkeit definierten. Auch in der Theorie wird das Essen als Teil der Kultur beschrieben, welche durch den Geschmack und die Zubereitungsart reproduziert wird (vgl. Teuteberg; 1993; S.119 f.).

Restriktionen der Ernährung waren hingegen nicht über die Kultur definiert, sondern standen in Verbindung mit der Religion oder anderen festen Überzeugungen, die das Motiv einer bestimmten Ernährungsweise darstellten. Wie konsequent diese Ernährung eingehalten wurde, war von den Motiven der Jugendlichen abhängig. Stand der Verzicht in Verbindung mit körperlichen Idealvorstellungen, war dieser lediglich temporär. Selbst wenn aus gesundheitlichen Gründen auf Produkte verzichtet wurde, machten die Jugendlichen gelegentliche Ausnahmen und identifizierten sich weniger über ihre Ernährungsweise.

Jugendliche, die jedoch starken Überzeugungen in ihrer Ernährung folgten, identifizierten sich hingegen deutlich mehr über ihr Essverhalten und definierten sich mit einer bestimmten Gruppe. Waren die Überzeugungen durch die Religion, das Leid der Tiere oder die Nachhaltigkeit der Umwelt geprägt, war der Verzicht auf bestimmte Lebensmittel vergleichsweise langanhaltend und ließ keine Ausnahmen zu. Allenfalls soziale Normen konnten gelegentlich dazu führen, dass die Jugendlichen ihre Überzeugungen aus Höflichkeit zurücksetzten und bestimmte verbotene Lebensmittel konsumierten. In diesen Momenten wurde der gesellschaftliche Druck auf das Individuum deutlich, welcher selbst strikte Verbote zum Teil auflöste, die Motive zurücksetzte und das Handeln verändern konnte.

Doch auch in diesen Ausnahmesituationen waren nicht grundsätzlich alle Speisen erlaubt, was sich im Alltagsleben der Jugendlichen bei einer streng religiös orientierten Ernährungsweise widerspiegelte. Insbesondere bei Festen oder Einladungen gerieten die Jugendlichen in Situationen in denen Speisen angeboten wurden, welche sie nicht essen durften obwohl sie hungrig und zudem auch die einzigen waren die verzichteten. Allerdings wurden diese Ereignisse von keinem Jugendlichen als unangenehm beschrieben, stattdessen verstanden sie ihre strikte Ablehnung als positive Handlung, die ihr eigenes Durchhaltevermögen verdeutlichte. Verglichen zu InterviewpartnerInnen die lediglich eine temporäre Ernährungsumstellung vollzogen, und daher den Verzehr bestimmter Lebensmittel nur kurzweilig aufgegeben hatten, beschrieben diese den strengen Verzicht als herausfordernd und „schwer“.

Das decision making im Essverhalten, sowie der Beginn oder die Beendigung einer Ernährungsumstellung oder die selbstauferlegten Restriktionen wurde von den Jugendlichen selbstständig übernommen, denn in keinem Interview wurde der Zwang der Eltern bezüglich des Verzehrs gewisser Lebensmittel beschrieben. Dies entspricht den Ergebnissen der KiGGS-

Studie, wobei festgestellt wurde, dass Jugendliche zwischen 11 und 17 Jahren schlechtere Nährstoffgehalte, verglichen zu Kindern zwischen 3 und 10 Jahren, geschlechtsunabhängig aufwiesen. Die AutorInnen vermuten, dass diese Effekte auf die selbstständige Ernährung der Jugendlichen zurück zu führen ist, da diese weniger den Vorgaben der Eltern unterliegen und mehr Entscheidungsfreiheiten bekommen (vgl. Krug et.al., 2018; S. 11).

Dennoch ist die Selbstständigkeit in der jugendlichen Ernährung nicht vollständig frei von weiteren Determinanten., denn die Ergebnisse dieser Arbeit verdeutlichten unter anderem, dass die Zubereitung eigener Gerichte von der verfügbaren Zeit der Eltern und der Aufgabenteilung innerhalb der Familie bestimmt war. Die Jugendlichen handelten erst dann selbstständig, wenn keine anderen Alternativen mehr verfügbar waren. So kochten sie erst, wenn sie dazu aufgefordert wurden oder keine weitere Person vor Ort war, die diese Aufgabe für sie übernommen hätte. Dabei entschieden sich die InterviewpartnerInnen im Zweifelsfall für einfache und schnelle Gerichte und hielten den Aufwand so gering wie möglich. Fiel die Wahl auf schnelle und ungesunde Gerichte, so wurde dies mit Zeitmangel begründet, ebenso wie der Verzicht auf das Frühstück an Schultagen. Es ist jedoch fraglich, ob hier nicht die Effekte der sozialen Erwünschtheit zu erkennen sind, da einige InterviewpartnerInnen auch in ihrer Freizeit regelmäßig Fast-Food Lokale aufsuchten oder eine Mahlzeit am Tag ausließen. Obwohl an Schultagen das Essen als strukturierter beschrieben und zu geregelten Uhrzeiten eingenommen wurde, entschieden sich die Jugendlichen auch hier für schnelle und meist ungesunde Lebensmittel, die sie an nahegelegenen Supermärkten oder Fast-Food-Ständen konsumierten. Dies entspricht auch anderen Forschungsergebnissen, die belegen, dass Jugendliche vitaminreichere Nahrung eher zu Hause aufnehmen, während ihre selbstständige Ernährung außerhalb des Elternhauses zuckerhaltiger und fettreicher ist und ungesundes Essverhalten wie Essen im Stehen oder Gehen häufiger auftritt (vgl. Laska et.al., 2015; S. 2135).

Den TeilnehmerInnen zufolge kann angenommen werden, dass ihre Ernährung erst mit Abschluss der Schule und dem Auszug aus dem elterlichen Haushalt größtenteils verselbstständigt wird und sie erst zu diesem Zeitpunkt beginnen, ihr Essen selbst zuzubereiten und nicht zwangsläufig Essen zu bestellen oder die Speisen auswärts zu beschaffen. Deutlich wird, dass trotz der Abneigungen, selbst zu kochen, bestimmte Sozialisationsprozesse wirken, die das Kochen zum Teil des Haushaltes und des Erwachsenwerdens machen. Die Erwartungen der Gesellschaft an die Individuen prägt somit

das Verhalten und die Vorstellungen, obwohl dies oftmals in den Interviews als Zwang beschrieben wurden. Weiters würden einige der GesprächspartnerInnen auch nach dem Auszug dennoch das Elternhaus aufsuchen, um dort bekocht zu werden. Somit bleiben die in der Familie ritualisierten Verhaltensweisen auch im späteren Leben ein Bestandteil der Ernährung.

Das Essen innerhalb der Peergruppe ist jedoch von der selbstständigen Ernährung und jener innerhalb der Familie zu unterscheiden. Besonders auffällig sind die wenig vorherrschenden Tischregeln innerhalb des Freundeskreises. Weiter werden Entscheidungen im Kollektiv getroffen, sodass gemeinsam darüber bestimmt wird, was gekocht oder wo gegessen wird. Anders als in der Familie ist das Essen in den meisten Fällen nicht der Hauptgrund für das Zusammentreffen der Anwesenden. Folglich wird die Situation zu Tisch gemeinsam begonnen und auch gemeinsam wieder aufgelöst, wohingegen der Familientisch von manchen InterviewpartnerInnen bereits frühzeitig verlassen und die Situation aktiv beendet wurde. Zudem konnte festgestellt werden, dass innerhalb der Peergruppe die körperlichen Wünsche und Ziele thematisiert wurden, wobei die Jugendlichen ihre Erfahrungen zu unterschiedlichen Ernährungsweisen austauschten und auch miteinander verglichen. Hier konnte darüberhinaus ein Konkurrenzkampf festgestellt werden, der das Ernährungsverhalten durch Diäten, kurzweilige aber auch langfristige Ernährungsumstellungen beeinflusst hat. In einigen Fällen war dabei die Ernährungsumstellung durch die Peergruppe mitbestimmt, wobei die Jugendlichen erzählten, eine Diät oder Ernährungsform erst ausprobiert zu haben, nach dem ihre FreundInnen dies getan hatten oder diese sie gar dazu aufgefordert hatten ebenfalls die Ernährung umzustellen. Ähnliche Ergebnisse konnten auch in einer Studie zum jugendlichen Ernährungsverhalten festgestellt werden, wo insbesondere der Peerkonkurrenzkampf als Hauptgrund für eine Ernährungsumstellung festgestellt wurde - verglichen zu anderen vermuteten Faktoren wie soziale Medien, Fernsehen und Werbungen (vgl. Ferguson et.al., 2018; S.9f.). Allerdings verdeutlichten die Interviews in dieser Arbeit, dass der Einfluss der Peergruppe lediglich temporär war, wenn sich die dahinterstehenden Motive auf die Gesundheit, Schlankheit oder Muskelaufbau bezogen. Anders war dies jedoch bei Jugendlichen die bereits einer bestimmten Ernährungsweise wie koscher, nachhaltig vegetarisch oder vegan folgten, wobei die FreundInnen die Intensität der restriktiven Ernährung mitbeeinflussten.

Zudem waren auch Gemeinsamkeiten zur Familie in der Peergruppe zu erkennen, unter anderem die Inklusion aller Mitglieder, wobei ein Mitglied ebenso viel Entscheidungsmacht hatte, wie das Kollektiv. So beschrieben die InterviewpartnerInnen, dass sich die Gruppe in vielen Fällen für ein Restaurant entschied, welches den Anforderungen des strengsten Mitglieds entsprach, sodass alle TeilnehmerInnen gleichermaßen an der Verzehrsituation beteiligt sein konnten. Beispielsweise wählten die Gruppen vegane oder streng koschere Lokale, um somit eine ganzheitlich integrierende Mahlzeit zu schaffen.

Diese Vergleiche verdeutlichten, dass das Verhalten der Jugendlichen wandelbar gestaltet und durch das Setting mitbeeinflusst wurde. Das Essen ist somit nicht nur sozial geprägt, auch die Situation des Essens kann als ein soziales Ereignis verstanden werden, in dem gemeinsame Rituale, Normen und Werte geteilt werden, die von den Anwesenden latent kommuniziert werden. Diese Prozesse sind jedoch so tief verankert, dass die Jugendlichen in mehreren Fällen erzählten, sich bis zum Zeitpunkt des Interviews nie mit den angesprochenen Themen auseinandergesetzt zu haben. Selbst Personen mit strengen Überzeugungen berichteten, nicht alle angesprochenen Bereiche des Interviews bis zu diesem Zeitpunkt reflektiert zu haben.

Interessanterweise wurde die Nutzung sozialer Medien von keiner bzw. keinem Befragten als ausschlaggebend für die Ernährung oder die Schönheitsideale betrachtet. Eher wurde das Internet als Informationsquelle genutzt und war somit in den meisten Fällen ein Beitrag zum Verzicht auf zuckerhaltige Lebensmittel und zu einem besseren Verständnis für den Mehrwert von frischem Obst und Gemüse. Gleichzeitig führte die Vielfalt an Informationen im Netz auch zu Verwirrung, was in einigen Fällen zu Verunsicherung der ‚richtigen‘ Ernährung führte. Besonders im Debriefing fragten einige Jugendliche, was denn genau eine gesunde Ernährung sei und ob ihre Diäten oder Vorstellungen von optimalem Essverhalten ihrem Alter entsprechend sind. Diese Unsicherheit konnte allerdings nur festgestellt werden, wenn die InterviewpartnerInnen bereits wenig Wissen durch die Familie vermittelt bekamen und dieses auch im Interview kaum oder nur oberflächlich wiedergeben konnten. So entstehen auch moralisch motivierte Ernährungsformen - den Gesprächen zur Folge – weniger durch vorgelebte Lebensstile in den sozialen Netzwerken, als eher durch das nahe Umfeld wie die Familie und die FreundInnen. Erst wenn bereits eine Initiation stattgefunden hatte, berichteten die Jugendlichen sich intensiver mit dieser Thematik online zu beschäftigen.

Anhand dieser Ergebnisse ließ sich die Manifestation sozialer Prozesse sowie individueller Eigenschaften im Ernährungsverhalten der teilnehmenden Jugendlichen erkennen. Es wurde ersichtlich, dass sowohl das Essen alleine als auch in der Gegenwart weiterer AkteurInnen, durch Habitualisierungen und Ritualisierungen geprägt war, die der Moral, den Normen und den Werten entsprangen und durch kulturelle, schulische und familiäre Sozialisation gestaltet wurden. Veränderungen der Ernährung sind dabei zum einen die Weiterentwicklung der Reflexionsprozesse und zum anderen auch die Fortführung vorgelebter Denkweisen. Dabei war sowohl die Handlung des Essens als auch die Situation in der sie stattfindet, sozial geprägt und je nach Beisein unterschiedlicher AkteurInnen auch in ihrer Ausführung variabel. Die meisten dieser Prozesse waren für die Jugendlichen Teil ihrer Normalität und somit tief in ihrem Alltagshandeln verwurzelt. Nichts desto trotz reflektierten sie diese Prozesse in manchen Fällen und passten ihre Ernährung an ihre Glaubenssätze an, die sich insbesondere in dieser Lebensphase weiterentwickeln.

Des Weiteren wird deutlich, dass auch den Speisen und Lebensmitteln eine besondere Bedeutung zugeschrieben wurde, die sowohl die Art des Verzehrs, als auch den Aufwand der Zubereitung und die Tischsituation gestaltete. Das Essen war folglich nicht nur Repräsentant des Lebensstils, der Glaubensrichtung und individueller Einstellung, wie es in der Literatur mehrfach beschrieben wurde, sondern ging darüber hinaus. Das Essen wurde zum Mittelpunkt der gemeinsamen Situation, wobei die individuell bestimmte Essbarkeit als Indiz für die Gemeinschaft diente, weshalb Speisen sowohl inkludierend als auch exkludierend wirken konnten.

Diese Forschungsarbeit ermöglicht den Einblick in die Denk- und Handlungsstrukturen der Jugendlichen aus ihrer eigenen Perspektive und beleuchtet dabei sowohl die reflektierten als auch die unreflektierten Aspekte ihrer Ernährung. Es entsteht ein ganzheitlicher Blick auf das Essverhalten der Jugendlichen und stellt ihre Zwischenposition der Abhängigkeit und Selbstständigkeit dar. Allerdings sind auch Limitationen in dieser Forschung vorhanden, denn trotz aller Bemühungen war keine Objektivität in Bezug auf die Analyse des Materials möglich, da die *Messinstrumente nicht unabhängig der von den Untersuchenden* anwendbar sind und somit *Subjektivität grundsätzlich involviert ist* (vgl, Helfferich; 2014; S. 683).

Zudem spielt in der Aussagekraft der Ergebnisse auch die soziale Erwünschtheit eine Rolle, wobei Jugendliche vermehrt ihre Ernährung nach gesunden und ungesunden Richtlinien beschrieben. Teilweise ist hier anzunehmen, dass der Verzehr gesunder Lebensmittel stärker betont wurde als die tatsächliche Häufigkeit der konsumierten ungesunden Speisen. Allerdings beeinflusste dies das eigentliche Forschungsinteresse nur im geringen Maße, da in erster Linie die Ernährung, die sozialen Verhaltensweisen und Handlungen, sowie die soziale Konstruktion des Essens im Fokus standen, die dennoch durch den Leitfaden erfragt werden konnten. Zudem kann mit Hilfe der angewandten Grounded Theory davon ausgegangen werden, dass der zyklische Arbeitsprozess die Wahrscheinlichkeit für Fehlinterpretationen reduzierte, da das Material permanent neu reflektiert werden musste (vgl. Müller; 2018; S. 165). Nichts desto trotz bleibt das Interview eine *gestaltete soziale Interaktion* (vgl. Hermanns; 2013; S.360). Folglich ist diese nicht vollständig natürlich, da sich die TeilnehmerInnen der Situation bewusst sind und sie als Interview verstehen, wodurch die *Offenheit der Äußerungsmöglichkeiten* eingeschränkt war (vgl. Helfferich; 2014; S 671).

Weiter war der Bildungsstand der Eltern, der in dieser Arbeit anhand des Kurzfragebogen erhoben wurde, nur wenig aussagekräftig für die Ernährung, den Wissenstand oder die Motive der jugendlichen Ernährung. Allerdings war dies auch das Ergebnis einer Studie, die den Zusammenhang zwischen der Bildung, dem sozioökonomischen Status, der Ernährung und Bewegung bei Jugendlichen erforschte, jedoch keine signifikanten Ergebnisse für diese Hypothese aufweisen konnte (vgl. Hasenegger; 2018; S. 11). Eher deuten die Ergebnisse dieser Arbeit auf den Einfluss der elterlichen Überzeugungen und ritualisierten Handlungen hin, die sich im Essverhalten der InterviewpartnerInnen widerspiegeln. In einer Weiterführung der bisherigen Forschungsarbeit wäre in einem zukünftigen Schritt die Untersuchung der gesamten Familie zur vollständigen Betrachtung des jugendlichen Ernährungsverhaltens zu erwägen, wobei die Effekte des gemeinsamen Haushaltes weiter erforscht werden könnten. Zudem waren die InterviewpartnerInnen allesamt normalgewichtig, interessant wäre daher die Betrachtung übergewichtiger sowie untergewichtiger Jugendlicher, um so die Vergleichbarkeit der Einstellungen und Motive zu erhöhen. Um mehr über das Sozialverhalten beim Essen und die Situation bei Tisch in Erfahrung zu bringen, wäre auch die Erweiterung der Interviews mit Hilfe von Beobachtungen denkbar, wodurch auch die Settingabhängigkeit genauer erforscht werden könnte.

## 8. Literaturverzeichnis

- Abels, H. (2009): *Einführung in die Soziologie. Die Individuen in ihrer Gesellschaft*; Band 2; Abel, H. & Fuchs-Heinritz, W. (Hrsg.); 4. Aufl.; Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften; S.15-53
- Albarello, F.; Crocetti, E.; Rubini, M. (2018): I and Us: A Longitudinal Study on the Interplay of Personal and Social Identity in Adolescence. In: *Journal Youth and Adolescence*; 47; S. 689-702
- Albert, G. (2009): Weber-Paradigma. In: Kneer, G. & Schroer, M. (Hrsg.): *Handbuch Soziologische Theorien*. 1.Aufl; Wiesbaden: Springer VS.; 517-555
- Albuquerque, P.; Brucks, M.; Campbell, M. C.; Chan, K.; Maimaran, M.; McAlister, A. R.; Nicklaus, S. (2018): Persuading children: A framework for understanding long-lasting influences on children's food choices. In: *Customer Needs and Solutions*; 5(1-2); S. 38-50
- Almeida Mota Ramalho, J.; Lachal, J.; Bucher-Maluschke, J.S.N.F.; Moro, M-R. & Revah-Levy, A. (2016): A qualitative study of the role of food in family relationships: An insight into the families of Brazilian obese adolescents using photo elicitation. In: *ScienceDirect*; 96; S. 539-545
- Almenara, C.A.; Machackova, H.; Smahel, D. (2019): Sociodemographic, Attitudinal, and Behavioral Correlates of Using Nutrition, weight Loss, and Fitness Websites: An Online Survey. In: *Journal of Medical Internet research*; 21 (4); S. 1-9
- Ardelt-Gattinger, E.; Ring-Dimitriou, S.; Hofmann, J.; Paulmichl, K. (2016): Geschlechterunterschiede bei psychologischen, ernährungs- und sportwissenschaftlichen Einflussfaktoren auf Adipositas/Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen in Österreich. In: *Wiener Medizinische Wochenschrift*; 166; S. 111-116
- Bann, D.; Johnson, W.; Li, L.; Kuh, D.; Hardy, R. (2018): Socioeconomic inequalities in childhood and adolescent body-mass index, weight, and height from 1953 to 2015: an analysis of four longitudinal, observational, British birth cohort studies. In: *The Lancet Public Health*; 3(4); S. 194-203
- Bányai, F.; Zsila, Á.; Király, O.; Maraz, A.; Elekes, Z.; Griffiths, M. D.,; Andreasson, C. S.; Demetrovics, Z. (2017): Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. In: *PLoS One*; 12(1); S. 1-13
- Barlösius, E. (1993): Anthropologische Perspektive einer Kultursoziologie des Essens und Trinkens. In: Wierlacher, A.; Neumann, G.; Teuteberg, H.J. (Hrsg.): *Kulturthema Essen. Ansichten und Problemfelder*; Band 1; Berlin: Akademie Verlag; S. 85-103
- Barlösius, E. (2014): *Dick sein. Wenn der Körper das Verhältnis zur Gesellschaft bestimmt*. Frankfurt: Campus Verlag; S. 142-193

Barlösius, E. (2016): *Soziologie des Essens. Eine sozial- und kulturwissenschaftliche Einführung in die Ernährungsforschung*; Diewald, M. & Hurrlemann, K. (Hrsg.); 3.Aufl.; Weinheim: Beltz Juventa; S. 45-289f.

Belasco, W. (1997): *Food, Morality, and Social Reform*. In: Brandt, A. M.; Rozin, P. (Hrsg.): *Morality and Health*. New York: Routledge; S. 185-200

Berger, P. & Luckmann; T. (1971): *Die Gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit. Eine Theorie der Wissenssoziologie. Conditio Humana. Ergebnisse aus den Wissenschaften vom Menschen*; 2. Aufl.; Frankfurt am Main: Fischer S. Verlag; S. 123 – 145

Bischof, A. & Wohlrab-Sahr, M. (2018): Theorieorientiertes Kodieren, kein Containern von Inhalten! Methodologische Überlegungen am Beispiel jugendlicher Facebook-Nutzung. In: Pentzolf, C.; Bischof, A.; Heise, N. (Hrsg.): *Praxis Grounded Theory. Theoriegenerierendes empirisches Forschen in medienbezogenen Lebenswelten. Ein Lehr- und Arbeitsbuch*. Wiesbaden: Springer VS; S.73-104

Blasi, A. (2000): Was sollte als moralisches Verhalten gelten? Das Wesen der ‚frühen Moral‘ in der kindlichen Entwicklung. In: *Moral im sozialen Kontext*; Nunner-Winkler, G. & Edelstein, W. (Hrsg.); 1.Aufl.; Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag; S. 116-149

Bourdieu, P. (2018): *Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft*; Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft; 26.Aufl.; S.17- 584

Bourdieu, P. (2001): *Meditationen. Zur Kritik der scholarischen Vernunft*. Bielefeld: Suhrkamp Verlag; S. 174-180

Brombach, C. (2011): Soziale Dimensionen des Ernährungsverhaltens. Ernährungssoziologische Forschung. In: *Ernährung Umschau.*; 6; S. 318-324

Brombach, C. (2017): Meals and Eating Practices within a Multi-generational Approach: A Qualitative Insight Study. In: *International Journal of Clinical Nutrition & Dietetics*; 3; 122-128

Bude, H. (2013): Die Kunst der Interpretation. In: Flick; U.; von Kardorff, E. & Streinke, I.: *Qualitative Forschung. Ein Handbuch*. Hamburg: Roworth Taschenbuch Verlag; S. 569-577

Castro, I. A.; Williams, C. B.; Madanat, H.; Pickrel, J. L.; Jun, H. J.; Zive, M.; Gahagan, S.; Ayala, G. X. (2016). Food ordering for children in restaurants: multiple sources of influence on decision making. In: *Public health nutrition*; 19(13); S. 2404-2411

Coveney, J. (2004): A qualitative study exploring socio-economic differences in parental lay knowledge of food and health: implications for public health nutrition. In: *Public Health Nutrition*; 8(3); S.290-297

Cruwys, T., Bevelander, K. E., & Hermans, R. C. J. (2014). Social modeling of eating: A review of when and why social influence affects food intake and choice. *Appetite*, 86, 3-18

- Currie, C.; Molcho, M.; Boyce, W.; Holstein, B.; Torsheim, T.; Richter, M. (2008): Researching health inequalities in adolescents: the development of the Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) family affluence scale. In: *Social science & medicine*; 66(6); S. 1429-1436
- Ducki, A. & Greiner, B. (1992): Gesundheit als Entwicklung von Handlungsfähigkeit – Ein „arbeitspsychologischer Baustein“ zu einem allgemeinen Gesundheitsmodell. In: *Zeitschrift für Arbeit- und Organisationspsychologie*; 36(4); S. 184-189
- Dorner, T. (2012): Übergewicht und Adipositas. In: 2. *Wiener Kindergesundheitsbericht*. S. 143f.
- Featherstone, M. (1991): The Body in Consumer Culture. In: Featherstone, M.; Hepworth, M.; Turner, B.S. (Hrsg.): *The Body. Social Process and Cultural Theory*; London: SAGE; S. 170-197
- Ferber, C. (1980): Ernährungsgewohnheiten: Zur Soziologie der Ernährung. In: *Zeitschrift für Soziologie*; Stuttgart: F. Enke Verlag; 9(3); S. 221-235
- Ferguson, C. J.; Muñoz, M. E.; Garza, A.; Galindo, M. (2014): Concurrent and prospective analyses of peer, television and social media influences on body dissatisfaction, eating disorder symptoms and life satisfaction in adolescent girls. In: *Journal of youth and adolescence*; 43(1); S. 1-14
- Gerhards, J. & Rössel, J. (2003): Das Ernährungsverhalten Jugendlicher im Kontext ihrer Lebensstile. Eine empirische Studie. *Forschung und Praxis für Gesundheitsförderung*; BZgA; Band 20; S. 4-120
- Gerhards, J.; Rössel, J. & Beckert-Zieglschmid, C. (2004): Sozialstruktur, Lebensstile und gesunde Ernährung von Jugendlichen. In: *Soziologie*; 33(2); S. 60-66
- Gerhardt, U. (1986): Verstehende Strukturanalyse: Die Konstruktion von Idealtypen als Analyseschritt bei der Auswertung qualitativer Forschungsmaterialien. In Hans-Georg Soeffner (Hrsg.), *Sozialstruktur und Soziale Typik*; Frankfurt am Main: Campus; S.31-83
- Germov, J. & Williams, L. (2008): Exploring the Social Appetite: A Sociology of Food and Nutrition. In: Germov, J & Williams, L. (Hrsg.): *The Sociology of Food and Nutrition. The Social Appetite*; 3. Aufl.; Victoria: Oxford University Press; S. 3-25
- Glaser, B. G. & Strauss, A. L. (1998): Grounded Theory. Strategien qualitativer Forschung; Hans Huber (Hrsg.); 3. Auflage; Göttingen: Huber Verlag; S. 68-69f.
- Griebler, R.; Winkler, P.; Gaiswinkler, S.; Delcour, J.; Juraszovich, B.; Nowotny, M.; Pochobradsky, E.; Schleicher, B.; Schmutterer, I. (2017): Österreichischer Gesundheitsbericht 2016; Bundesministerium für Gesundheit und Frauen; S. 5-80
- Grob, A. (2007): Jugendalter. In: Hasselhorn, M. & Schneider, W. (Hrsg.): *Handbuch der Entwicklungspsychologie*; Band 7; Göttingen: Hogrefe Verlag; S. 187-196

Habermas, J. (2000): Richtigkeit versus Wahrheit. Zum Sinn der Sollgeltung moralischer Urteile und Normen. In: *Moral im sozialen Kontext*; Nunner-Winkler, G. & Edelstein, W. (Hrsg.); 1.Aufl.; Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag; S. 35-55

Hasenegger, V.; Rust, P.; König, J.; Purtscher, A.E., Erler, J.; Ekmeksioglu, C. (2018): Main Sources, Socio-Demographic and Anthropometric Correlates of Salt Intake in Austria. In: *Nutrients*; 10(311); S. 1-15

Helfferich, C. (2009): die Qualität quantitativer Daten. Manual für die Durchführung qualitativer Interviews. 3. Aufl.; Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften; S.41f.

Helfferich, C. (2014): Leitfaden- und Experteninterview. In: Baur, N. & Blasius, J. (Hrsg.): *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung*; 2. Aufl.; Wiesbaden: Springer VS; S. 669-688

Hermanns, H. (2013): Interviewen als Tätigkeit. In: Flick; U.; von Kardorff, E. & Streinke, I.: *Qualitative Forschung. Ein Handbuch*. Hamburg: Roworth Taschenbuch Verlag; S.360 – 368

Hirschfelder, G. & Pollmer, P. (2018): Ernährung und Esskultur: Kulturwissenschaftliche Perspektiven. In: *Aktuelle Ernährungsmedizin*; 43(1); S. 41-55

Hirschfelder, G. & Wittmann, B. (2015): Was der Mensch essen darf; In: Hirschfelder, G. Ploeger, A.; Rückert-John, J.; Schönberger, G. (Hrsg.): *Was der Mensch essen darf. Ökonomischer Zwang, ökologisches Gewissen und globale Konflikte*; Wiesbaden: Springer Fachmedien; S. 1-16

Höld, E.; Winkler, C.; Kidritsch, A.; Rust, P. (2018): Health related behavior of young people not in employment, education or training (NEET) living in Austria. In: *Ernahrungs Umschau*; 65(7); S. 112-119

Hopf, C. (2013): Qualitative Interviews. Ein Überblick. In: Flick, U.; von Kardoff, E.; Steinke, I. (Hrsg.): *Qualitative Forschung. Ein Handbuch*; 10. Aufl.; Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag; S. 349-359

Jerusalem, M. & Hopf, D. (2002): Selbstwirksamkeit und Motivationsprozesse in Bildungsinstitutionen. In: *Zeitschrift für Pädagogik*; Weinheim:Beltz; 44; S. 28-53

Julián, C.; Mouratidou, T.; Vicente-Rodriguez, G.; Gracia-Marco, L.; Valtueña, J.; González-Gross, M.; Ferrari, M.; Gottrand, F.; Manios, Y.; de la O, A.; Widhalm, K.; Molnár, D.; Kafatos, A.; Sjöström, M.; Kersting, M.; Gunter, J.M.; De Henauw, S.; Moreno, L. A.; Huybrechts, I. (2017): Dietary sources and sociodemographic and lifestyle factors affecting vitamin D and calcium intakes in European adolescents: the Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence (HELENA) Study. In: *Public health nutrition*, 20(9), 1593-1601

Kähkönen, K. (2018): Sensory-based food education in early childhood education and care, willingness to choose and eat fruit and vegetables, and the moderating role of maternal education and food neophobia. *Cambridge University Press*; S.1-27

Kleck; J.; Rapp, K. Ulmer, H.; Concin, H.; Nagel, G. (2014): Changes of Body Mass Index in Relation to Mortality: Results of a Cohort of 42,099 Adults. In: *PLOS ONE*; 9 (1): S. 1-8

Kleinspehn; T. (1993): Sprechen – Schauen – Essen. Formen des öffentlichen Diskurses über das Essen in Deutschland und ihre verborgenen Zusammenhänge. In: Wierlacher, A.; Neumann, G.; Teuteberg, H.J. (Hrsg.): *Kulturthema Essen. Ansichten und Problemfelder*; Band 1; Berlin: Akademie Verlag; S. 257-269

Kowal; S. & O’Connell; D. C. (2013): Zur Transkription von Gesprächen. In: Flick; U.; von Kardorff, E. & Streinke, I.: *Qualitative Forschung. Ein Handbuch*. Hamburg: Roworth Taschenbuch Verlag; S. 437-456

Kranzler, E.C. & Bleakley, A. (2019): Youth Social Media Use and Health Outcomes: #diggingdeeper. In: *Journal of Adolescent Health*; 64; 141-142

Kraus, A. (2017): Kinder und Jugendliche in der wissenschaftlichen Forschung: Einführung. In: Kraus, A.; Budde, J.; Hietzge, M. & Wulf, C.(Hrsg.): *Handbuch Schweigendes Wissen: erziehung, Bildung, Sozialisation und Lernen*. Weinheim: Verlagsgruppe Beltz; S. 392-400

Krause, L.; Anding, C. Kamtsiuris & KiGGS Study Group (2016): Ernährung, Bewegung und Substanzkonsum von Kindern und Jugendlichen. Repräsentative Ergebnisse des Landesmoduls Thüringen in KiGGS Welle 1; In: *Bundesgesundheitsblatt*; 59; S. 1005-1016

Krotz, F. (2018): Grounded Theory als integrierte Folge von Einzelfallstudien. Besonderheiten eines Forschungsverfahrens. In: Pentzolf, C.; Bischof, A.; Heise, N. (Hrsg.): *Praxis Grounded Theory. Theoriegenerierendes empirisches Forschen in medienbezogenen Lebenswelten. Ein Lehr- und Arbeitsbuch*. Wiesbaden: Springer VS; S. 53-72

Krug, S.; Finger, J.D.; Lange, C.; Richter, A. & Mensink, G.B.M. (2018): Sport- und Ernährungsverhalten bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends. In: *Journal of Health Monitoring*; 3 (2); S. 3- 22

Laska, M.N.; Hearst, M.O.; Lust; K.; Lytle, L & Story, M. (2015): How we eat what we eat: Identifying meal routines and practices most strongly associated with healthy and unhealthy dietary factors among young adults. In: *Public Health Nutrition*; 18(12); S. 2135-2145

Lemke, H. (2014): Ist Moral käuflich? In: *Über das Essen. Philosophische Erkundungen*; München: Wilhelm Fink Verlag; S. 31-43

Littig, B.; Pollak, J.; Grand, P.; Leitner, A.; Segert, A.; Vogtenhuber, S.; Wagner, E. (2016): European Social Survey-Welle 7. Tabellenband Österreich. S. 66-68

Linke, C. & Schlote, I. (2018): Medienalltag verstehen. Auswertungsstrategien der Grounded Theory und der Heuristischen Sozialforschung für multi-methodische Analysen der Medienkommunikation in alltäglichen Lebenswelten. In: Scheu, A. (Hrsg.): *Auswertung qualitativer Daten. Strategien, Verfahren und Methoden der Interpretation nicht-standardisierter Daten in der Kommunikationswissenschaft*. Wiesbaden: Springer VS; S.69-80

Lippke, S, & Renneberg, B. (2006): Konzepte von Gesundheit und Krankheit; In: *Gesundheitspsychologie*; Berlin, Heidelberg: Springer VS; S. 7-12.

Luhmann, N. (2008): *Die Moral der Gesellschaft*; Detlef Horster (Hrsg.); 1. Aufl.; Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag; S. 25-362

Mann-Luoma, R. Goldapp, C.; Khaschei, M.; Lamersm, L.; Milinski, B. (2002): Integrierte Ansätze zu Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung. Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen. In: *Bundesgesundheitsblatt-Gesundheitsforschung-Gesundheitsschutz*; 45; S. 952-959

Mayer, H.O. (2013): Qualitative Befragung – Das Leitfadenterviews. In: *Interview und schriftliche Befragung. Grundlagen und Methoden empirischer Sozialforschung*; 6. Aufl.; München: Oldenbourg Verlag; S. 37-57

Mennell, S.; Murcott, A.; Otterloo, A.H. (1992): Nutritional Trends. In: Mennell, S.; Murcott, Publications; S. 35-39

Müller, K. F. (2018): Theoretisches Kodieren von Interviewmaterial. Medienaneignung mit der Grounded Theory induktiv analysieren. In: Pentzolf, C.; Bischof, A.; Heise, N. (Hrsg.): *Praxis Grounded Theory. Theoriegenerierendes empirisches Forschen in medienbezogenen Lebenswelten. Ein Lehr- und Arbeitsbuch*. Wiesbaden: Springer VS; S. 149-169

Nunner-Winkler, G. (2000): Wandel in den Moralvorstellungen. Ein Generationenvergleich. In: *Moral im sozialen Kontext*; Nunner-Winkler, G. & Edelstein, W. (Hrsg.); 1.Aufl.; Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag; S. 299-337

Okan, O.; Pinheiro, P.; Zamora, P.; Bauer, U. (2015): Health literacy bei Kindern und Jugendlichen. In: *Bundesgesundheitsblatt-Gesundheitsforschung-Gesundheitsschutz*; 58(9); S. 930-941

Palm, A.; Hirschfelder, G.; Schönberger, G. (2011): Der Essalltag von morgen: Chancen, Risiken, Gestaltungsräume. In: Ploeger, A.; Hirschfelder, G.; Schönberger, G. (Hrsg): *Die Zukunft auf dem Tisch. Analysen, Trends und Perspektiven der Ernährung von morgen*; Wiesbaden: Springer VS; S. 407-422

Parvizy, S. & Ahmadi, F. (2009): A qualitative study on adolescence, health and family. In: *Mental health in family medicine*; 6(3); S. 163-173

Pérez-Rodrigo, C. & Aranceta, J. (2003): Nutrition education in schools: experiences and challenges. *European Journal of Clinical Nutrition*; 57(1); S. 82-85

Piaget, J. (1965): Moral Realism. In: *Theories of Society. Foundations of Modern Sociological Theory*; Parsons, T.; Shils, E.; Naegele, K.D.; Pitts; J.R. (Hrsg.); 1.Aufl.; London: Collier-Macmillian Limited; S. 835-838

Pöppelmeyer, C.; Helk, O.; Mehany, S.; Hauer, R.; Pachinger, O.; Widhalm, K. (2016): Die Wiener Präventionsstudie EDDY–Erste Ergebnisse. In: *Pädiatrie & Pädologie*; 51(3); S. 104-108

- Prahl, H.W. & Setzwein, M. (1999): Ernährung und soziale Norm. In: Prahl, H.W. & Setzwein, M. (Hrsg.): *Soziologie der Ernährung*. Opladen: Leske und Budrich. S. 89-121
- Reinders; H. (2012): Fragestellung qualitativer Jugendforschung. In: *Qualitative Interviews mit Jugendlichen führen. Ein Leitfaden*; 2. Aufl.; München: Oldenbourg Verlag; S. 61-78
- Reithmeier, S. (2013): *Warum wir mögen, was wir essen. Eine Studie zur Sozialisation der Ernährung*; Bielefeld: Trascript Verlag; S. 129-303
- Reznicek, E. (2012): Gesundheitsförderung in den städtischen Wiener Kindergärten. In: 2. *Wiener Kindergesundheitsbericht*. S. 291f.
- Riedel, M.; Röhring, G.; Gehrler, B. (2017): Soziale Ungleichheit und Gesundheit. In: *Soziale Sicherheit*; 4; S. 177- 192
- Saxena, A. (2017): The Impact of Nutrition on the Overall Quality of Life Adolescent Girls are Living Across the City of Kota. In: *International Journal of Life Sciences*; 1(1); S. 40-48
- Schienkiewitz, A.; Brettschneider, A. K.; Damerow, S. & Rosario, A. S. (2018): Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter in Deutschland–Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends; In: *Journal of Health Monitoring*; 3(1); S. 16-23
- Schnell, M.W. (2006): Die Unfasslichkeit der Gesundheit. In: *Pflege & Gesellschaft*; 11(4); S. 344-350
- Schuck, K. & Schneider, S. (2019): Entwicklung und Prävention von Essstörungen und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen. In: *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*; 67(1); S. 9-17
- Schmid, W. (2008): Ethik der Ernährung – Als Element der Lebenskunst in einer anderen Modern. In: Lemke, H. & Ogawa, T. (Hrsg.): *Essen - Wissen. Erkundungen zur Esskultur*; München: Iudicium Verlag; S. 15-31
- Simmel, G. (1930): *Philosophie des Geldes*; 5. veränderte Auflage; München & Leipzig: Verlag von Dunckner & Humblot; S. 3-4
- Spencer, R. A.; Rehman, L.; Kirk, S. F. (2015): Understanding gender norms, nutrition, and physical activity in adolescent girls: a scoping review. In: *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1); S.1-10
- Stehr, N. (2007): *Die Moralisierung der Märkte. Eine Gesellschaftstheorie*. Frankfurt am Main: Suhrkamp S. 232 f.
- Strübing, J. (2014): Grounded Theory und Theoretical Sampling. In: Baur, N. & Blasius, J. (Hrsg.): *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung*; 2. Aufl.; Wiesbaden: Springer VS; S. 525-544

Taylor, L. A.; Tan, A. X.; Coyle, C. E.; Ndumele, C.; Rogan, E.; Canavan, M.; Curry, L.A.; Bradley, E.H. (2016): Leveraging the Social Determinants of Health: What Works? In: *PLoS ONE*; 11 (8); S. 1-20

Teuteberg, H. J. (1993): Prolegomena zu einer Kulturpsychologie des Geschmacks. In: Wierlacher, A.; Neumann, G.; Teuteberg, H.J. (Hrsg.): *Kulturthema Essen. Ansichten und Problemfelder*; Band 1; Berlin: Akademie Verlag; S. 137

Torrent-Sellens, J.; Díaz-Chao, A.; Soler-Ramos, I.; Saigí-Rubió, F. (2016): Modelling and Predicting eHealth Usage in Europa: A Multidimensional Approach From a Online Survey of 13,000 European Union Internet Users. In: *Journal of Medical Internet Research*; 18(7); S. 1-18

Wangberg, S. C.; Sørensen, T.; Andreassen, H.K. (2015): Using the Internet to Support Exercise and Diet: A Stratified Norwegian Survey. In: *Medicine 2.0*; 4(2); S. 1-8

Waxenegger, A.; Mayerl, H.; Rásky, É.; Stolz, E.; Freidl, W. (2017): Die Bedeutung des Migrationshintergrunds für die Gesundheit. Ergebnisse der österreichischen Gesundheitsbefragung (ATHIS 2014). In: *Das Gesundheitswesen*; 81(2); S. 128-136

Witzel, A. (1985): Das problemzentrierte Interview. In: Jüttemann, G. (Hrsg.): *Qualitative Forschung in der Psychologie: Grundfragen, Verfahrensweisen, Anwendungsfelder*; Weinheim: Beltz; S. 227-255

Witzel, A. & Reiter, H. (2012): *The problem-centered Interview*; 1. Aufl.; London: SAGE Publications; S. 24-118

Wolff, S. (2003): Wege ins Feld und ihre Varianten. In: Flick, U.; von Kardorff, E & Steinke, I. (Hrsg.): *Qualitative Forschung. Ein Handbuch*; 2. Aufl.; Reinbek: Rowohlt; S. 334–349

Zaynel, N. (2018): Prozessorientierte Auswertung von qualitativen Interviews mit Atlas.ti und der Grounded Theory. In: Scheu, A. (Hrsg.): *Auswertung qualitativer Daten. Strategien, Verfahren und Methoden der Interpretation nicht-standardisierter Daten in der Kommunikationswissenschaft*. Wiesbaden: Springer VS; S. 59-68

Zolghadr, R.; Shojaeizadeh, D.; Sadeghi, R.; Majlesi, F.; NejadSadeghi, E. (2019): Effective Factors of the Healthy Nutritional Behavior Based on the Application of Social Cognitive Theory among 13-15-Year-Old Students. In: *International Journal of Pediatrics*; 7(3); S. 9115-9123

## 9. Anhang

### 9.1 TeilnehmerInneninformation & Einwilligungserklärung

Sehr geehrte/r Interviewteilnehmer/in!

Herzlichen Dank für die Bereitschaft für ein Einzelinterview zum Thema: „Ernährung im Alltag von Jugendlichen“

#### **Kurzinformation über die Forschungsarbeit:**

##### **Der Zweck der Studie ist:**

Besseres Verständnis der Ernährung im Alltag von Jugendlichen (zwischen 14 und 17 Jahre) bezüglich: Muster, Relevanzsysteme, Vorlieben, Determinanten.  
Abbildung unterschiedlicher Ernährungsformen von Jugendlichen

##### **Zwecke der Datenerhebung und Verarbeitung:**

Wissenschaftliche Analyse zur Beantwortung der Forschungsfrage im Rahmen der Abschlussarbeit

##### **Welche Daten werden gespeichert? ...**

Indirekt personenbezogene Audiodateien, anonymisierte Transkripte, Memos, Postskripte

##### **Wie lange werden die Daten gespeichert?**

10 Jahre - im Rahmen der wissenschaftlichen Abschlussarbeit

##### **Wer hat Zugriff auf die Daten?**

Der/Die Forschende hat Zugriff auf: indirekt personenbezogene Audiodateien, anonymisierte Transkripte, Postskripte und Memos

LeserInnen der Arbeit erhalten Zugriff auf: anonymisierten Transkripte, Auszüge der Postskripte und Memos.

Einige Ihrer Aussagen könnten in öffentlich zugänglichen Berichten (anonym – d.h. ohne Nennung von Namen) zitiert werden.

##### **Widerruflichkeit erteilter Einwilligungserklärungen**

Wenn Sie eine Einwilligung erteilt haben, Ihre personenbezogenen Daten zu verarbeiten, haben Sie das Recht, die erteilte Einwilligung jederzeit mit Wirkung für die Zukunft zu widerrufen.

##### **Zusätzlich haben Sie folgende Rechte**

- Recht auf Auskunft über die betreffenden personenbezogenen Daten
- Recht auf Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung
- Recht auf Datenübertragbarkeit und Widerruf

Diese Rechte können Sie beim/ bei der verantwortlichen Forscher/in **Deborah Drgac** geltend machen: [deborah.i.drgac@gmail.com](mailto:deborah.i.drgac@gmail.com)

Außerdem besteht das Recht auf Beschwerde bei der österreichischen Datenschutzbehörde, Wickenburggasse 8, 1080 Wien, Telefon: +43 1 52 152 0, E-Mail: dsb@dsb.gv.at.

### **Einwilligungserklärung**

Name der/des TeilnehmerIn Druckbuchstaben:

.....

Ich habe dieses Informationsschreiben gelesen und verstanden. Alle meine Fragen wurden beantwortet und ich habe zurzeit keine weiteren Fragen mehr.

Mit meiner persönlich datierten Unterschrift gebe ich hiermit freiwillig mein Einverständnis zur Teilnahme an einem Interview.

Ich weiß, dass ich diese Einwilligung jederzeit und ohne Angabe von Gründen widerrufen kann.

Eine Kopie dieser Teilnehmerinformation und Einwilligungserklärung habe ich erhalten. Das Original verbleibt beim/bei der Forscher/in

.....

(Datum und Unterschrift der/des Teilnehmerin/Teilnehmers)

.....

(Datum und Unterschrift der/des Forscherin/Forschers))

## 9.2 Informationsblatt zur Rekrutierung

An alle InteressentInnen,

Mein Name ist Deborah Drgac - ich studiere Soziologie an der Universität Wien und schreibe gerade meine Masterarbeit über die Ernährung von Jugendlichen in Wien.

### **Worum geht's?**

Ich will herausfinden:

- Wie ernährt ihr Euch?
- Was mögt Ihr?
- Was esst ihr in der Schule, mit Freunden, der Familie oder zu bei besonderen Anlässen?

### **Was ist daran besonders?**

Anders als bei anderen Studien, bei denen Antworten nur angekreuzt werden, bekommt Ihr hier die Gelegenheit in einem persönlichen Gespräch gehört zu werden und es so zu erzählen, wie es für Euch wirklich ist!

### **Wie alt muss ich sein?**

Zwischen 14 und 17 Jahren

### **Wie lange dauert das?**

Je nachdem wie viel ihr mir erzählen wollt, aber ca. 30-60min.

### **Wo ist das?**

Zeit und Ort bestimmt Ihr!

### **Lust mitzumachen?**

Schreib mir (Whatsapp, SMS oder e-mail) oder ruf an:

Tel: 0699 / 18125433      Email: [deborah.i.drgac@gmail.com](mailto:deborah.i.drgac@gmail.com)

### **Ich freue mich auf ein Gespräch mit Dir!**

Deborah Drgac, BA.

### 9.3 Leitfaden

#### Briefing:

Hallo, mein Name ist Deborah Drgac und ich studiere Soziologie an der Uni Wien. Ich schreibe zurzeit meine Masterarbeit über die Ernährung von Jugendlichen. Die meisten Studien, die sich bereits mit dieser Thematik befasst haben, forschen mit Fragebögen, bei denen Antworten angekreuzt werden. Ich versuche aber einen tieferen Einblick zu bekommen und möchte Dich und andere Personen in deinem Alter persönlich treffen und Euch die Gelegenheit geben, selbst von Deinem Alltag zu erzählen, was ihr gerne esst und wie ihr Eure Mahlzeiten verbringt. Es gibt keine richtigen und falschen Antworten, alles was Dir wichtig oder interessant erscheint, ist auch interessant für mich.

Wenn Du damit einverstanden bist, würde ich mir Notizen machen und währenddessen das Tonband laufen lassen. Die Tonbandaufzeichnungen werden später verschriftlicht und erscheinen auch in der späteren Arbeit, aber ohne Deinen echten Namen. Das Gespräch und alles, was du mir erzählst, ist absolut vertraulich und bleibt anonym. Ist das so in Ordnung für Dich?

Bevor wir starten, würde ich Dich bitten, die Einverständniserklärung in Ruhe durchzulesen. Mit Deiner Unterschrift stimmst Du der wissenschaftlichen Analyse der Tonbandaufzeichnungen und Notizen zu, die im Laufe des Gespräches entstehen. Aber wie gesagt – Dein Name wird nicht genannt, nicht einmal ich werde später wissen, von wem die Aufzeichnungen stammen. Du kannst aber jederzeit diese Einwilligung widerrufen.

Gibt es vorab sonst etwas, worüber Du noch kurz sprechen möchtest – Fragen an mich, etwas was Dich schon beschäftigt hat, Themen die wir eventuell auslassen sollen oder ähnliches? Wenn Dir jetzt nichts einfällt, können wir auch später noch darauf zurückkommen. Wir können natürlich jederzeit eine Pause einlegen oder das Gespräch beenden, wenn Du das möchtest.

#### • Gesprächseröffnung:

Wie gesagt ist es mein Anliegen, mehr über die Ernährung von Jugendlichen zu erfahren - erzähl mir einfach mal, was Du gerne isst und wie Du Deine Ernährung insgesamt beschreiben würdest.

### Erzählgenerierende Fragen:

Was ist gesunde Ernährung für Dich?

Gibt es Dinge, die Du aus Überzeugung nicht isst? (...nicht, weil sie Dir nicht schmecken)

Gibt es etwas, worauf Du beim Essen besonders achtest?

### • Gesprächsimmanentes Nachfragen:

Wenn du einen normalen Tag beschreibst, was isst du für Gewöhnlich zum Frühstück Mittag- und Abendessen? (Gerhards & Rössel; 2003; S. 38).

Wie verlaufen Deine Mahlzeiten, also Frühstück, Mittag-, Abendessen und Jausen bzw. Snacks an einem gewöhnlichen Tag?

Wie verläuft ein feierliches Essen mit Deiner Familie?

Wie ist es, wenn Du mit Freunden isst?

„Wie glaubst Du wäre Deine Ernährung, wenn du nicht mehr in die Schule gehen würdest?“

„... und wie glaubst Du wäre es, wenn du nicht mehr zu Hause wohnen würdest?“

„Woher weißt Du alles was du über Ernährung weißt?“

### • Gesprächsexmanentes Nachfragen

*(erste Interpretationsversuche diskursiv mit den gesagten Inhalten verbinden: Verknüpfungen suchen und diskutieren) (vgl. Witzel; 2000).*

Mirroring (Rückspiegeln): „So wie ich das verstanden habe ...“

Comprehension Questions (Verständnisfrage): „Du hast soeben über ... gesprochen, das habe ich nicht ganz verstanden“

Confrontation (Konfrontation): Ungereimtheiten oder Widersprüche aufklären

### Debriefing (Abschluss):

Möchtest Du noch etwas hinzufügen oder hast Du das Gefühl, dass etwas ausgelassen wurde?

Wie war das Gespräch für Dich?

Was hat Dich dazu bewegt, an dieser Forschung teilzunehmen?

Hast Du vielleicht noch Fragen an mich?

Kennst Du vielleicht noch weitere Personen in deinem Alter, die bereits wären, sich für ein solches Gespräch zu treffen?

Im Anschluss würde ich Dich noch bitten, einen kurzen Fragebogen zu beantworten.

Für mich war es ein sehr interessantes Gespräch - ich konnte viel Neues erfahren, vielen Dank dafür!

## 9.4 Fragebogen

Geschlecht: Männlich      Weiblich      Andere

Staatsangehörigkeit Österreich: Ja      Nein

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Schultyp:

Neue Mittelschule

AHS

BHS

HTL

HAK

HLW

BMS

Berufsschule

Polytechnische Schule

Schule: \_\_\_\_\_

Schulklasse: \_\_\_\_\_

Höchster abgeschlossener Bildungsstand:

Mutter: \_\_\_\_\_

Vater: \_\_\_\_\_

Stiefvater / Mutter: \_\_\_\_\_

*oder*

Erziehungsberechtigte(r): \_\_\_\_\_

Berufstätigkeit Mutter    Vollzeit    Teilzeit    geringfügig

Berufstätigkeit Vater    Vollzeit    Teilzeit    geringfügig

*oder*

Berufstätigkeit Erziehungsberechtigte(r)    Vollzeit    Teilzeit    geringfügig

Beruf Mutter: \_\_\_\_\_

Beruf Vater: \_\_\_\_\_

*Oder*

Stiefvater / Mutter: \_\_\_\_\_

Beruf Erziehungsberechtigte(r): \_\_\_\_\_