



universität
wien

DIPLOMARBEIT / DIPLOMA THESIS

Titel der Diplomarbeit / Title of the Diploma Thesis

**Vorstellungen zum Thema „Ernährung“ von
SchülerInnen im Alter von 13-15 Jahren**

Ergebnisse einer Studie im Rahmen des EU-Projektes BigPicnic

verfasst von / submitted by

Cornelia Heider

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Magistra der Naturwissenschaften (Mag.rer.nat.)

Wien, 2020 / Vienna, 2020

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

UA 190 445 299

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

Lehramtsstudium UniStG
UF Biologie und Umweltkunde UniStG
UF Psychologie und Philosophie UniStG

Betreut von / Supervisor:

ao. Univ.-Prof. Dr. Michael Kiehn

Danksagung

Während der Zeit, die diese Diplomarbeit vom ersten Vorbereitungsgespräch bis zu ihrer Vollendung gebraucht hat, aber auch während meiner gesamten Studienzeit, wurde mir von vielen Seiten Unterstützung zuteil, für die ich mich hiermit bei allen Beteiligten bedanken möchte.

Allen voran gilt der Dank meinem Betreuer Dr. Michael Kiehn für die Idee zum Thema dieser Diplomarbeit und die Unterstützung während des gesamten Entstehungsprozesses. Des Weiteren möchte ich mich bei jenen SchülerInnen der NMS Sacre Coeur bedanken, die mir für die Datengewinnung zur Verfügung standen. Großer Dank gilt natürlich auch dem Klassenvorstand und der Direktorin, welche mir nicht nur die Erlaubnis gaben, mit ihren SchülerInnen zusammenzuarbeiten, sondern auch wertvolle Unterrichtszeit zur Verfügung gestellt haben, damit ich mit den SchülerInnen die Daten, welche als Grundlage für diese Diplomarbeit gedient haben, erarbeiten konnte.

Meinen Eltern, v.a. meiner Mutter, möchte ich für ihre allumfassende Unterstützung während meiner gesamten Studienzeit danken. Des Weiteren danke ich Eva Gasser, sowie Christine Moravec und Nel Nowak, ohne deren Hilfe ich erst gar nicht so weit gekommen wäre.

Bedanken möchte ich mich auch bei Philipp Leonhardsberger, der mir geholfen hat, den Fokus wieder auf das Wesentliche zu lenken, wenn es nötig war, und mich motiviert hat, wenn ich nicht mehr weiterwusste.

Ohne meine StudienkollegInnen, besonders Nadine Pichler und Nina Steinhögl, wäre der Abschluss meines Studiums ebenfalls nicht möglich gewesen. Danke für alles, was wir in den letzten Jahren gemeinsam erlebt und durchlebt haben!

Zu guter Letzt möchte ich noch all jenen danken, die hier aus platztechnischen Gründen nicht erwähnt werden können, mir jedoch auf die eine oder andere Weise geholfen haben, dass mein Studium und diese Diplomarbeit gelingen. Vielen Dank für alles!

Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre eidesstattlich, dass ich diese Diplomarbeit selbständig angefertigt, keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt und alle aus ungedruckten Quellen, gedruckter Literatur oder aus dem Internet im Wortlaut oder im wesentlichen Inhalt übernommenen Formulierungen und Konzepte gemäß den Richtlinien wissenschaftlicher Arbeiten zitiert, durch Fußnoten gekennzeichnet bzw. mit genauer Quellenangabe kenntlich gemacht habe.

Wien, 09. Jänner 2020
Ort, Datum

Conrad Deder
Unterschrift der Verfasserin

INHALT

1	EINLEITUNG	1
2	DAS BIGPICNIC PROJEKT	4
2.1	DAS ERSTE BIGPICNIC-PARTNERMEETING IM JUNI 2016	6
2.2	DAS ZWEITE BIGPICNIC-PARTNERMEETING	10
2.3	DAS DRITTE BIGPICNIC-PARTNERMEETING	10
2.4	BIGPICNIC IN ÖSTERREICH	11
2.4.1	„Boden – darauf stehen wir“	12
2.4.2	Hängegarten-, Hochbeetprojekt und Ernteworkshop inkl. Fotostory	13
2.4.3	Smoothie-Workshop	15
2.4.4	Weitere Projekte des BigPicnic	16
3	LEHRPLAN DER 4. KLASSE NMS, UNTERRICHTSFACH BIOLOGIE	19
4	FORSCHUNGSFRAGEN UND FORSCHUNGSPROZESS	27
4.1	DIE HAUPTHYPOTHESE	28
4.2	DIE TEILHYPOTHESEN ALS GRUNDLAGE FÜR DEN FRAGEBOGEN	29
4.3	DIE TEILHYPOTHESEN ALS GRUNDLAGE FÜR DEN INTERVIEWLEITFADEN	32
4.4	AUSWAHL DER INTERVIEWPARTNERINNEN	36
5	MATERIAL UND METHODEN	38
5.1	QUANTITATIVE METHODEN – DER FRAGEBOGEN	38
5.1.2	Erstellung des Fragebogens	39
5.2	QUALITATIVE METHODEN – DAS INTERVIEW	45
6	AUSWERTUNG, DATENANALYSE UND INTERPRETATION	47
6.1	QUANTITATIVE UND QUALITATIVE INHALTSANALYSE	47
6.2	ERSTE KATEGORIEN UND DEREN INTERPRETATION	50
6.3	ANTWORTEN ZU OFFENEN FRAGEN IM FRAGEBOGEN	53
6.4.	ANTWORTEN ZU GESCHLOSSENEN FRAGEN IM FRAGEBOGEN	65
6.4.1	1. Block – Allgemein	65
6.4.2	2. Block – Ernährungsbewusstsein	75
6.4.3	3. Block – Fachwissen	83
6.4.4	Zusammenfassung	92
6.5	AUSWERTUNG DER INTERVIEWS	93
6.5.1	Ernährungsverhalten und Bedeutung der Mahlzeiten	94
6.5.2	Wissen zum Thema Ernährung	96
6.5.3	Ernährungspyramidenvergleich – „eigene Ernährung“/„gesunde Ernährung“	100
6.5.4	Einkaufsverhalten	101
6.5.5	Zukunfts- und -ansichten	101
6.5.6	Zusammenfassung	102
7.	CONCLUSIO	104
8	ANHANG	107
8.1	MINDMAP	107
8.2	FRAGEBOGEN BLANKO	108
8.3	VERSCHRIFTLICHTE ANTWORTEN ZU OFFENEN FRAGEN DES FRAGEBOGENS	116
8.4	VERSCHRIFTLICHTE ANTWORTEN ZU GESCHLOSSENEN FRAGEN DES FRAGEBOGENS	121
8.5	INTERVIEWLEITFADEN BLANKO	135
8.6	TRANSKRIPTE DER INTERVIEWS	136
8.6.1	Interview Nr. 1 – Transkript	136
8.6.2	Interview Nr. 2 – Transkript	143
8.6.3	Interview Nr. 3 – Transkript	149

8.6.4	<i>Interview Nr. 4 – Transkript</i>	154
8.6.5	<i>Interview Nr. 5 – Transkript</i>	160
8.6.6	<i>Interview Nr. 6 – Transkript</i>	168
8.6.7	<i>Interview Nr. 7 – Transkript</i>	175
8.6.8	<i>Interview Nr. 8 – Transkript</i>	183
8.7	TABELLEN ZUR AUSWERTUNG DER INTERVIEWS	189
9	LITERATURVERZEICHNIS	208
10	ABSTRACT	210

1 Einleitung

Ernährung ist ein wesentlicher Bestandteil unseres alltäglichen Lebens, ohne Nahrung wäre der Fortbestand der Menschheit nicht möglich. Trotzdem beschäftigen wir uns normalerweise relativ wenig mit dieser Lebensgrundlage, was dazu führt, dass das Wissen um Ernährung und damit zusammenhängenden Themen in der Allgemeinbevölkerung recht bescheiden ist.

„Kurse, um etwas über gesunde Ernährung zu erfahren und dieses Wissen auch praktisch umzusetzen, sind vielfältig. Zwar nehmen alle Schichten diese Angebote wahr, aber die Teilnehmer sind zumeist weiblich, relativ qualifiziert, im mittleren Alter und sie wissen schon viel über Gesundheit“ (Kirschner et al. 1995; cf. Deneke 2001, S. 15–16)

D.h., die Angebote zur Vertiefung des Wissens über gesunde Ernährung werden tatsächlich fast ausschließlich nur von einzelnen Bevölkerungsschichten bzw. -gruppen angenommen, welche aber schon in diesem Feld über eine gewisse Bildung verfügen. Es gibt mittlerweile auch Empfehlungen für die Ernährung von Kindern und Jugendlichen sowie allen weiteren Altersgruppen. Diese sind eine wichtige Hilfe für die Beurteilung der Nährstoffzufuhr, haben aber oftmals das Problem, dass sie für die Anwendung in der Praxis erst in lebensmittelbezogene Richtlinien umgesetzt werden müssen, damit sie von den Zielgruppen überhaupt verstanden werden. (Baerlocher und Laimbacher 2001, S. 31) Hinzu kommen ständig wechselnde Diät- und Ernährungstrends, welche durch Social Media, Fernsehen oder Printmedien für jedermann zugänglich sind und oftmals dubioses Halbwissen verbreiten. Dies betrifft auch Kinder und Jugendliche, welche in ihrem Ernährungsverhalten noch leichter beeinflussbar sind als Erwachsene. Raithel beschreibt dieses Phänomen folgendermaßen:

„Lebensmittel und Getränke werden insbesondere aus Lust bzw. Appetit konsumiert, Situationen des Essens und Trinkens werden immer mehr losgelöst von der Notwendigkeit der Nahrungsaufnahme aufgesucht. Trotz der Nahrungsmittelvielfalt und dem Überangebot an Lebensmitteln, spielt der Hunger heute in Form des freiwilligen Hungerns im Zusammenhang mit entsprechenden Schönheitsidealen, insbesondere unter Mädchen aber auch zunehmend unter Jungen, eine größer werdende Rolle.“ (Raithel 2002, S. 58)

Um diesem Halbwissen entgegenzuwirken und die Bevölkerung auf spezielle Themenbereiche zu sensibilisieren, wurde im Rahmen des von der EU geförderten Projekts „BigPicnic“ zwischen 2016 und 2018 eine Zusammenarbeit (u.a.) mit dem Botanischen Garten der Universität Wien ins Leben gerufen. Durch die Beteiligung am BigPicnic wurden mit MitarbeiterInnen des Botanischen Gartens der Universität

Wien verschiedene Projekte gestartet, welche auf lokaler, aber auch internationaler Ebene umgesetzt wurden. Verschiedene Zielgruppen hatten dabei die Möglichkeit einen tieferen Einblick in die Themen Ernährung und Ernährungssicherheit (engl.: „*food security*“) zu erhalten. Durch die Kooperationen auf nationaler und internationaler Ebene mit insgesamt 19 PartnerInnen in Europa und Afrika (s. Abb. 1) wurden auch Rahmenbedingungen für mehrere wissenschaftliche Arbeiten, so auch die hier vorliegende, geschaffen.

Project Number ¹	710780	Project Acronym ²	BigPicnic		
List of Beneficiaries					
No	Name	Short name	Country	Project entry month ⁸	Project exit month
1	Botanic Gardens Conservation International	BGCI	United Kingdom	1	36
2	UNIVERSITAET INNSBRUCK	UIBK	Austria	1	36
3	UNIVERSITY COLLEGE LONDON	UCL	United Kingdom	1	36
4	AGENTSCHAP PLANTENTUIN MEISE	APM	Belgium	1	36
5	STICHTING WAAG SOCIETY	WAAG	Netherlands	1	36
6	COMUNE DI BERGAMO	BERG	Italy	1	36
7	UNIVERSITEIT LEIDEN	UL	Netherlands	1	36
8	UNIWERSYTET WARSZAWSKI	UNIWARSAW	Poland	1	36
9	UNIVERSIDADE DE LISBOA	ULISBOA	Portugal	1	36
10	HELLINIKOS GEORGIKOS ORGANISMOS - DIMITRA	HAO-BBGK	Greece	1	36
11	SOFIISKI UNIVERSITET SVETI KLIMENT OHRIDSKI	UBG	Bulgaria	1	36
12	AGENCIA ESTATAL CONSEJO SUPERIOR DE INVESTIGACIONES CIENTIFICAS	CSIC	Spain	1	36
13	UNIVERSIDAD DE ALCALA	UAH	Spain	1	36
14	LANDESHAUPTSTADT HANNOVER	SBZH	Germany	1	36
15	FREIE UNIVERSITAET BERLIN	FUB-BGBM	Germany	1	36
16	WISSENSCHAFTSLADEN BONN EV	WILABONN	Germany	1	36
17	UNIVERSITETET I OSLO	UiO	Norway	1	36
18	TOORO BOTANICAL GARDENS	TBG	Uganda	1	36
19	ROYAL BOTANIC GARDEN EDINBURGH	RBGE	United Kingdom	1	36

Abbildung 1: PartnerInnen des BigPicnic.jpg (Bromley et al. 2016, S. 3)

Die nachfolgende Diplomarbeit behandelt SchülerInnenvorstellungen in Bezug auf Ernährung. Da es zu diesem Thema im deutschsprachigen Raum kaum Daten gibt, befinden wir uns in einem sehr jungen und noch kaum erforschten Gebiet. Ziel war

es eine Stichprobe an Datensätzen zu gewinnen, welche als Grundlage für weitere darauf aufbauende Forschungen im Rahmen von Bachelor- oder Masterarbeiten sowie von Dissertationen dienen können. Außerdem werden in der vorliegenden Arbeit theoretische Grundlagen, welche für diese Diplomarbeit wichtig waren, aufgearbeitet.

Innerhalb des Schuljahres 2017/2018 wurden zwei Gruppen (eine 3. Klasse und eine 4. Klasse der NMS Sacre Coeur in Wien) je zweimal mit Fragebögen und anschließend in einer Stichprobe von je acht SchülerInnen pro Klasse in vertiefenden Interviews befragt, um zu ermitteln, ob und inwieweit zusätzliche Informationsveranstaltungen wie z.B. das BigPicnic-Projekt Einfluss auf das Wissen und die Vorstellungen zum Thema Ernährung von SchülerInnen der Sekundarstufe I haben. Die vorliegende Arbeit behandelt die Daten der 4. Klasse NMS, welche im Gegensatz zur 3. Klasse NMS nicht am BigPicnic teilgenommen hat.

2 Das BigPicnic Projekt

Auf nur einen Satz reduziert lässt sich BigPicnic wie folgt zusammenfassen:

„BigPicnic is a three-year, EU funded project that brings together the public, scientists, researchers, food and agriculture industries and NGOs to talk about food security.“ (Morgan 2019, S. 2)

Die insgesamt 19 PartnerInnen des BigPicnic (18 in Europa und eine in Afrika) sind Botanische Gärten, Universitäten, ein Wissenschaftsladen, ein Institut für Kunst, Wissenschaft und Technologie und eine internationale NGO (Morgan 2019, S. 19)¹. Doch was ist nun das genaue Anliegen dieses EU-Projekts? Bromley et al. fassen das übergeordnete Ziel folgendermaßen zusammen:

„BigPicnic aims to create a movement around food security issues. A movement that will enable people, groups, organisations to have a say in the future food research and innovation and during that process the different stakeholders may also change individually or as groups and work together for a society that food is secured.“ (Bromley et al. 2016, S. 4)

Bevor nun weiter das BigPicnic Projekt erläutert wird, wird in diesem Kapitel erklärt, was genau die schon mehrfach erwähnte Ernährungssicherheit (*food security*) ist. Es ist wichtig diesen Terminus zu erläutern, da es sich um einen zentralen Begriff des BigPicnic Projektes handelt.

„Food security exists when all people, at all times, have physical and economic access to sufficient, safe and nutritious food to meet their dietary needs and food preferences for an active and healthy life.“ (World Food Summit 1996, <http://www.fao.org/3/w3613e/w3613e00.htm>)

Im Folgenden ist eine grafische Darstellung des Überbegriffs *„food security“* zu sehen, die in mehreren Berichten über das BigPicnic verwendet wurde, um den LeserInnen eine kurze, einprägsame und akkurate Erklärung des Begriffs zu liefern:

¹ Zur besseren Lesbarkeit wurden indirekte Zitate oder Zusammenfassungen von Berichten und anderen Textsorten, welche im Original in Englisch verfasst sind, von Cornelia Heider ins Deutsche übersetzt. Die Quellenangaben beziehen sich auf das jeweilige englische Original.



Abbildung 2: BigPicnic Recommendations - Food Security (Morgan 2019, S. 2)

1. Security

Sicherstellung, dass alle Menschen auf der ganzen Welt Zugang zu ausreichenden Lebensmitteln haben, um ihre Ernährungsbedürfnisse zu erfüllen.

2. Safety

Sicherheit für alle Menschen, dass sie Zugang zu gesunden, nährstoffreichen Lebensmitteln haben, welche weder kontaminiert noch in irgendeiner andern Art und Weise schlechtere Qualität aufweisen als in anderen Teilen der Welt.

3. Sovereignty

Alle Menschen sollen dazu befähigt werden selbst zu entscheiden, welche Lebensmittel sie essen, woher diese kommen und wie sie hergestellt werden.

4. Heritage

Unterstützung der kulinarischen Traditionen bei gleichzeitiger Anerkennung, dass sie von persönlichen und kollektiven Identitäten geprägt sind sowie zu deren Prägung beitragen. (Morgan 2019, S. 2)

Da es sich beim BigPicnic um ein EU-Projekt mit PartnerInnen verschiedenster Nationalitäten (inkl. einem nicht in Europa liegenden Partnerland – Uganda) handelte, waren die Beteiligten vor verschiedenste Herausforderungen gestellt. Diese sind ähnlich wie jene in anderen Bereichen (z. B. dem Gesundheitswesen):

- Gewinnung des Interesses der verschiedenen inter-/nationalen Interessengruppen an dem Projekt.
- Herstellung und Aufrechterhaltung von Vertrauen zwischen den ProjektpartnerInnen und anderen Interessengruppen.
- Aufklärung der Interessengruppen über das Projekt und dessen Konzepte.
- Einbeziehung neuer Technologien und Verfahren, wie z.B. Co-Creation, „team based inquiry“ (TBI)² und Social Media.
- Ressourcenengpässe (sowohl für die Beteiligten als auch für das Projekt selbst). (Bromley et al. 2016, S. 9)

2.1 Das erste BigPicnic-Partnermeeting im Juni 2016

Um sicherzustellen, dass alle beteiligten ProjektpartnerInnen über den gleichen Informationsstand bzgl. Erkenntnissen, Workshops und dergleichen verfügen, gab es vor und während der Laufzeit des Projekts regelmäßig sogenannte „Partnermeetings“, in denen VertreterInnen aus allen teilnehmenden Ländern die bisherigen Fortschritte und Erkenntnisse präsentierten, und man sich gegenseitig austauschen konnte. Zusätzlich gab es regelmäßige Skype-Meetings und einen Austausch via Glasscubes³.

„The 1st Partner meeting created an opportunity for the Partners to exchange their plans for engaging their main target groups and using various methods (co-creation session) and reaching other regional/national/international institutions and policymaking bodies (network analysis session). This process enabled Partners to share their ideas, identify best practices but also gaps to the current types of stakeholders.“ (BigPicnic, 2016; cf Bromley et al. 2016, S. 6)

Wie schon erwähnt, beruht das gesamte BigPicnic Projekt auf ständiger Zusammenarbeit der ProjektentwicklerInnen, -mitarbeiterInnen und v.a. auch der

² Team-Based Inquiry (TBI) ist ein systematisches Werkzeug, das WissenschaftlerInnen und VermittlerInnen (im Projekt konkret BotanikerInnen und Museumsfachleuten) bei der Bewertung ihres Projekts helfen soll. Einer der Hauptaspekte von TBI ist, dass die Bewertung nicht von einem/einer externen BeraterIn durchgeführt wird, sondern durch einen Bewertungsprozess entsteht, der darauf abzielt, PraktikerInnen die Fähigkeit zu vermitteln, ihre Projekte selbst zu bewerten. TBI wurde vom NISE-Netzwerk (Nanoscale Informal Science Education Network) entwickelt, einer Gemeinschaft informeller PädagogInnen und WissenschaftlerInnen mit Sitz in Nordamerika, die sich der Förderung des öffentlichen Bewusstseins, des Engagements und des Verständnisses für die aktuelle Wissenschaft, Technologie, Ingenieurwissenschaften und Mathematik (STEM - Science, Technology, Engineering and Maths) widmet. Infolgedessen existieren bereits vorhandene Ressourcen in Bezug auf TBI, darunter der TBI-Leitfaden, Workshops, Tipps und Tricks sowie Videopräsentationen, die alle unter <http://nisenet.org/> abrufbar sind. (Moussouri et al., S. 4)

³ Glasscubes ist eine Austauschplattform, die bei BigPicnic als virtueller Desk der Partner verwendet wurde. Homepage: <https://www.glasscubes.com/>

verschiedenen inter-/nationalen InteressenvertreterInnen (engl.: „*stakeholder/s*“), die für dieses Projekt gewonnen werden konnten.

„The goal of the BigPicnic engagement strategy is not to involve the stakeholders and expect that they automatically align with the food security movement it envisages to create. The goal is to create ownership with existing and new stakeholders so that they can take things forward, even after the project has finished. Hence this engagement strategy is about creating opportunities for participation and collaboration but also about sharing competences and knowledge, helping stakeholders for their future (rather than the project's own sake).“
(Bromley et al. 2016, S. 4–5)

In einem Bericht, welcher auf der offiziellen Homepage des BigPicnic Projekts veröffentlicht wurde, ist eine Grafik zu sehen, die die verschiedenen Stadien des Engagements darstellt, welche für die Beteiligten am Projekt eine Rolle spielen:

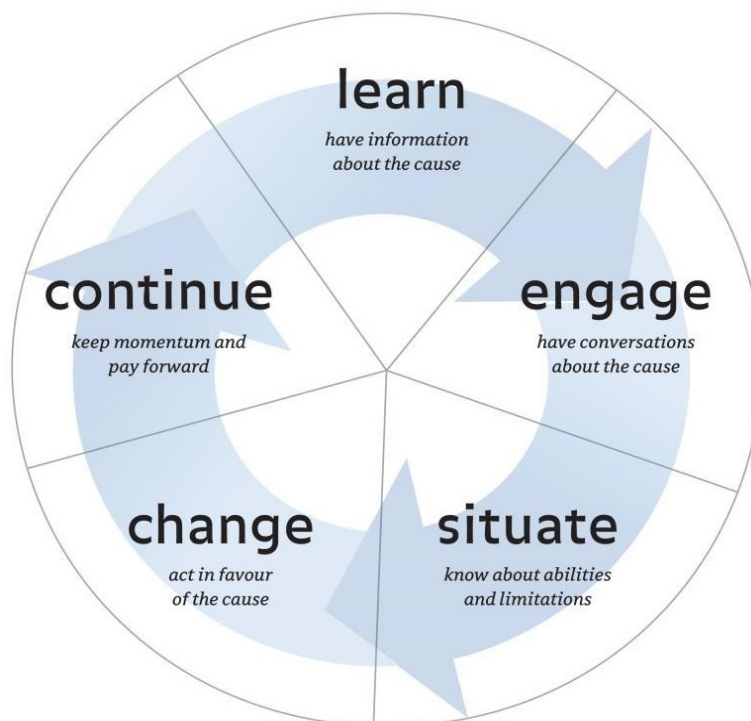


Abbildung 3: stages of engagement expected from BigPicnic stakeholders (Bromley et al. 2016, S. 5)

Für die InteressenvertreterInnen gab es ebenfalls spezifische Ziele in Bezug auf das BigPicnic Projekt, welche im folgenden Absatz zusammengefasst sind:

- „To create ownership of the food security movement with existing and new stakeholders.
- To share competences and knowledge between all stakeholders.
- To increase competitiveness and growth in the Food Security sector.
- To influence policy and the direction of new research in the field of Food Security.
- To respond to relevant and important issues in the context of Food security for both individual Partners and the EU.
- To ensure accessible and user friendly materials and resources for stakeholders.
- To maintain stakeholder trust and interest in the project.
- To reach the agreed audiences/stakeholders with project outcomes and outputs.
- To facilitate sustained action for and engagement with the food security movement post project.“ (Bromley et al. 2016, S. 5)

Die jeweiligen ProjektpartnerInnen des BigPicnic hatten unterschiedliche Schwerpunkte, welche mit ExpertInnengruppen und durch einen internationalen Konsolidierungskreis (international Consolidation Group – ICG)⁴, sowie durch persönliche Kommunikation, Co-Creation und in Beratungsgruppen für Ernährungssicherheit (Food Security Advisory Groups – FSAG) erarbeitet wurden. (Bromley et al. 2016, S. 10–11) Die Ergebnisse fanden sich u.a. in Ausstellungen und als Themen für Science Cafés⁵ wieder.

Die InteressenvertreterInnen wurden indirekt durch eine Reihe von Strategien in das BigPicnic miteinbezogen, nämlich durch digitale Medien, Networking und Austausch auf internationalen, nationalen und regionalen Treffen, Veranstaltungen, Konferenzen (sowohl akademisch als auch nicht-akademisch) und Festivals wie z.B. die 4. CosmoFood Fair in Italien. Außerdem gab es die Möglichkeit der Online-Kommunikation über die offizielle BigPicnic -Website und Social Media. Regionale Netzwerke, insbesondere für botanische Gärten, akademische Forscher auf dem Gebiet und Netzwerke für die Nahrungsmittelproduktion/-verarbeitung/-verpflegung, boten den Interessengruppen ebenfalls Partnerschaftsmöglichkeiten für die Verbreitung von Projekten. (Bromley et al. 2016, S. 12–13)

Die Zielgruppe/n für den jeweiligen Schwerpunkt zu finden und die Möglichkeiten diese auch zu erreichen und an das Projekt zu binden, waren vorab Kernthemen der jeweiligen PartnerInnen des BigPicnic. Am Beispiel der Universität Wien soll im Folgenden veranschaulicht werden, wie eine solche Planung aussehen kann:

Partner-Akronym: UNIVIE

Zielgruppen und Methode des Engagements:

⁴ Die International Consolidation Group (ICG) bestand aus sieben externen ExpertInnen für Ernährungssicherheit und zwei Partnermitgliedern des BigPicnic-Projekts. Diese ExpertInnen standen mit Rat und Tat zur Analyse der BigPicnic-Ergebnisse zur Verfügung und trugen dazu bei, dass die Ergebnisse verständlich und aus kommunikativer Sicht qualitativ hochwertig sind. Noch wichtiger ist, dass die ICG die Formulierung von Empfehlungen für ethische, nachhaltige und erreichbare Forschung und Innovation sowie von Lösungen zur Unterstützung der Ernährungssicherheit förderte. Außerdem wurde von der ICG ein Abschlussbericht („Public Views; RRI and Food Security“) erstellt, der an die EU und alle relevanten politischen Entscheidungsträger und Interessengruppen verteilt wurde. Die Rolle der externen Experten der ICG bestand also darin, den Konsortiumsmitgliedern ihre Expertise und Empfehlungen zur Verfügung zu stellen, um sie bei ihren jeweiligen Leistungen und Aufgaben im BigPicnic -Projekt zu unterstützen oder zu verbessern. (Bromley et al. 2016, S. 59)

⁵ Ein Science Café dient dem Zusammentreffen von WissenschaftlerInnen und ExpertInnen mit Interessierten aus der allgemeinen Bevölkerung und einem gegenseitigen Austausch von Wissen. Eine genaue Beschreibung ist unter nachfolgendem Link zu finden:
<https://www.uibk.ac.at/projects/bigpicnic/science-cafe-tool-kit/index.html.de>

- MitarbeiterInnen von nahegelegenen Unternehmen → Entwicklung von After-Work-Veranstaltungen
- SeniorInnen/Großeltern, die sich für Gesundheit und Nachhaltigkeit interessieren → Roundtable-Gespräche/Workshops mit Enkelkindern – Vermittlung von Traditionen und Wissen
- Übergewichtige Jugendliche → Über Selbsthilfegruppen
- Junge Erwachsene/SchülerInnen/StudentInnen – Essen muss bezahlbar und einfach sein → Workshops und Kochkurse entwickeln (Bromley et al. 2016, S. 15)

Die oben genannten Ideen zur Zielgruppenfindung wurden beim ersten Partnermeeting bzw. dem „Train the Trainer“ in Leiden (im November 2016) entwickelt, mussten im Lauf des Projekts aber verändert werden. Die Zielgruppen für das österreichische Team des BigPicnic waren:

- Schulklassen (Sekundarstufe I und II) und
- „general audience“, also BesucherInnen des Gartens und Familien sowie junge Erwachsene bzw. Studierende.

Wichtig war auch im Vorfeld eine Liste der potenziellen Interessengruppen und interessierten Einzelpersonen⁶ zu erstellen, um diese dann gezielt für das BigPicnic Projekt gewinnen zu können. V.a. beim „Train the Trainer“-Meeting in Leiden wurde der offene Prozess des „Co-Creation“ hervorgehoben, welcher beim BigPicnic eine zentrale Rolle einnahm, um die MitarbeiterInnen für neue Wege und kontinuierliches Adaptieren von Ideen durch Einflüsse der Stakeholder sensibilisieren sollte.

⁶ Auszug aus der Liste der potenziellen Interessengruppen und Einzelpersonen für das BigPicnic Projekt (auf österreichischer Ebene):

- ♦ Billa (Co-creation workshops/Sciences Cafés/personal communication/website)
- ♦ Arche Noah; Gesellschaft für die Erhaltung der Kulturpflanzenvielfalt und ihre Entwicklung (Co-creation workshops)
- ♦ ÖGG; Österreichische Gartenbaugesellschaft (Personal communications)
- ♦ City Farm Augarten (früher: "City Farm Vienna"); (Personal communications)
- ♦ Bundesministerium für Nachhaltigkeit und Tourismus (vor 2018: „Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft“ (BMLFUW)); (Personal communications)
- ♦ Tiroler Landesregierung (FSAG)
- ♦ Universität Wien – Ernährungswissenschaften (FSAG)
- ♦ Universität Wien – Agrar- und Umweltpädagogik (FSAG)
(Bromley et al. 2016, S. 36–56)

2.2 Das zweite BigPicnic-Partnermeeting

Vom 17. – 20. Mai 2017 veranstalteten die Royal Botanic Gardens Edinburgh (RBGE) das zweite BigPicnic-Partnermeeting. Auf der Tagesordnung standen Schulungen und Datenanalyse sowie Möglichkeiten für die PartnerInnen, Poster zu präsentieren, um den Rest des Konsortiums über das zu informieren, woran sie gearbeitet hatten. PartnerInnen aus den Botanischen Gärten lieferten auch vorbereitete Co-Creation-Sessions, an denen sie gemeinsam gearbeitet hatten (Derewnicka, <https://www.bigpicnic.net/updates/second-bigpicnic-partner-meeting/>). Die Universität Wien präsentierte z.B. das Projekt „Boden – darauf stehen wir“ in Co-Creation mit der HLUW Yspertal. Außerdem gab es in Wien eine erste kleine Ausstellung bei der Raritätenbörse im Botanischen Garten der Universität Wien.

2.3 Das dritte BigPicnic-Partnermeeting

Das dritte BigPicnic Partnertreffen fand vom 22. – 24. November 2017 in Belgien statt. Diesmal war der Botanische Garten Meise Gastgeber. Es gab Gelegenheit, Geschichten und Fortschritte zu teilen; man startete mit einem Blick auf das, was alle gelernt hatten, aus organisatorischer und individueller Sicht. Die PartnerInnen hatten dann die Gelegenheit, das Erreichte in einer Sitzung zu präsentieren, in der die bisherigen Ergebnisse untersucht wurden. Zu den besprochenen Fragen gehörten u.a.: Wo haben Sie Ihre Wanderausstellung hingebraucht? Mit welchem schwer erreichbaren Publikum arbeiten Sie zusammen? Wie sehen Ihre Take-Home-Aktivitäten, die Ihre Ausstellung ergänzen, aus? Wie kann man BigPicnic - Ergebnisse nutzen und Responsible Research and Innovation⁷ im Bereich der Ernährungssicherheit beeinflussen? Es gab viele Diskussionen über die Datenanalyse und die Entwicklung von Fallstudien, die von anderen Organisationen genutzt werden können. Dies bot auch die perfekte Gelegenheit für die erste Sitzung der BigPicnic International Consolidation Group (ICG). Die ICG-Sitzung bot den Mitgliedern die Möglichkeit, sich zu treffen und Vorschläge für die Zusammenarbeit der beteiligten Organisationen aufzuzeigen. (Derewnicka, <https://www.bigpicnic.net/updates/third-bigpicnic-partner-meeting/>)

⁷ „Responsible Research and Innovation (RRI) is the on-going process of aligning research and innovation to the values, needs and expectations of society. RRI requires that all stakeholders including civil society are responsive to each other and take shared responsibility for the processes and outcomes of research and innovation.“ (Bromley et al. 2016, S. 4)

2.4 BigPicnic in Österreich

Da die hier vorliegende Diplomarbeit begleitend zu einem 18 Monate dauernden Projekt innerhalb der spezialisierten Projekte der österreichischen PartnerInnen des BigPicnic realisiert wurde, soll im folgenden Abschnitt über eben jene genauere Auskunft gegeben werden. Der Botanische Garten der Universität Wien hat während der Planung und Umsetzung der BigPicnic Projekte eine zentrale Rolle für die PartnerInnen aus Österreich (Universität Wien und Universität Innsbruck bzw. deren am BigPicnic beteiligten MitarbeiterInnen) gespielt. Dass Botanische Gärten in allen teilnehmenden Ländern der Dreh- und Angelpunkt des BigPicnic Projektes waren, ist auch auf der Homepage des BigPicnic (www.bigpicnic.net) deutlich zu erkennen. Jeder der teilnehmenden Gärten hat dort sein eigenes „Profil“, in welchem ein kurzer Überblick über die Entstehungsgeschichte und die heutigen Aufgabenbereiche des jeweiligen Botanischen Gartens gegeben wird, um dann die spezifische Rolle während des BigPicnic zu erläutern. So ist dort zu lesen, dass der Botanische Garten der Universität Wien heute eine zentrale Einrichtung der Fakultät für Lebenswissenschaften ist. Seine Mission für das BigPicnic-Projekt war den Begriff *"food security"* im öffentlichen Bewusstsein zu verankern und das Bewusstsein und Interesse für die Herkunft unserer Lebensmittel zu wecken. Dies soll langfristig gesehen dazu führen, dass eine Änderung des Lebensstils der Bevölkerung erreicht wird. Um ihr Publikum zu erweitern, wurden im ersten Ansatz ältere Menschen und ihre Enkelkinder, SchülerInnen der NMS Sacre Coeur, Jugendliche, Studierende und junge Erwachsene (Altersgruppe 14 – 25 Jahre) ihre Hauptzielgruppen für alle Veranstaltungen, Projekte und Workshops im Rahmen des BigPicnics. (Botanical Garden of the University Vienna, <https://www.bigpicnic.net/partners/botanical-garden-university-vienna/>)

Dass der Botanische Garten Wien sowohl für die MitarbeiterInnen der Universität Innsbruck als auch der Universität Wien während dem BigPicnic der wichtigste Ort zur Realisierung ihrer Projekte war, wird in den Berichten zu den einzelnen Teilprojekten deutlich. Diese geben Auskunft über Projekte und Workshops, welche zwischen 2017 und 2018 vorrangig im Botanischen Garten der Universität Wien stattgefunden haben, nämlich:

- Workshops zu Hülsenfrüchten; diese wurden in Anlehnung an das UN-Jahr der Hülsenfrüchte 2016 entwickelt

- Ein Hochbeetprojekt mit Lehrlingen des Botanischen Gartens der Universität Wien und in weiterer Folge
- ein digitales Storytelling mit GärtnerInnen des Botanischen Gartens der Universität Wien⁸
- Co-Creation zum Thema Boden im Jahr 2017 sowie zu den Themen Superfoods und Foodtrends im Jahr 2018 mit SchülerInnen der HLUW Yspertal
- Eine Workshop-Reihe (insgesamt zehn einzelne Workshops) mit der NMS Sacre Coeur inkl. eines Ernteworkshops aus dem die Erstellung einer dystopischen Fotostory mit dem Titel „Foodopia“ hervorging, welche auch Teil der Abschlussausstellung im Juni 2018 war
- Ein Smoothie-Workshop wurde in Innsbruck entwickelt und später auch als Sonderveranstaltung im Rahmen der Ausstellung „Vielfalt am Teller“ in Wien durchgeführt
- Weiters gab es drei Co-Creation-Termine, sowie sechs Science Cafés in Wien und ein Science Café in Innsbruck

Von den oben genannten werden im Folgenden einzelne Projekte genauer erläutert, um einen Eindruck zu vermitteln, wie die Ideen innerhalb des BigPicnic umgesetzt wurden.

2.4.1 „Boden – darauf stehen wir“

Aus dem Bericht über das erste Co-Creation-Projekt zum Thema „Boden“ der Universität Wien in Zusammenarbeit mit der HLUW Yspertal geht hervor, dass die SchülerInnen und der Botanische Garten vom 7. – 9. April 2017 die Möglichkeit hatten, bei der Raritätenbörse die gemeinsam entwickelten Stationen (Poster, Experimente, Spiele) zu präsentieren und die Vorteile des Co-Creation-Ansatzes zu erläutern. Damit erreichten sie ein Publikum von rund 16.000 BesucherInnen. Im Dezember 2016 wurde der Prozess für dieses Projekt eingeleitet, als die für das Projekt verantwortliche Mitarbeiterin des Botanischen Gartens der Universität Wien (Frau Mag. Birgit Schlag-Edler⁹) die HLUW Yspertal besuchte. Diese Schule mit den

⁸ Genauere Informationen dazu (inkl. einiger Kurzfilme) finden sich auf der Homepage des Botanischen Gartens der Universität Wien unter folgendem Link: <http://www.botanik.univie.ac.at/hbv/index.php?nav=pro5>.

⁹ Fr. Mag. Schlag-Edler ist Mitglied der Fakultät für Lebenswissenschaften an der Universität Wien im Team der Core Facility Botanischer Garten. Von 2014 bis 2016 übernahm sie die Leitung einer der Parallel-

Schwerpunkten Umwelt und Wirtschaft war ein geeigneter Partner für das Co-Projekt. Die SchülerInnen wurden eingeladen, an der Entwicklung einer Ausstellung und von Experimenten zum Thema Boden für Jugendliche in ihrem Alter mitzuwirken und ihre Arbeiten während der Veranstaltung vom 7. – 9. April 2017 im Botanischen Garten der Universität Wien zu präsentieren. Während des gesamten Prozesses hielt die Projektverantwortliche engen Kontakt per WhatsApp mit dem Klassenlehrer und den SchülerInnen. Die Ergebnisse dieses Prozesses waren äußerst vielfältig und ansprechend für die BesucherInnen, die eingeladen wurden sich die Resultate anzusehen. Auch schlechtes Wetter stellte kein Hindernis dar, die neu geschaffenen Aktivitäten ausprobieren zu können. Die Stationen wurden in den darauffolgenden Monaten mit einer externen Expertin (Fr. Dr. Schwarz, Umweltbundesamt/Universität für Bodenkultur) evaluiert, sowie für die Ausstellung „Vielfalt am Teller“ im Mai 2018 adaptiert und weiterentwickelt. (Schlag-Edler, <https://www.bigpicnic.net/updates/presenting-first-co-created-project>)

2.4.2 Hängergarten-, Hochbeetprojekt und Ernteworkshop inkl. Fotostory

Laut dem Bericht von Fr. Mag. Schlag-Edler waren die verschiedenen Projekte (Hängergarten-, Hochbeetprojekt und Ernteworkshop inkl. Fotostory) eng miteinander verknüpft (Schlag-Edler, <https://www.bigpicnic.net/updates/follow-our-co-creating-school-and-harvest-workshop/>). Während des Sommersemesters 2017 kam es zum Erstkontakt von SchülerInnen der NMS Sacre Coeur (zum damaligen Zeitpunkt eine 3. Klasse) und Fr. Mag. Schlag-Edler und Hr. Randa¹⁰ während der Raritätenbörse im Botanischen Garten der Universität Wien. Die SchülerInnen zeigten dabei großes Interesse am Thema Ernährung, wodurch die Idee geboren wurde, diese Klasse in das BigPicnic miteinzubeziehen. Dem ersten Treffen folgten einige Besprechungen mit den Verantwortlichen der Schule in Bezug auf die zukünftige Zusammenarbeit und die Einbettung des BigPicnic in das folgende Schuljahr. Der erste Workshop unter der Leitung von Fr. Mag. Schlag-Edler und Hr. Randa fand relativ bald nach dem ersten Kennenlernen der Schulklasse statt, nämlich am 15.05.2017. Im Fokus

Lehrveranstaltungen mit dem Titel „Theorie und Praxis der Fachdidaktik in Biologie und Umweltkunde“. Fr. Mag. Schlag-Edler war während der Laufzeit des Projektes an der Universität Innsbruck als Projektkoordinatorin angestellt. Sie und ihr Team übernahmen auch die Planung und Leitung diverser Workshops und Science Cafés mit Fokus auf die Aufklärung und Sensibilisierung der Bevölkerung in Bezug auf die Bedeutung von Regionalität, Saisonalität und Erhalt der Biodiversität. Ein Teil dieser Workshops wurde in Zusammenarbeit mit der NMS Sacre Coeur im 3. Wiener Gemeindebezirk abgehalten.

¹⁰ Studentischer Projektmitarbeiter.

lagen von vornherein SchülerInnenvorstellungen und der Wissensstand der SchülerInnen zum Thema Ernährung. Dieser Aspekt war auch ausschlaggebend für das Zustandekommen der vorliegenden Diplomarbeit. Am 25.05.2017 gab es einen zweiten Workshop, diesmal zu den Themen Zucker, Foodtrends und SchülerInnenvorstellungen zu Zukunftsszenarien in Bezug auf unsere Ernährung. Mit Ende des Schuljahres im Juni 2017 gab es auch einen abschließenden Workshop im Botanischen Garten der Universität Wien, bei dem eine Storyline für eine zukünftige Fotostory entwickelt sowie die dazugehörigen Fotos geschossen wurden. Außerdem legten die SchülerInnen zusammen mit Fr. Mag. Schlag-Edler und Hr. Randa ein Hochbeet an und MitarbeiterInnen des Botanischen Garten Wien pflanzten vier Kartoffeln in umgebaute Mülltonnen, welche über ein Sichtfenster verfügen (wodurch eine „Einsicht“ in die unterirdisch wachsenden Teile ermöglicht wurde), damit im darauffolgenden September die dort wachsenden Pflanzen bzw. Knollen geerntet werden konnten. Die HLUW Yspertal, welche ebenfalls am BigPicnic teilgenommen hat, verwendet seit einigen Jahren eine solche „Bodentonne“ im Biologieunterricht um Kompostierung erlebbar und Bodenlebewesen für die SchülerInnen sichtbar zu machen. Auch hier sind die ehemaligen Mülltonnen mit einem Sichtfenster ausgestattet, das einen Blick ins Bodenreich ermöglicht. Die zuvor von den GärtnerInnen angelegten Bodenschichten sowie das Wurzelwachstum und das Treiben der Bodenlebewesen sind dadurch beobachtbar.



Fotos © Mag. Birgit Schlag-Edler

Zum Abschluss wurde noch gemeinsam gepicknickt und die SchülerInnen konnten sich untereinander sowie mit Fr. Mag. Schlag-Edler und Hr. Randa über ihre eigene Ernährung austauschen.

Im Wintersemester 2017/2018, nachdem die Schule wieder begonnen hatte, gab es ein erneutes Treffen zwischen der nun 4. Klasse der NMS Sacre Coeur und Fr. Mag. Schlag-Edler, sowie Hr. Randa. Sowohl das Hängegartenprojekt als auch die gepflanzten Kräuter in den Hochbeeten, welche über die Sommerferien von den

GärtnerInnen des Botanischen Gartens Wien betreut worden waren, konnten nun von den SchülerInnen geerntet und zu Pesto verarbeitet werden. Eine Blindverkostung mit Brot ermutigte sie, auf verschiedene Texturen und Geschmacksrichtungen zu achten und schärfte das Bewusstsein für die verschiedenen kulinarischen Einflüsse, die sie heutzutage auf unseren Märkten finden. Auch die vormals vier Kartoffeln, welche schon im Mai 2017, also vor dem letzten Treffen im Juni 2017, von den GärtnerInnen des Botanischen Garten Wien gepflanzt worden waren, wurden von den SchülerInnen bei diesem Ernteworkshop geerntet. Insgesamt drei Kilogramm erntereifer Kartoffeln waren aus den vier ursprünglichen entstanden. Die Bilder, welche im Juni 2017 für die Fotostory aufgenommen wurden, wurden bei dieser Gelegenheit gesichtet und ein dazugehöriges Storyboard entwickelt. Die Bilder, die im Juni 2017 aufgenommen worden waren, wurden bearbeitet und das Storyboard mit Worten der SchülerInnen gefüllt, welche ein breites Spektrum ihres Interesses daran zeigen, wie die Ernährungssicherheit im Jahr 2050 erreicht werden kann. Insgesamt dauerte die Bearbeitung des Storyboards von September 2017 bis April 2018. Die vollendete Fotostory war in einer Ausstellung zum BigPicnic im Mai 2018 zu sehen und wurde in einem eigenen Bericht erwähnt, welcher auf der Homepage des BigPicnic verfügbar ist. (Schlag-Edler, <https://www.bigpicnic.net/updates/our-future-food/>)

All diese Aktivitäten ließen die Kinder darüber nachdenken, woher ihr Essen kommt, wie viel Zeit es vom Sämling bis zur Ernte braucht und welche Herausforderungen die Landwirtschaft bewältigen muss, bevor es zu einer erfolgreichen Ernte kommen kann. Wie schon erwähnt, bildete die dreiwöchige Ausstellung zum BigPicnic im Mai 2018, an der auch die SchülerInnen der 4. Klasse NMS Sacre Coeur teilnahmen (u.a. mit Arbeitsaufträgen zu den verschiedenen Themenbereichen des BigPicnic sowie ihrer Fotostory), den großen Abschluss dieser außergewöhnlichen Zusammenarbeit von MitarbeiterInnen der Universität Wien bzw. des BigPicnic und SchülerInnen der Sekundarstufe I.

2.4.3 Smoothie-Workshop

Zum Smoothie-Workshop heißt es in einem weiteren Bericht, dass am 28.05.2018 im Botanischen Garten der Universität Wien die teilnehmenden SchülerInnen vier verschiedene Smoothies sorgfältig riechen, schmecken und inspizieren mussten. Anschließend versuchten die TeilnehmerInnen der Workshops, die Zutaten aus der

Gemüse- und Obstbar zu finden, um den Smoothie, der ihnen am besten gefiel, nachzumixen. Die SchülerInnen sollten nur durch Verkosten und Riechen (ohne das genaue Rezept zu kennen) die richtigen Zutaten für ihren Lieblingssmoothie finden. Die meisten Jugendlichen wussten nicht, dass Smoothies tlw. aus Lebensmitteln bestehen, die wir gemeinhin als „Essen“ und nicht als „Getränk“ bezeichnen würden. Deshalb waren sie auch eher überrascht, dass z.B. Spinat gut und erfrischend schmecken kann. Darüber hinaus diskutierten die SchülerInnen in kleinen Gruppen.

- Die ernährungsphysiologischen Auswirkungen von Smoothies
- Den Zucker- und/oder Ballaststoffgehalt
- Wo die Zutaten angebaut werden und wie diese nach oder in Österreich transportiert werden. Transportwege, Regionalität und sogenannte Superfoods wurden kritisch hinterfragt und diskutiert.

Dadurch wurde ein grundlegendes Verständnis sowohl der globalen Nahrungskette als auch der Aspekte einer nachhaltigen Ernährung vermittelt. Die SchülerInnen stellten auch Haselnussaufstrich mit überwiegend regionalen Zutaten und ohne Elektrowerkzeuge her. Am Ende wurde der Unterschied in der Entfernung zwischen regionalen Lebensmitteln oder (exotischem) Obst und Gemüse im Vergleich zu kommerziell erhältlichen Alternativen hervorgehoben. Darüber hinaus diskutierten die SchülerInnen Unterschiede in der ökologischen Produktion von Agrarprodukten und der kommerziellen Produktion von Nahrungsmitteln sowie Themen wie Fair Trade. Unterstützt wurden die Innsbrucker KollegInnen von MitarbeiterInnen des Botanischen Gartens der Universität Wien und Lehrbeauftragten der Universität Wien. (Schlag-Edler und Sagmeister, <https://www.bigpicnic.net/updates/smoothie-workshop/>)

2.4.4 Weitere Projekte des BigPicnic

Neben den eben genannten Projekten und Workshops gab es auch (in Wien) sechs sogenannte Science Cafés, die zusammen mit den Ausstellungen v.a. die Schwerpunkte Aufklärung und Wissensvermittlung zum Thema Ernährungssicherheit hatten. In den Diskussionen rund um die einzelnen Veranstaltungen wurde vieles besprochen, u.a. Themen wie z.B. Lebensmittelabfälle, Erosion des Wissens über den Anbau von Lebensmitteln, Bodennutzung, Identität und Essgewohnheiten/ Ernährungswahl, Insekten als Proteinquelle, die Rolle der Schulen für die

Bewusstseinsbildung, Ernährungstrends, gesunde Ernährung u.v.m. (Morgan 2019, S. 2) Die Ergebnisse dieser Workshops wurden in einem sogenannten „policy brief“¹¹ veröffentlicht. Die gesammelten Daten zeigen, dass die TeilnehmerInnen der verschiedenen BigPicnic-Veranstaltungen nicht nur die Sensibilisierung für ernährungsbezogene Themen, sondern auch die Unterstützung von Verhaltensänderungen schätzen. Einige Punkte, die immer wieder positiv erwähnt wurden, waren z.B. das Verständnis dafür, wie man Informationen über Lebensmittel erhält, die Bedeutung der Lebensmittelm Kennzeichnung, der Erwerb von Kenntnissen zu Lebensmitteln allgemein (d.h., wie man Lebensmittel anbaut, zubereitet, kocht und handhabt), das Wissen darüber, woher Lebensmittel stammen und was eine ausgewogene Ernährung ausmacht. Es wurde auch Bewusstsein für die negativen Auswirkungen von Fettleibigkeit, Essstörungen und die Notwendigkeit einer gesunden Ernährung geschaffen, was großen Anklang fand.

Außerdem waren die TeilnehmerInnen der Meinung, dass die von den Medien und Behörden angebotenen Informationen nicht vertrauenswürdig sind, was es immer schwieriger macht, fundierte Entscheidungen zu treffen. Deshalb wurden die geschaffenen Maßnahmen der PartnerInnen des BigPicnic Projekts in Bezug auf Nachhaltigkeit, kulturell angemessene Lebensmittel und deren Verfügbarkeit sowie die Förderung dieser Ideen sehr geschätzt, da sie die notwendige Informationsversorgung für verschiedene Gemeinschaften bilden. (Morgan 2019, S. 12)

Abschließend bleibt also zu sagen, dass sowohl der formale als auch der informelle Bildungssektor Schlüssel zur Verankerung der Konzepte der Ernährungssicherheit in der gesamten Gesellschaft sind, unabhängig von Alter oder Bildungsstand. Inhaltswissen ist nicht ausreichend, die Lernbereitstellung muss auch erfahrungsorientiertes Lernen umfassen, um die Konzepte und Werte der Ernährungssicherheit zu vermitteln. Botanische Gärten spielen dabei eine Schlüsselrolle als Standorte für die Förderung der Ernährungssicherheit sowohl in der Lehre als auch in der Forschung. In Verbindung mit dem Bereich der formalen Bildung haben informelle Lernorte wie botanische Gärten, Organisationen zur Erhaltung des kulturellen Erbes und Museen die Möglichkeit, dieses Thema bei einem breiten Publikum und in der Gesellschaft zu verankern. (Morgan 2019, S. 12)

¹¹ „Kurz-/Dossier“ bzw. in diesem Fall ein Endbericht, nachzulesen unter folgendem Link: https://www.bigpicnic.net/media/documents/BigPicnic_Recommendations.pdf.

Bildung ist und bleibt der Schlüssel zum gesellschaftlichen Wandel und in Bezug auf die im Rahmen des BigPicnic Projektes genannten Aspekte. Ernährungssicherheit erfordert einen Ansatz, der emotional und kulturell relevant ist, aber darüber hinaus sollte die Wissensversorgung über einen umsetzbaren Ansatz verfügen, um die Autonomie bei der Auswahl fundierter Lebensmittel zu gewährleisten. Die Einbettung des Konzepts und der Werte der Ernährungssicherheit erfordert auch einen Ansatz des lebenslangen Lernens, welcher wissensbasiert ist, sich in authentischen Kontexten bewegt und soziale sowie kulturelle Unterschiede berücksichtigt. Das formale Bildungssystem muss daher einen breiteren und tieferen Lehrplan entwickeln, der sich auf Themen im Zusammenhang mit der Ernährungssicherheit konzentriert. Informelle Bildungseinrichtungen, wie botanische Gärten und Museen, haben daher das Potenzial, eine vertrauenswürdige Plattform für die Unterstützung nachhaltiger Lebensmittelwahl mit einem breiten Publikum zu werden. Auch das ist eine Erkenntnis des BigPicnic-Projekts¹². (Morgan 2019, S. 12)

Das folgende Kapitel befasst sich eingehend mit dem Lehrplan der 4. Klasse NMS in Bezug auf ernährungsrelevante Themen, um einen Überblick über die vom Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung (BMBWF) vorgegebenen Richtlinien zur (Aus-/Weiter-/)Bildung der SchülerInnen in diesem Themenfeld zu geben.

¹² Für weitere Informationen oder Kontaktaufnahme mit Beteiligten des BigPicnic siehe:

- a) Offizielle Website: www.bigpicnic.net
- b) E-Mail: BigPicnic@bgci.org
- c) Twitter: [@BigPicnic_EU](https://twitter.com/BigPicnic_EU)
- d) Facebook (Österreich): <https://www.facebook.com/BigPicnic-Austria-268749183551502/>

(Morgan 2019, S. 19)

3 Lehrplan der 4. Klasse NMS, Unterrichtsfach Biologie

Im Folgenden sind Auszüge aus dem Lehrplan der 4. Klasse NMS für die Unterrichtsfächer „Biologie“ und „Ernährung und Haushalt“ zu sehen, welche auch zum Thema „Ernährung (allgemein; Grundlagen)“, „Ernährungssicherheit“ oder damit verwandten Themen Anweisungen zur Gestaltung des Unterrichts geben. Der Lehrplan wird vom Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung zur Verfügung gestellt und dient den in Österreich angestellten Lehrpersonen als Grundlage für die Gestaltung ihrer Jahrespläne bzw. detaillierteren (Monats-, Wochen-, Tages-)Stundenplänen. Jede/r LehrerIn ist dazu angehalten die in den Lehrplänen verfassten Ziele im Unterricht umzusetzen, wie das geschieht, ist jedem/jeder LehrerIn selbst überlassen.

Im Lehrplan für das Unterrichtsfach „Biologie“ für die 4. Klasse NMS finden sich zwei Abschnitte, die das Thema Ernährung und damit verwandte Themen zwar nicht explizit erwähnen, aber Interpretationsspielraum für eine Stundengestaltung auch in diese Richtung offenlassen. Die im folgenden Absatz angeführten Passagen sind Überthemen, welche auch das Thema Ernährung inkludieren könnten:

„Mensch und Gesundheit:

Die Kenntnisse über Bau und Funktion des menschlichen Körpers (einschließlich der Themenfelder Gesundheit und Krankheit, Psychosomatik und Immunsystem) sind zu erweitern und zu vervollständigen. [...]

Ökologie und Umwelt:

[...] Positive wie negative Folgen menschlichen Wirkens sind hinsichtlich ihrer Auswirkungen zu analysieren und zu hinterfragen. Umweltprobleme, deren Ursachen und Lösungsvorschläge sind zu erarbeiten. Umwelt-, Natur- und Biotopschutz sollen an konkreten Beispielen demonstriert werden. [...]“ (Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; RIS 01.09.2018, S. 76)

In das Überthema „Gesundheit und Krankheit“ können laut den obenstehenden Auszügen aus dem Lehrplan die Folgen von Fehlernährung, Diätlügen/-trends und genetisch bedingten Erkrankungen, die sich auf den Stoffwechsel auswirken, miteinbezogen werden. Ebenso lässt sich das Wirken des Menschen auf seine Umwelt in Bezug auf Ernährung beleuchten (Massentierhaltung, Abfallproduktion durch Überproduktion von Nahrungsmitteln etc.).

Im Gegensatz zu den allgemein bildenden höheren Schulen gibt es in den Neuen Mittelschulen auch das Unterrichtsfach „Ernährung und Haushalt“. Der Lehrplan für

dieses Fach umfasst u.a. die folgenden Abschnitte, welche auf einzelne Passagen reduziert wurden, die für die Thematik der hier vorliegenden Diplomarbeit relevant sein können.

„ERNÄHRUNG UND HAUSHALT

Bildungs- und Lehraufgabe:

[...] Ernährung und Haushalt [...] soll Entscheidungsgrundlagen für die Förderung des seelischen, körperlichen, sozialen und ökologischen Wohlbefindens anbieten.

Die Zusammenhänge zwischen Alltagsgestaltung und Lebensqualität sollen aufgezeigt werden, wobei Gesundheitserhaltung in allen Fragen der Lebensgestaltung ein zentrales Anliegen sein muss. [...] die Schülerinnen und Schüler (sollen, Anm. von C.H.) befähigt werden, sich für eine der Gesundheit dienliche Ernährungsweise entscheiden zu können. [...] Der Themenbereich Verbraucherbildung und Gesundheit soll zu einem gesundheitlich, ökologisch und ökonomisch orientierten Umgang mit Ressourcen im Haushalt [...] führen.

Der Themenbereich Lebensgestaltung und Gesundheit soll die Erarbeitung eines gesundheits- und sozialverträglichen Lebensstilkonzepts unterstützen.

Beitrag zu den Aufgabenbereichen der Schule:

Verantwortungsvolles Verbraucherverhalten durch nachhaltige Nutzung von Ressourcen; Kultur des Zusammenlebens und partnerschaftliche Arbeitsteilung in Fragen der Alltagsgestaltung; Orientierungen für die Entwicklung sozial- und gesundheitsverträglicher Lebensstilkonzepte.

Beiträge zu den Bildungsbereichen: [...]

Mensch und Gesellschaft:

Die Bedeutung der Ernährungssicherheit erkennen; Einstellung für eine gesundheitsfördernde und sozial verträgliche Lebensweise entwickeln; soziokulturelle Einflüsse auf das Ernährungsverhalten und die Gestaltung des Zusammenlebens im Haushalt erkennen; [...]

Natur und Technik:

Naturwissenschaftliche Erkenntnisse in den Bereichen Güterbeschaffung, Ernährung, Arbeitsorganisation, Hygiene und Sicherheit im Privathaushalt anwenden bzw. erproben; ökosoziale Zusammenhänge bei der Lebensmittelproduktion erkennen; Einflüsse von Technik und neuen Technologien im Haushalt erkennen. [...]

Gesundheit und Bewegung:

[...]; sich den Zusammenhang zwischen Ernährungsgewohnheiten und Gesundheit bewusst machen; Einblick in Maßnahmen zur Prophylaxe ernährungsabhängiger Erkrankungen gewinnen; gesundheitsförderndes Verhalten und Verantwortung für die eigene Gesundheit entwickeln; [...]; ökologische Erkenntnisse im Alltag nutzen.

Didaktische Grundsätze:

[...] Für die praktische Erprobung von Haushaltsmanagement [...] empfiehlt sich die Nutzung von fachspezifischen Unterrichtsräumen, [...] Bei der Nahrungszubereitung ist auf eine lebensmittelgerechte, qualitätsschonende Verarbeitung zu achten. Bei der Auswahl von Lebensmitteln und beim Zusammenstellen von Speisenfolgen ist ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen Rechnung zu tragen.

Um den unterschiedlichen Wert- und Normvorstellungen zur Lebensgestaltung gerecht zu werden, sind unterschiedliche Lösungsstrategien zuzulassen.

Neue Technologien und Kommunikationssysteme sind dem Lernanlass entsprechend sinnvoll zu nutzen. [...]

Lehrstoff:

Kernbereich:

Ernährung und Gesundheit:

[...] Verzehrempfehlungen für die Lebensmittelgruppen kennen. Aufgaben der Nahrungsinhaltsstoffe kennen.

Nährstoffschonende Lebensmittelbearbeitung üben.

Ernährungsphysiologisch sinnvolle Ergänzung von Convenience Food anwenden. Einflüsse auf das individuelle Ernährungsverhalten reflektieren.

Zusammenhänge zwischen Ernährung und Gesundheit reflektieren. Die Bedeutung der Mahlzeiten für das individuelle Leistungsvermögen erkennen. [...] Abhängigkeiten zwischen Nährstoff- und Energiebedarf unter Berücksichtigung der Lebensphase Jugend kennen lernen. [...]

Verbraucherbildung und Gesundheit:

Einflüsse auf die Kaufentscheidung anhand eines Beispiels kennen lernen. [...] Kennzeichen von Qualitätsprodukten und Lebensmitteln erkennen.

Den Prozess von der Informationsbeschaffung zur Kaufentscheidung anhand eines Produkts nachvollziehen. [...]“ (Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; RIS 01.09.2018, S. 106–109)

In den obenstehenden Textpassagen finden sich viele Themen/-punkte, welche für das BigPicnic Projekt und die Befragungen der SchülerInnen im Rahmen dieser Diplomarbeit von Belang sind. So wird im Unterpunkt „Beiträge zu den Bildungsbereichen – Mensch und Gesellschaft“ explizit der Begriff der Ernährungssicherheit erwähnt, Lebens- und Ernährungsstil, sowie deren Zusammenhang mit der eigenen Gesundheit, Leistungsfähigkeit und dem Wohlbefinden. Diese Gebiete sind einige der Hauptanliegen des Lehrplans für „Ernährung und Haushalt“ in der 4. Klasse NMS. Auch für das BigPicnic Projekt waren dies die Hauptthemen. Leider kann nicht garantiert werden, dass die Vorgaben des Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Forschung hundertprozentig eingehalten werden können, da oft schlichtweg einfach die Zeit dafür fehlt. Betrachtet man die Stundentafeln im Lehrplan für die NMS, so fällt eines in Bezug auf das Unterrichtsfach „Ernährung und Haushalt“ auf: Egal welche Form der NMS betrachtet wird, es gibt maximal vier Unterrichtsstunden pro Woche für dieses Fach. Meistens ist es nur eine Unterrichtsstunde pro Woche und zwar in der

2. Klasse NMS. Theoretisch können einzelne SchülerInnen aber mehr Wochenstunden in „Ernährung und Haushalt“ ansammeln, indem sie es als sogenannte/n Freigegegenstand oder unverbindliche Übung wählen, sofern dies angeboten wird. (Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; RIS 01.09.2018, S. 20–25) Ob dies praktisch dann auch möglich ist, oder das Angebot einer zusätzlichen Lehrveranstaltung zum Thema Ernährung von den SchülerInnen überhaupt angenommen wird, ist jedoch eine andere Frage. Das BMBWF erwähnt diese Optionen trotzdem mehrfach im Lehrplan:

„[...] Bemerkungen zu den Stundentafeln: [...]“

2) Für Schülerinnen und Schüler, die die allgemeine Schulpflicht in der 2. oder 3. Klasse vollenden, kann in der 1. und 2. Klasse bzw. in der 2. Klasse ein bestimmtes Angebot an zusätzlichen Freigegegenständen vorgesehen werden (z. B. Ernährung und Haushalt, Berufsorientierung).“ (Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; RIS 01.09.2018, S. 25)

„Im Rahmen schulautonomer Lehrplanbestimmungen können die in § 21b SchOG geregelten Schwerpunktbereiche näher ausgestaltet werden bzw. können auch andere Schwerpunkte gesetzt werden, wie z. B. [...]“

– Schwerpunkt zur Gesundheit und Ernährung“ (Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; RIS 01.09.2018, S. 15)

Nebst diesen Empfehlungen findet sich auch eine weitere erwähnenswerte Stelle im allgemeinen Lehrplan der 4. Klasse NMS in Bezug auf Ernährung und Schule:

„Teil der Freizeit ist das Mittagessen mit einem altersgerechten Speisenangebot und einem abwechslungsreichen Speiseplan. Durch richtige Ernährung wird ein wichtiger Beitrag zur körperlichen Gesundheit geleistet. Aspekte der Ernährungspädagogik sind dabei zu berücksichtigen.“ (Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; RIS 01.09.2018, S. 20)

Dieser Punkt zeugt ebenfalls vom guten Willen, doch oft wird er in der Realität vernachlässigt. Schulbuffets oder -mensen stehen immer wieder in der Kritik kein ausreichend breites Spektrum an Speisen und Getränken zu bieten, das den Kriterien der für Kinder und Jugendliche verfassten Ernährungsempfehlungen und Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr entspricht.

„Verbindliche Vorschriften für die Gestaltung oder Zusammensetzung der Verpflegung in Einrichtungen für Kinder existieren in Deutschland nicht. [...] Unverbindliche Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung entwickelt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung [...]“ (Clausen und Kersting 2012, S. 1082)

„Die viel diskutierten Lösungsvorschläge erscheinen einfach – eine Kombination aus ausgewogener Ernährung und täglicher Bewegung. Dieses Wissen ist vorhanden, dennoch

[...] es bleibt offen, wie Kinder und Jugendliche das Wissen umsetzen können.“ (Brandt et al. 2010, S. 207)

Clausen und Kersting (2012) sowie Brandt et al. (2010) sprechen diese Problematik in Bezug auf Schulen in Deutschland an, jedoch kann man davon ausgehen, dass in Österreich eine ähnliche Problematik herrscht, immerhin sind sich diese beiden Länder sowohl von der Demographie als auch von der Kultur her sehr ähnlich. Man teilt nicht nur eine gemeinsame Sprache, sondern ebenfalls annähernd gleiche Lebens- und Ernährungsweisen. Deshalb überrascht es nicht, dass auch in Österreich Fehlernährung von Kindern und Jugendlichen bzw. deren Folgen ein immer größeres Problem werden.

„Jedes dritte Schulkind frühstückt nicht, viele Kinder und Jugendliche essen wenig zum Frühstück oder trinken nur etwas. Es ist daher sehr wichtig, was am Schulbuffet angeboten wird, damit die SchülerInnen ausgewogen versorgt werden und ihre Leistungsfähigkeit über den Tag erhalten bleibt. Untersuchungen belegen, dass das Angebot an Schulbuffets klar verbesserungswürdig ist.“ (Bundesministerium für Gesundheit, Radetzkystraße 2, 1030 Wien 2013, S. 28)

Ein nicht unwesentlicher Faktor ist dabei die soziale Ungleichheit und die damit verbundene Adipositasprävalenz. Schon im Kindes- und Jugendalter ist der Faktor der sozialen Ungleichheit bedeutend und manifestiert sich in einer ungleich höheren Adipositasprävalenz bei NMS-SchülerInnen im Vergleich zu AHS-SchülerInnen.

„Die Differenzierung nach Schultyp ergibt vor allem für Kinder aus Hauptschulen (heute NMS, Anm. von C.H.) eine signifikant höhere Prävalenz von Adipositas und Übergewicht als für Kinder aus Allgemeinbildenden Höheren Schulen [...].“ (Zwiauwer 2007, S. 9)

„4% der Berufsschüler und 3% der AHS-Schüler waren als stark übergewichtig (=adipös) einzustufen und weitere 8% bzw. 6% als übergewichtig.“ (Elmadfa et al. 2009, S. 8)

„Der Anstieg von Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter stellt somit ein ernstzunehmendes Problem im Gesundheitssystem dar.“ (Bundesministerium für Gesundheit, Radetzkystraße 2, 1030 Wien 2013, S. 5)

Deshalb gibt es mittlerweile die weiter oben erwähnten Referenzwerte und Empfehlungen für die Nährstoffzufuhr. Sie werden u.a. von verschiedenen Verbänden, wie der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung), ÖGE (Österreichische Gesellschaft für Ernährung) und SGE (Schweizerische Gesellschaft

für Ernährungsforschung), verfasst und veröffentlicht. Die in diesen Referenzwerten enthaltenen Nährstoffzufuhrempfehlungen werden im deutschsprachigen Raum auch als „D-A-CH-Referenzwerte“ bezeichnet (in Anlehnung an die Länderkennzeichen der beteiligten Länder) und richten sich an die gesamte Bevölkerung. Sie beinhalten die empfohlene Zufuhr, Schätzwerte und Richtwerte für alle bekannten Nährstoffe und wurden so ermittelt, dass sie sich auf die Mengen von Nährstoffen beziehen, welche sich zum Zeitpunkt des Verzehrs des Lebensmittels noch in diesem befinden. Das Ziel der D-A-CH-Referenzwerte ist die Erhaltung und Förderung der Lebensqualität und Gesundheit der Allgemeinbevölkerung; deshalb sind diese Werte so berechnet, dass eine Zufuhr in empfohlener Höhe nährstoffspezifischen Mangelkrankheiten und -symptomen genauso wie einer Überversorgung mit Energie oder bestimmten Nährstoffen (z.B. Fett) vorbeugt. (Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) 2012, S. 5) Es wird dabei zwischen Säuglingen (0 – 24 Monate), Kindern (1 – 15 Jahre), Jugendlichen und Erwachsenen (15 – 65 Jahre und älter) sowie Schwangeren und Stillenden unterschieden. (Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) 2012, S. 240–242) Diese Unterscheidung ist wichtig, da in manchen Entwicklungsstadien und Lebenssituationen der Nährstoffbedarf im Vergleich zu anderen teilweise deutlich schwankt. In seinem Buch „Ernährungslehre“ beschreibt Univ.-Prof. Dr. Ibrahim Elmadfa vom Institut für Ernährungswissenschaften der Universität Wien den Nährstoffbedarf von Jugendlichen folgendermaßen:

„Die nächste Phase schnellen Wachstums tritt während der Pubertät ein. [...] Der Energie- und Nährstoffbedarf Jugendlicher ist von allen Altersgruppen absolut gesehen am größten und wird durch den enormen Wachstumsschub bestimmt. Angaben zum Nährstoffbedarf sollten sich eigentlich am individuellen Entwicklungsstand orientieren und nicht am Alter, da große Schwankungen existieren, sowohl zwischen den Geschlechtern als auch zwischen den Individuen. [...] Die Nährstoffverteilung sollte sich gegenüber dem Schulalter nicht ändern, außer dass ab etwa 15 Jahren die Fettzufuhr auf die für Erwachsene empfohlene Menge von 30% der Energie sinken sollte. Bedingt durch den wachstumsbedingten Mehrbedarf ist die ausreichende Versorgung mit Calcium, Eisen und Zink besonders wichtig [...]“ (Elmadfa 2009, S. 49–50)

Zahlreiche Studien zeigen, dass sich viele Jugendliche bezüglich ihres Verhaltens immer mehr an Peergroups¹³ statt an ihrem Elternhaus orientieren. Hinzu kommt, dass die familiären Ernährungsgewohnheiten ebenfalls einen enormen Wandel durchlebt haben und daher die Schule zusätzliche Aufgaben in Bezug auf Bemühungen um die Gesundheitsförderung der SchülerInnen übernehmen muss.

¹³ Altersgruppe/n, früher auch als „Clique/n“ bezeichnet.

Alleine theoretische Kenntnisse zu vermitteln ist nicht ausreichend, um ein gesundheitsbewusstes Ernährungsverhalten bei Kindern und Jugendlichen zu fördern – „learning by doing“ (engl.: „Lernen durch Handeln/Tun“) sollte die Devise lauten! (Baerlocher und Laimbacher 2001, S. 33) Dass die Schule eine tragende Rolle in der Wissensvermittlung und der Beeinflussung des Ernährungsverhaltens spielt, ist mittlerweile auch wissenschaftlich durch mehrere Studien belegt. Kritische Lebensphasen, in denen gezielte Prävention der Entwicklung von Übergewicht und Adipositas entgegenwirken kann, sind die Fetalzeit, das erste Lebensjahr, der sogenannten „Adiposity-Rebound“ und die Pubertät. Da sich herausgestellt hat, dass Kinder v.a. in der Zeit der Grundschule sehr aufnahmefähig und offen gegenüber Themen wie Gesundheit sind, kann in dieser Lebensphase der Grundstein für lebenslang anhaltende Einstellungen bzgl. Ernährungs- und Bewegungsverhalten erfolgen. Gerade die Schule mit ihrer Infrastruktur, den Rahmenbedingungen aus Unterricht, Hausordnung und Sozialverhalten sowie den Lehrpersonen als anleitende BegleiterInnen hat großes Potenzial Kindern ein positives und gesundheitsorientiertes Verhalten zu vermitteln. (Brandt et al. 2010, S. 207) Mittlerweile gibt es immer mehr Projekte wie das BigPicnic, die u.a. darauf abzielen, dass Kinder und Jugendliche einen bewussteren Umgang mit Lebensmitteln und v.a. gesunder Ernährung „lernen“. Ein solches Projekt ist der sogenannte „Pausenkiosk“, welcher in einem Artikel von Baerlocher und Laimbacher aus dem Jahr 2001 erwähnt wird:

„Dieses Projekt wurde in der Schweiz [...] gestartet. [...] Ziel ist es, die Schulkinder mit gesunder Pausenverpflegung zu versorgen und damit auch ihre Konzentrations- und Leistungsfähigkeit zu verbessern. Der Pausenkiosk wird von den Schülern vom Einkauf der Lebensmittel über die Zubereitung bis zum Verkauf zu günstigen Preisen an die Mitschüler selber betrieben. Die Schüler lernen parallel dazu die Grundlagen der Ernährung, die Zusammensetzung und Bedeutung der einzelnen Lebensmittel. Das Angebot umfasst Vollkornprodukte, Salate, rohes Gemüse, Früchte wie auch Milch und Käse. Das Projekt hat sich bewährt und wird nun bereits in andern [sic] Kantonen durchgeführt. Auch die Schüler selbst sind davon begeistert.“ (Baerlocher und Laimbacher 2001, S. 33)

So gut manche Projekte zur Verbesserung der Ernährungsgewohnheiten von Kindern und Jugendlichen funktionieren, so bleiben sie doch meist leider nur Einzelfälle. Oft wird ein Projekt, auch wenn dieses erfolgreich war und Wirkung gezeigt hat, nach dessen offiziellem Ende (also nach Ende der damit verbundenen Studie) nicht mehr von der/den Schule/n, an der/denen es abgehalten wurde, weitergeführt. Dabei wäre gerade das Weiterführen bewährter Interventionen wichtig für diese Altersgruppe (10 – 18/19 Jahre), denn *„die Zunahme von Adipositas ist ein*

beunruhigendes Zeichen des heutigen Ernährungsverhaltens und Lebensstils. Die Prävention dieser und anderer gesundheitlicher Risiken muss in der Kindheit einsetzen.“ (Baerlocher und Laimbacher 2001, S. 34)

Auch die vorliegende Diplomarbeit ist im Rahmen eines solchen Interventionsprojektes in Zusammenarbeit der Universität Wien und einer Schule entstanden. Im nächsten Kapitel werden die Forschungsfragen und der Forschungsprozess dieser Diplomarbeit genauer erläutert. Es werden die Haupthypothese sowie die Teilhypothesen der Forschungsarbeit vorgestellt und analysiert. Sie bilden die Grundlage zur Entwicklung des Fragebogens, welcher zur Befragung der 4. Klasse NMS diene.

4 Forschungsfragen und Forschungsprozess

Eine Forschungsfrage ist „[...] eine den Forschungsprozess anleitende Fragestellung. [...] So sollten Forschungsfragen mit Mitteln der empirischen Forschung beantwortbar sein; [...] den vorhandenen theoretischen und empirischen Wissensbestand berücksichtigen und zu seiner Erweiterung beitragen. [...]“ (Diaz-Bone und Weischer 2015, S. 142)

Da die vorliegende Diplomarbeit im Rahmen des BigPicnic konzipiert wurde, war es von Anfang an Ziel eine Forschungsfrage zu entwickeln, die Bezug zu einem für dieses Projekt relevantes Thema hat. Nachhaltigkeit und Bewusstseinsbildung in Bezug auf Ernährung bei Jugendlichen wurde zum Hauptthema. Daraus entwickelten sich die ersten zwei Vorläufer von Forschungsfragen, nämlich:

- *Gibt es bei Jugendlichen im Alter von 13 – 14 ein Ernährungsbewusstsein?*
- *Wie äußert sich dieses Bewusstsein?*

Da Kinder und Jugendliche den Großteil ihres Alltags in der Schule – einem Ort der Wissensvermittlung in dem die SchülerInnen auch „für's Leben lernen“ sollen – verbringen, wurden weitere Dimensionen miteinbezogen, die zu neuen Fragen führten:

- *Hat der Biologieunterricht einen (positiven) Einfluss auf die Bewusstseinsbildung?*
- *Was deckt der Biologie-Lehrplan in einer 4. Klasse NMS im Bereich Ernährung und Gesundheit ab?*
- *Können SchülerInnen im Alter von 13 – 14 Jahren realistische Zukunftsszenarien zum Thema Ernährung und Lebensmittelsicherung entwickeln?*

All diese Punkte wurden im weiteren Verlauf auf die folgenden beiden reduziert:

1. *„Wie steht es um das Ernährungsbewusstsein von SchülerInnen im Alter von 12 – 15 Jahren¹⁴?“*
2. *„Wie beeinflussen außerschulische Projekte wie das BigPicnic das Ernährungsbewusstsein und die Ernährungsvorstellungen von SchülerInnen im Alter von 12 – 15 Jahren?“*

Für die hier vorliegende Diplomarbeit ist v.a. Punkt 1. relevant, da die SchülerInnen der 4. Klasse NMS Sacre Coeur nicht an den Projekten des BigPicnic teilgenommen haben. Trotzdem haben die oben genannten Forschungsfragen zur Entwicklung der nun folgenden Haupthypothese beigetragen.

4.1 Die Haupthypothese

Eine Hypothese ist eine *„[...]Aussage, deren Gültigkeit auf Grundlage bereits bekannter Fakten oder theoretisch fundierter Überlegungen vermutet wird, die aber noch nicht experimentell falsifiziert wurde. [...] auch (eine, Anm. von C.H.) begründete vorläufige Annahme im Rahmen eines Modells [...] oder einer neuen wissenschaftlichen Theorie.“* (Campbell et al. 2009, S. 1809)

Die Haupthypothese einer jeden wissenschaftlichen Forschungsarbeit leitet sich aus der/den Forschungsfrage/n ab. Auch für die vorliegende Diplomarbeit wurden zuerst mehrere Forschungsfragen formuliert, die in einem nächsten Schritt zu einer zentralen Forschungsfrage zusammengefasst wurde, welche wiederum die Grundlage für die folgende Haupthypothese bildet:

„SchülerInnen der vierten Klasse NMS im Alter von 13 – 14 Jahren besitzen kein detailliertes Ernährungsbewusstsein und haben keine zukunftsorientierten Vorstellungen zum Thema Ernährung.“

Aus dieser Haupthypothese lassen sich weitere Teilhypothesen ableiten, welche mithilfe der zuvor formulierten Forschungsfrage/n zur Entwicklung des Fragebogens und Interviewleitfadens beigetragen haben. Im folgenden Unterkapitel werden diese Teilhypothesen vorgestellt.

¹⁴ Die Altersspanne beträgt 12 – 15 Jahre, da die Schulklasse, welche von Hr. Randa befragt wurde, eine 3. Klasse der NMS Sacre Coeur war und daher SchülerInnen im Alter von 12-14 Jahren umfasste, während Fr. Heider eine 4. Klasse mit SchülerInnen im Alter von 13 – 15 Jahren befragte. Da Hr. Randa und Fr. Heider zusammen an der Entwicklung der Forschungsfrage beteiligt waren, wurde diese Altersspanne festgelegt, mit der Absicht sie später in den Arbeiten von Hr. Randa und Fr. Heider an die jeweilige Befragtengruppe anzupassen. Die Arbeit von Herrn Randa ist allerdings noch nicht abgeschlossen.

4.2 Die Teilhypothesen als Grundlage für den Fragebogen

Der für die Datenerhebung zu dieser Diplomarbeit verwendete Fragebogen gliedert sich in drei Teile. Teil 1 befasst sich mit allgemeinen Fragen und Angaben, wie z.B. Alter, Geschlecht, aber auch mit Ernährungs- und Einkaufsgewohnheiten. Da die Befragten noch minderjährig waren, wurde auch die Familie und deren Einfluss miteinbezogen. Im Folgenden sind jene Fragen aufgelistet, die sich mit Ernährungsgewohnheiten und Einkaufsverhalten beschäftigen, inkl. der dazugehörigen Hypothesen (Anm.: die Nummerierung entspricht der jeweiligen Fragennummer im Fragebogen).

1. Teilhypothese:

„SchülerInnen im Alter von 13 – 14 Jahren richten ihre Ernährungs- und Einkaufsgewohnheiten aufgrund ihrer Minderjährigkeit und der daraus resultierenden Abhängigkeit nach den Gewohnheiten ihrer Eltern/Familie.“

Fragen zur 1. Teilhypothese:

8. Wer kocht bei Ihnen zu Hause die Mahlzeiten?
9. Mit wem nehmen sie hauptsächlich Ihre Mahlzeiten ein?
10. Wie oft gehen Sie/geht Ihre Familie Lebensmittel einkaufen?
13. Welche Produkte kaufen Sie am häufigsten, wenn Sie Lebensmittel einkaufen gehen (alleine oder als Familie)?

2. Teilhypothese:

„SchülerInnen im Alter von 13 – 14 Jahren ernähren sich hauptsächlich in Form von fleischbetonter Mischkost, vegetarische oder vegane Ernährung ist ein Ausnahmefall.“

Fragen zur 2. Teilhypothese:

5. Wie ernähren Sie sich hauptsächlich?
14. Was ist Ihr Lieblingsgericht?

3. Teilhypothese:

„Die Anwesenheit in der Schule hat wesentlichen Einfluss auf die Anzahl der eingehaltenen Mahlzeiten an den Wochentagen (Montag – Freitag).“

Fragen zur 3. Teilhypothese:

6. Welche der folgenden Mahlzeiten essen Sie täglich (unter der Woche)?
7. Welche der folgenden Mahlzeiten essen sie täglich (am Wochenende)?

4. Teilhypothese:

„SchülerInnen im Alter von 13 – 14 Jahren essen öfter zu Hause (oder von zu Hause mitgebrachte Speisen) als in Restaurants/in der Cafeteria/beim Schulbuffet.“

Fragen zur 4. Teilhypothese:

11. Gibt es in Ihrer Schule ein Schulbuffet und/oder eine Cafeteria?
12. Wie oft bestellen Sie zu Hause Essen von einem Restaurant, bzw. wie oft gehen Sie in ein Restaurant essen?

Teil 2 des Fragebogens steht unter der allgemeinen Überschrift „Ernährungsbewusstsein“. Die darin gestellten Fragen inkl. der dazugehörigen Teilhypothesen lauten folgendermaßen:

5. Teilhypothese:

„Jugendliche im Alter von 13 – 14 Jahren treffen ihre Lebensmittelauswahl anhand von Geschmack und emotionalen Gründen und nicht aufgrund eines bewusst gesunden Lebensstils.“

Fragen zur 5. Teilhypothese:

16. Beim Kauf von Lebensmitteln (tierisch & pflanzlich) achte ich auf die Herkunft. (Sechsteilige Antwortskala von „Trifft vollkommen zu“ bis „Trifft gar nicht zu“)
18. Beim Kauf von Lebensmitteln (tierisch & pflanzlich) achte ich auf Bio-Siegel (Ja-natürlich, Zurück zum Ursprung, Spar Natur pur etc.). (Sechsteilige Antwortskala von „Gar nicht“ bis „Sehr“).
22. Ich achte auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung. (Sechsteilige Antwortskala von „Auf jeden Fall“ bis „Nein, eigentlich nicht“)

23. Wie oft konsumieren Sie Fertigprodukte? (TK-Pizza, Nudelfertiggerichte, Fischstäbchen, Mikrowellenprodukte, Dosenprodukte)

6. Teilhypothese:

„Einschlägige Begriffe und deren Bedeutung aus dem Lebensmittelbereich sind Jugendlichen aus der befragten Altersgruppe nicht bekannt.“

Fragen zur 6. Teilhypothese:

15. Kreuzen Sie an welche dieser Begriffe in Bezug auf Lebensmittel Ihnen bekannt sind: (Aufgelistet waren Begriffe wie „Regionalität“, „Superfood“, „Bio“, etc.)
17. Wie können Sie überprüfen ob Lebensmittel nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums immer noch genießbar sind?

7. Teilhypothese:

„SchülerInnen aus der befragten Altersgruppe verfügen nur über ein rudimentäres zukunftsorientiertes Vorstellungsvermögen zum Thema Ernährung und Lebensmittelsicherheit.“

Fragen zur 7. Teilhypothese:

19. Ist die Verschwendung von Lebensmitteln für Sie ein Thema, welches Sie beschäftigt? Wenn ja, warum?
20. Die Zukunft unserer Ernährung macht mir Sorgen. (Sechsteilige Antwortskala von „Sehr“ bis „Überhaupt nicht“)
21. Ist es Ihrer Meinung nach notwendig, dass die Menschen auf der Welt ihre Ernährungsgewohnheiten ändern? Warum/Warum nicht?
24. Wie denken Sie wird sich die Menschheit im Jahr 2050 ernähren?

In Teil 3 soll das Fachwissen der SchülerInnen erfragt werden. Die dafür relevante Teilhypothese lautet folgendermaßen:

8. Teilhypothese:

„SchülerInnen der befragten Altersgruppe verfügen nur über mangelndes Fachwissen zum Thema Ernährung.“

Fragen zur 8. Teilhypothese:

25. Nennen Sie die 3 Hauptbestandteile der menschlichen Ernährung.
26. Was sind Kohlenhydrate?
27. Welche der folgenden Punkte sind Folgen von Fehlernährung?
28. Was stellt die folgende Abbildung dar? (Anm.: zu sehen war eine Abbildung einer Ernährungspyramide)
29. Warum müssen wir Kohlenhydrate zu uns nehmen?
30. Wofür benötigt unser Körper Fette?
31. Wofür braucht unser Körper Proteine?
32. Welche der folgenden Begriffe kennen Sie? (es war eine Auswahl von vier Fachbegriffen gegeben)
33. Warum brauchen wir Vitamine?

4.3 Die Teilhypothesen als Grundlage für den Interviewleitfaden

Im Laufe der Forschungsarbeiten zu der vorliegenden Diplomarbeit gab es mehrere Meetings der MitarbeiterInnen des BigPicnic. In einem dieser Meetings wurde beschlossen, dass zur besseren Klärung der Fragestellungen und höheren Aussagekraft der Ergebnisse Interviews mit einigen SchülerInnen aus den zwei teilnehmenden Klassen durchgeführt werden sollen, da der Fragebogen alleine vielleicht nicht genügend Erkenntnisse generieren könnte.

Nachdem der Interviewleitfaden auf dem Fragebogen basiert, wurden dieselben Forschungsfragen und Hypothesen herangezogen, welche in den vorangegangenen Kapiteln erläutert wurden. Diesmal allerdings lag der Fokus darauf, das Interview als ein abschließendes Gespräch zum Forschungsthema zu führen und zu ermitteln, ob seit der ersten Befragung Unterschiede im Wissen um Ernährung oder im Ernährungsbewusstsein aufgetreten sind. Drei Punkte standen dabei im Fokus und waren der Ausgangspunkt für ein bis mehrere Unterpunkte:

- **Ernährungsbewusstsein:**
 - *Veränderungen (positiv und negativ) seit Beginn der Befragung sollen ermittelt werden.*
 - *Wie wird gegessen, was wird gegessen, wann wird gegessen?
Welchen Stellenwert hat Essen innerhalb der Familie, bzw. für einen selbst?*

Wie wichtig ist die eigene Ernährung in Bezug auf Gesundheit, Sport, Lifestyle?

Die SchülerInnen sollen dies in ihren eigenen Worten erklären!

- **Hervorzuhebende Antworten aus dem Fragebogen sollen näher beleuchtet werden:**
 - *Warum wurden bestimmte Antworten angekreuzt?*
(Frage 13 und Frage 15)
- **Ideen zur Ernährung der Zukunft:**
 - *Allgemeine Ideen, wie es in der Zukunft mit Ernährung aussehen könnte, sollen von den SchülerInnen in eigenen Worten wiedergegeben werden.*

Aus diesen drei Ausgangspunkten wurden die folgenden Fragen für den Interviewleitfaden erstellt:

1. *Wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus?*
2. *Erkläre, warum du folgende Begriffe angekreuzt hast (Frage 15 auf dem Fragebogen)!*
Was ist Regionalität für dich?
3. *Erkläre, warum du folgende Begriffe angekreuzt hast (Frage 13 auf dem Fragebogen)!*
4. *Wie findet das Einkaufen bei dir/in eurer Familie statt? (Wer, wann, wie oft, wo, ...?) Ist Einkaufen koordiniert (Einkaufszettel)?*
5. *Mit den Einzelteilen der Ernährungspyramide soll (a) 1x die eigene Ernährung und (b) 1x „gesunde“ Ernährung dargestellt werden.*
 - *Welche Unterschiede fallen dir auf?*
 - *Wieso gibt es diese Unterschiede?*
6. *Wie sieht dein Frühstück/Mittag-/Abendessen aus?*
Welche Bedeutung haben die Mahlzeiten für dich?
7. *Was heißt für dich „gesunde Ernährung“?*
Was ist gute/schlechte Ernährung?
8. *Worauf achtest du bei deiner Ernährung?*
Warum achtest du darauf?
9. *Ist deine Ernährungsform zukunftsfähig?*
10. *Wie informierst du dich über das Thema?*

Ist Ernährung ein Thema in deiner Familie? (Wenn ja/nein, warum/nicht?)

11. Machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung?

12. Wie, denkst du, werden wir uns in Zukunft ernähren?

Anmerkungen:

a) Zu Frage 5:

Die Ernährungspyramide wurde von Cornelia Heider und Patrick Randa ausgeschnitten und den SchülerInnen vorgelegt. Die SchülerInnen mussten nun mit den ausgeschnittenen Teilen der Ernährungspyramide einmal ihren persönlichen Ernährungsstil und einmal einen idealisierten „gesunden“ Ernährungsstil nach ihren eigenen Vorstellungen auflegen.

b) Zu Frage 4:

Es sollte ein fiktiver Einkaufszettel von den SchülerInnen erstellt werden, um zu veranschaulichen, wie z.B. ein durchschnittlicher Wocheneinkauf der SchülerInnen und ihrer Familien aussieht.

Die einzelnen Interviewfragen wurden anhand der Forschungsfragen entwickelt und zusammen mit Teilhypothesen zusammengeführt. Die folgenden Fragen beziehen sich auf den Lebensstil und Alltag der SchülerInnen. Hinterfragt wird dabei ob die Jugendlichen sich bewusst mit ihrer Ernährung bzw. den konsumierten Lebensmitteln auseinandersetzen und ob dies auch auf die restliche Familie zutrifft. Die Nummerierung der Fragen bezieht sich auf deren Reihenfolge im Interviewleitfaden (s. Anhang 8.5 Interviewleitfaden blanko).

1. Teilhypothese

„Jugendliche im Alter von 13 – 14 Jahren treffen ihre Lebensmittelauswahl anhand von Geschmack und emotionalen Gründen und nicht aufgrund eines bewusst gesunden Lebensstils. Außerdem wird der Lebensmitteleinkauf meist von Erziehungsberechtigten durchgeführt.“

1. Wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus?
2. Erkläre, warum du folgende Begriffe angekreuzt hast (Frage 13 auf dem Fragebogen)!
4. Wie findet das Einkaufen bei dir/in eurer Familie statt? (Wer, wann, wie oft, wo, ...?)
Ist Einkaufen koordiniert (Einkaufszettel)?
6. Wie sieht dein Frühstück/Mittag-/Abendessen aus?

Welche Bedeutung haben die Mahlzeiten für dich?

Die folgende Frage bezieht sich auf Frage Nr. 15 im Fragebogen und v.a. deren Beantwortung. Hier stand die Motivation hinter den Antworten im Mittelpunkt. Ziel war es zu ermitteln, ob die angekreuzten Begriffe in ihrer Bedeutung korrekt verstanden wurden bzw. tatsächlich bekannt waren.

2. Teilhypothese

„Einschlägige Begriffe und deren Bedeutung aus dem Lebensmittelbereich sind Jugendlichen aus der befragten Altersgruppe nicht bekannt.“

3. Erkläre, warum du folgende Begriffe angekreuzt hast (Frage 15 auf Fragebogen)!

Was ist Regionalität für dich?

Als nächstes wurde hinterfragt, ob das Wissen, welches in der Schule vermittelt wurde (s. Kapitel 3 Lehrplan der 4. Klasse NMS, Unterrichtsfach Biologie), gespeichert und auch im Privatleben praktisch umgesetzt wird. Außerdem wurden schulexterne Informationsquellen, bzw. auch das Interesse an einem (gesunden) Lebensstil thematisiert.

3. Teilhypothese

„Im Unterricht erworbenes Wissen wird nicht auf das eigene Ernährungsverhalten übertragen. SchülerInnen lassen sich durch „Halbwissen“ aus externen (digitalen) Quellen, wie z.B. YouTube, Instagram, Facebook, Influencer, Zeitschriften etc., beeinflussen.“

5. Mit den Einzelteilen der Ernährungspyramide soll (a) 1x die eigene Ernährung und (b) 1x „gesunde“ Ernährung dargestellt werden.

➤ Welche Unterschiede fallen dir auf?

➤ Wieso gibt es diese Unterschiede?

7. Was heißt für dich „gesunde Ernährung“?

Was ist gute/schlechte Ernährung?

8. Worauf achtest du bei deiner Ernährung?

Warum achtest du darauf?

10. Wie informierst du dich über das Thema?

Ist Ernährung ein Thema in deiner Familie?

(Wenn ja/nein, warum/nicht?)

Mit den folgenden Fragen wurde untersucht, ob sich SchülerInnen in der befragten Altersgruppe Gedanken über die Zukunft bzgl. „Ernährung und Lebensmittelsicherheit“ in Bezug auf sich selbst bzw. im Allgemeinen machen.

4. Teilhypothese

„SchülerInnen aus der befragten Altersgruppe verfügen nur über ein rudimentäres zukunftsorientiertes Vorstellungsvermögen zum Thema Ernährung und Lebensmittelsicherheit.“

9. Ist deine Ernährungsform zukunftsfähig?
11. Machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung?
12. Wie denkst du werden wir uns in Zukunft ernähren?

Nachdem die Interviewleitfäden erstellt worden waren, wurden sie an einer AHS und an einer NMS einem Pretest unterzogen. Je drei SchülerInnen – in derselben Altersstufe wie die eigentlichen TeilnehmerInnen der Studie – waren Test-InterviewpartnerInnen, um (a) den Interviewleitfaden komplett durchzuspielen, (b) eventuelle Missverständnisse bzw. Probleme vorab aufzudecken, und (c) den Interviewern somit die Möglichkeit zu geben, den Leitfaden noch einmal zu überarbeiten. Außerdem wurden technischen Hilfsmittel¹⁵, welche zur Aufzeichnung der Interviews verwendet werden sollten, auf ihre Tauglichkeit geprüft.

Im nächsten Kapitel werden die Kriterien zur Auswahl der InterviewpartnerInnen erläutert.

4.4 Auswahl der InterviewpartnerInnen

Aus den insgesamt 22 infrage kommenden SchülerInnen wurden acht ausgewählt, um an den Face-to-Face-Interviews¹⁶ teilzunehmen. Die Auswahlkriterien wurden wie folgt bestimmt:

- a) Die SchülerInnen mussten an beiden Befragungen mit Fragebögen am 24.11.2017 und am 25.05.2018 teilgenommen haben. Dadurch wurden neun von 31 SchülerInnen vorab ausgeschlossen, wodurch nur noch 22 potenzielle InterviewteilnehmerInnen übrig geblieben sind.

¹⁵ Apps auf den jeweiligen Smartphones der Interviewer.

¹⁶ „Der Idee einer unmittelbaren, direkten Kommunikation folgend, sitzen sich bei einem Face-to-Face-Interview (dt.: "Gesicht-zu-Gesicht-Interview") Forscher/in und Befragte/r gegenüber. [...]“ (Lüdders 2016, S. 28)

- b) Das Geschlechterverhältnis wurde mit 1:1 festgelegt, d.h., dass 50% weibliche und 50% männliche SchülerInnen an den Interviews teilnehmen sollten.
- c) Die Fragebögen wurden daraufhin untersucht, wie ausführlich bzw. spärlich die Antworten auf die offenen Fragen ausfielen. Das Verhältnis „(sehr) detailliert beantwortet“ zu „(sehr) minimalistisch beantwortet“ sollte bei annähernd 1:1 liegen.
- d) Der Ernährungsstil – vegan oder vegetarisch bzw. Mischkost (fleisch- oder pflanzenbetont) – sollte ursprünglich ebenfalls eine Grundlage für die Auswahl sein. Allerdings war es nicht möglich im Verhältnis vegan/vegetarisch zu Mischkost = 1:1 zu operieren, da es keine VeganerInnen/VegetarierInnen in der Klasse gab. Auch das Verhältnis fleischbetonte Mischkost zu pflanzenbetonter Mischkost war keine gute Grundlage für ein Auswahlkriterium der InterviewteilnehmerInnen, da es gerade einmal zwei SchülerInnen gab, die „pflanzenbetonte Mischkost“ als ihre Haupternährungsform angegeben hatten (s. Auswertung der Interviews Kapitel 6.5). Deshalb wurde im Endeffekt beschlossen diese Auswahlkategorie zu verwerfen.
- e) Da die Zeit sehr beschränkt war (Interviews waren nur während der Biologiestunden der kooperierenden LehrerInnen möglich) und das Schuljahr sich dem Ende zuneigte, wurde beschlossen, sich auf insgesamt acht InterviewpartnerInnen zu beschränken. Für den Fall, dass ein/e SchülerIn am Tag des Interviews abwesend wäre, wurden zwei „Back-Up-InterviewpartnerInnen“ ausgewählt, die im Bedarfsfall einspringen konnten.

Nach Absprache mit der Biologielehrerin der 4. Klasse NMS Sacre Coeur wurden der 30.05.2018 und der 06.06.2018 als Interviewtage festgelegt. Während des zweiten Interviewtags kristallisierte sich heraus, dass noch ein weiterer Termin festgelegt werden musste, da das letzte Interview zeitlich nicht mehr am zweiten Tag stattfinden konnte. Somit war der dritte und letzte Interviewtermin der 13.06.2018.

Im folgenden Kapitel werden Material und Methoden behandelt. Da für die Datenerhebung sowohl qualitative als auch quantitative Methoden eingesetzt wurden, ist beiden ein eigenes Unterkapitel gewidmet.

5 Material und Methoden

5.1 Quantitative Methoden – Der Fragebogen

Quantitative Methoden eignen sich v.a. zur Erhebung großer Datenmengen in relativ kurzer Zeit.

„Während in quantifizierenden Forschungsdesigns mit einer großen Zahl von vergleichbaren Fällen gearbeitet wird, zeichnen sich qualitative Forschungsansätze durch relativ geringe Fallzahlen aus.“

(Diaz-Bone und Weischer 2015, S. 134)

Das am häufigsten genutzte Medium zur quantitativen Datenerhebung ist der Fragebogen. Dieser ist *„[...] im Kontext standardisierter Befragungen die systematische Zusammenstellung aller Fragen und Antwortvorgaben, mit denen die zu Befragenden (meist von den InterviewerInnen) konfrontiert werden. [...]“* (Diaz-Bone und Weischer 2015, S. 144)

Eine Unterform der Fragebogenbefragung stellt die Paper- und Pencil-Befragung dar, welche auch zur Datenerhebung für die vorliegende Diplomarbeit verwendet wurde.

„Unter einer Paper- und Pencil-Befragung wird eine schriftliche Befragung mittels eines ausgedruckten Fragebogens und eines Stifts verstanden. Die Probanden füllen den Fragebogen somit per Hand aus.“ (Lüdders 2016, S. 17)

Vor- bzw. Nachteile dieser Befragungsmethode (Lüdders 2016, S. 17–18):

- Die Repräsentativität kann vorab durch den Forscher kontrolliert werden.
- Die Anzahl der TeilnehmerInnen kann höher ausfallen als bei persönlichen Befragungen, wie dem Interview.
- Sofern die Paper- und Pencil-Befragung in Anwesenheit des/der Forschers/Innen stattfindet, kann/können diese/r kontrollierend eingreifen, falls es z.B. zu Ablenkungen kommt.
- Ebenso können die TeilnehmerInnen bei durch den/die ForscherInnen persönlich durchgeführten Befragungen Rückfragen bzw. Verständnisfragen stellen. Unklarheiten lassen sich dadurch sofort aufklären.

- Ist/sind der/die Forscher/Innen während der Befragung persönlich anwesend, bedeutet das einen höheren zeitlichen und finanziellen Aufwand.
- Da die Fragebögen für die Befragung ausgedruckt werden und nach der Befragung die Antworten händisch in ein Softwaresystem eingelesen werden müssen, ergibt sich hier ebenfalls ein höherer zeitlicher und finanzieller Aufwand.
- Voraussetzung für eine Paper- und Pencil-Befragung ist die Fähigkeit der Befragten die Fragen und Antworten zu verstehen und diese auch beantworten zu können, einerseits durch Lese- und Rechtschreibkompetenzen sowie andererseits durch die bewusste und gewissenhafte Beantwortung der Fragen.

5.1.2 Erstellung des Fragebogens

Bei der Konstruktion eines Fragebogens muss man auf zwei Dinge achten, nämlich (a) auf eine „gute“ Frage- und Antwortformulierung sowie (b) auf den Aufbau des Fragebogens. (Lüdders 2016, S. 79). Für beide Punkte existieren Richtlinien, an denen sich der/die ForscherIn orientieren kann. Bzgl. Punkt (a) – der Frageformulierung – hat Lüdders eine Checkliste erarbeitet, welche dabei behilflich sein kann „gute“ Fragen zu formulieren:

Für Punkt (b) sind die Richtlinien nur grob umrissen, da sich die Kriterien immer an den Inhalten und der Zielgruppe orientieren müssen. Die folgende Auflistung zum Aufbau eines Fragebogens nach Lüdders stellt eine gute Grundlage für ForscherInnen dar, die für ihre Forschung einen Fragebogen konstruieren müssen:

Selbst-Check des Forschers		Antwort/abzuleitende Maßnahmen
Sind die Fragen für die Befragtengruppe verständlich formuliert?	ja	✓
	nein	Wenn nein, dann müssen die Fragen an den Wissensstand und Erfahrungshorizont der Zielgruppe angepasst werden. Auf Fremdwörter und seltene Begriffe sollte generell verzichtet werden.
Sind die Fragen zu unkonkret bzw. zu allgemein formuliert?	nein	✓
	ja	Wenn ja, dann müssen die Fragen noch weiter präzisiert werden. Zu abstrakte Begriffe sind zu vermeiden, weil sie kaum zur Differenzierung eines Inhalts beitragen können.
Sind die Fragen eindeutig formuliert, d. h. beziehen sie sich auf einen Sachverhalt?	ja	✓
	nein	Wenn nein, dann müssen so viele Fragen formuliert werden, wie es Sachverhalte gibt.
Sind die Fragen grammatikalisch einfach formuliert?	ja	✓
	nein	Wenn nein, dann sollte sprachlich vereinfacht werden und z. B. auf doppelte Verneinungen und Schachtelsätze verzichtet werden.
Sind die Fragen kurz formuliert, d. h. besitzen sie weniger als 20 Wörter?	ja	✓
	nein	Wenn nein, dann die Frage kürzen oder abwägen, ob der Inhalt so wichtig ist, dass er genauso abgefragt werden muss.
Sind die Fragen mit Wörtern wie „alle“, „niemals“ oder „keine“ formuliert?	nein	✓
	ja	Wenn ja, dann diese Wörter möglichst vermeiden, weil durch sie kaum eine Differenzierung möglich ist.
Sind die Fragen so formuliert, dass sie Befragte überfordern könnten?	nein	✓
	ja	Wenn ja, dann die Fragen mit hypothetischen Inhalten, Zukunftsfragen und Fragen, die ein gutes Erinnerungsvermögen voraussetzen, möglichst gering halten.
Sind die Fragen neutral formuliert?	ja	✓
	nein	Wenn nein, dann die Fragen mit suggestiven Tendenzen rausnehmen oder umformulieren.

Abbildung 4: Checkliste für die Frageformulierung bei schriftlichen als auch mündlichen Befragungen (Lüdders 2016, S. 53)

- Die Einleitung sollte motivierend gestaltet sein, d.h. der Text sollte so kurz wie möglich und gleichzeitig informativ für die TeilnehmerInnen sein, um die Motivation an der Partizipation zu steigern. Wichtige Informationen, die im Einleitungstext enthalten sein sollten sind:
 - Angabe des/der Forschers/ForscherIn und Instituts, welche für die Befragung verantwortlich sind
 - Überblick über die Ziele der Befragung
 - Knappe Erläuterung, warum die Teilnahme des/der einzelnen Befragten wichtig für das Erreichen der Ziele sind
 - Die Bitte, dass wirklich alle Fragen so gut und gewissenhaft wie möglich beantwortet werden sollen

- Ein Vermerk zur Anonymität und Datenverarbeitung
- Dank für die Teilnahme an der Befragung
- Die Instruktionen, also die Hinweise zur Bearbeitung des Fragebogens, müssen an die Zielgruppe angepasst sein und dementsprechend formuliert werden. Es können auch Instruktionshinweise vor den jeweiligen Fragen stehen. Standardinstruktionen sollten folgende Punkte beinhalten:
 - Ein Hinweis darauf, dass alle Fragen in Ruhe und genau zu lesen sind
 - Eine Erklärung dazu, wie die Fragen zu beantworten sind
 - Die Aufforderung, dass die Fragen so gut wie möglich zu beantworten sind
 - Eine Klarstellung, dass es keine „falschen“ Antworten gibt
 - Ein Hinweis zur Anonymität der TeilnehmerInnen
- Um die Beantwortung aller Fragen zu gewährleisten, ist es wichtig, dass sie so aufgebaut werden, dass die Teilnahme an der Befragung als interessant erlebt wird. Daher empfiehlt es sich anregende Fragen („Eisbecherfragen“) an den Anfang zu stellen, während demografische oder heikle Fragen eher zum Schluss gestellt werden sollten.
- Eine Gliederung in inhaltlich kohärente Themenblöcke ist empfehlenswert, mit Ausnahme von Testfragen, deren abwechselnde und unzusammenhängende Anordnung einem zu ähnlichen Antwortverhalten vorbeugen soll.
- Zur Einführung in neue Themenblöcke eignen sich sogenannte Überleitungsfragen.
- Der Halo-Effekt soll vermieden werden, d.h., dass sich Antworten auf vorangegangene Fragen nicht negativ auf das weitere Antwortverhalten auswirken sollen.
- Fragen am Ende des Fragebogens (Abschlussfragen) sollten einfach zu beantworten sein. Hier empfiehlt es sich demografische Details abzufragen.
- Ein entscheidender Faktor für die Motivation der TeilnehmerInnen ist die Zeit, die es braucht um einen Fragebogen auszufüllen. Daher sollte die Konstruktion des Fragebogens und die damit verbundene Ausfüllzeit an die jeweilige Zielgruppe angepasst werden. Im Allgemeinen lässt sich allerdings sagen, dass die Bearbeitungszeit eines Fragebogens wenn möglich nie mehr als 40 Minuten in

Anspruch nehmen sollte. Ein Problem bei Paper- und Pencil-Befragungen ist, dass manche TeilnehmerInnen früher fertig sind als andere. Damit die verbleibenden TeilnehmerInnen nicht gestört werden, ist es ratsam, noch einige für das Forschungsziel nicht direkt relevante Fragen an das Ende des Fragebogens zu stellen oder die Abschlussfragen etwas länger zu gestalten. (Lüdders 2016, S. 80–88)

Nachdem diese grundlegenden Richtlinien zur Erstellung eines ersten Fragebogenrohlings geführt haben, sollte man sich mit den Feinheiten der Fragebogengestaltung beschäftigen. Sollen offene oder geschlossene Fragen zum Einsatz kommen? Wenn zweitens, dann Single- oder Multiple-Choice-Fragen? Ist es sinnvoll offene und geschlossene Fragen zu kombinieren?

„Offene Fragen haben den Vorteil, dass sie den Befragungspersonen die Möglichkeit bieten, so zu sprechen, wie sie es gewohnt sind (wie ihnen „der Schnabel gewachsen ist“); als Nachteile offener Fragen gelten gemeinhin, dass die Ergebnisse sehr stark von der Verbalisierungsfähigkeit der Befragungsperson abhängen und dass Personen häufig Schwierigkeiten haben im Umgang mit offener Sprache (oder Schrift). Dazu kommt [...] ein immenser Aufwand bei der späteren Auswertung.“ (Porst 2014, S. 57)

„Bei geschlossenen Fragen gibt es eine begrenzte und definierte Anzahl möglicher Antwortkategorien, in welche die Befragungsperson ihre Antwort einpassen („formatieren“) muss. Dabei ist zu unterscheiden zwischen Fragen mit nur einer zulässigen Antwort (Einfachnennung) (engl.: „single choice“, Anm. von C.H.), bei der sich die Befragungsperson für eine der vorgegebenen Alternativen entscheiden muss und Fragen mit mehr als einer zulässigen Antwort (Mehrfachnennungen) (engl.: „multiple choice“, Anm. von C.H.), bei denen sie mehrere der vorgegebenen Kategorien auswählen kann.“ (Porst 2014, S. 53)

Es existiert allerdings auch eine Zwischenform von offenen und geschlossenen Fragen: Die halboffenen Fragen. Sie definieren sich dadurch, dass an eine geschlossene Frage eine zusätzliche Kategorie (z.B.: „Sonstiges: _____“) angehängt wird, wodurch die Befragungsperson die Möglichkeit hat sich mit eigenen Worten auszudrücken, falls sie sich nicht in eine der bereits vorgegebenen Antwortkategorien einordnen kann oder möchte. Diese spezielle Frageform ist außerdem zu empfehlen, wenn der Umfang aller tatsächlichen Antworten zwar abgeschätzt werden kann (geschlossener Teil der Frage mit vorgegebenen Kategorien), allerdings keine endgültige Anzahl an Antwortmöglichkeiten definiert werden kann (offene Kategorie). Neben der Datengewinnung dient die als Restkategorie bezeichnete letzte Option auch dazu die Motivation der TeilnehmerInnen aufrechtzuerhalten, indem sie sich mit eigenen Worten mehr einbringen können. (Porst 2014, S. 57–59)

im Fragebogen, welcher für die Datenerhebung der vorliegenden Diplomarbeit verwendet wurde, sind sowohl offene, geschlossene als auch halboffene Fragen enthalten. Außerdem wechseln sich Single- und Multiple-Choice-Antworten ab. Um den TeilnehmerInnen die Beantwortung zu erleichtern bzw. die Fehlerquote durch Item-Nonresponse¹⁷ zu senken, sind alle Fragen mit einem Hinweis versehen, um zu verdeutlichen, dass es sich um eine Single- oder Multiple-Choice-Frage handelt. So lässt der Satz „Markieren Sie nur ein Oval“ auf eine Single-Choice- und „Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus“ auf eine Multiple-Choice-Frage schließen. Offene Fragen bzw. der offene Teil einer halboffenen Frage ist durch eine oder mehrere Linien für die eigenständig formulierte Antwort markiert (s. Anhang 8.2 Fragebogen blanko). Ebenso kommen Fragen mit vorgegebener Antwortskala vor.

„Auch Fragen, zu deren Beantwortung Skalen vorgelegt werden, sind im Prinzip geschlossene Fragen, weil die Skalenpunkte das Universum der möglichen Antworten abbilden. Man muss sich für einen und nur einen der Skalenpunkte entscheiden, darüber hinaus stehen (von eventuell vorgegebenen Restkategorien wie „weiß nicht“ abgesehen) keine legitimen Antwortmöglichkeiten zur Verfügung.“ (Porst 2014, S. 66)

Laut Lüdders ist dabei jedoch von zwei möglichen Fehlerquellen auszugehen:

- **Die Tendenz zur Mitte**

Bei ungeraden Skalen (3/5/7/... Punkte) besteht immer die Gefahr, dass die Befragten sich für den Mittelwert entscheiden. Dies ist für die spätere Auswertung ein Problem, da nicht mit Sicherheit belegt werden kann, ob (a) der/die Befragte tatsächlich einen neutralen Standpunkt vertritt oder aber (b) einfach entscheidungsunwillig war und sich daher nicht zu einer eindeutigeren Antwortkategorie bekennen wollte. Ebenso darf man nicht außer Acht lassen, dass eine Befragung durch Fragebögen situationsbedingt einem Test gleicht und die Befragten bewusst oder unbewusst der Meinung sein können, dass sie mit einer Antwort in der Mitte (vermeintlich) keine Fehler machen können.

¹⁷ „A distinction is made between individuals for which all responses are missing, i.e., unit nonresponse, and respondents for which only the responses to (a group of) particular items are missing, i.e., item nonresponse.“ (Huisman 1999, S. 3)

„[...] (manchmal, Anm. von C.H.) sind die Befragten [...] recht „kreativ“ und kreuzen z.B. im Raum zwischen den beiden nämlichen Kategorien an; manche kreuzen auch beide Kategorien an oder verbinden die beiden Kategorien durch Einkringeln oder Pfeile oder ähnliches. Das ist für die Daten natürlich genauso wenig hilfreich wie die Entscheidung, in einem solchen Falle überhaupt kein Kreuz zu machen. Alles mündet letztendlich in item nonresponse.“ (Porst 2014, S. 56)

- **Einheitliches Antwortverhalten von Befragten**

Das große Problem von Skalen mit Mittelwert liegt darin, dass daraus ein einheitliches Antwortverhalten der Befragten resultiert. Dies wird durch einheitliche Antwortkategorien begünstigt – die Fragen mögen sich zwar unterscheiden, die Antwortskalen jedoch nicht. Daher empfiehlt es sich die unterschiedlichen Skalen mal in eine, dann wieder in die andere Richtung laufen zu lassen. Durch diese Taktik werden die Befragten dazu gezwungen ihre Antworten genauer zu überdenken und Fragen sowie Antworten ebenso genauer zu lesen. (Lüdders 2016, S. 73–74)

Um Fehlerquellen von vornherein zu vermeiden, empfiehlt es sich einen oder mehrere Pretests durchzuführen.

„Unter einem Pretest versteht man – ganz allgemein gesagt – die Testung und Evaluation eines Fragebogens oder einzelner seiner Teile vor ihrem Einsatz in der Haupterhebung. [...] Pretests geben uns – im Vorfeld unserer Haupterhebung, [...] – Auskunft über...

1. *die Verständlichkeit von Fragen*
2. *die Reihenfolge der Fragen*
3. *Kontexteffekte*
4. *das Zustandekommen von Antworten*
5. *Häufigkeitsverteilungen der Antworten*
6. *Probleme der Befragten mit ihrer Aufgabe*
7. *Interesse und Aufmerksamkeit der Befragten bei einzelnen Fragen*
8. *das Wohlbefinden der Befragten*
9. *Probleme der Interviewer mit dem Fragebogen*
10. *Technische Probleme bei Fragebogen und Befragungshilfen*
11. *die Zeitdauer der Befragung*

Diese Liste mit ihren sehr unterschiedlichen Zielrichtungen lässt erahnen, dass es den Pretest gar nicht gibt. Und tatsächlich ist es so, dass wir zum Erreichen der einzelnen Ziele recht unterschiedliche Arten von Pretests zum Einsatz bringen müssen.“ (Porst 2014, S. 190–191)

Es gibt allerdings laut Porst auch weitere, weniger aufwändige Verfahren, um die Qualität eines Fragebogenentwurfes zu prüfen und somit vorab mögliche Fehlerquellen aufzuspüren. So ist es ratsam auf jeden Fall eine/n KollegIn einen Blick auf den Fragebogenentwurf werfen zu lassen. Je mehr KollegInnen sich dafür finden, desto besser. Ebenso kann es hilfreich sein den Fragebogenentwurf ein paar wenigen potenziellen Befragungspersonen vorzulegen und damit eine Befragungssituation zu „simulieren“. Währenddessen oder danach kann man mit den betreffenden Personen Rücksprache halten, um zu ermitteln, wo es Probleme gegeben hat, welche Fragen oder Begriffe ihnen unklar gewesen sind und warum, welche Fragen anders und besser formuliert werden können u.v.m.

Neben mehr oder weniger aufwändigen Checklisten sollte aber auch die eigene Kreativität genutzt werden, um den Fragebogenentwurf zu verbessern. Egal welche Strategie dabei verfolgt wird, alles, was in dieser Phase der Fragebogenentwicklung getan wird, ist besser als nichts zu tun. (Porst 2014, S. 205).

Wurden alle möglichen Pretests durchgeführt und der Fragebogen gegebenenfalls verbessert, kann die eigentliche Befragung mit den vorgesehenen Probanden durchgeführt werden.

5.2 Qualitative Methoden – Das Interview

Im Gegensatz zu quantitativen Methoden werden qualitative Methoden nicht dazu eingesetzt, um eine große Datenmenge zu produzieren, sondern die Aussagekraft der erhobenen Daten zu verstärken. Eine der am häufigsten verwendeten quantitativen Methoden ist das Interview, eine „[...] 1. sozialwissenschaftliche Forschungsmethode, bei der ein Interviewer (als Agent des Forschers) im direkten Kontakt mit einem zu Interviewenden (Probanden) Fragen stellt, um unter kontrollierten Bedingungen Informationen zu erhalten. In der theoretischen Vorbereitung werden die Fragen als Operationalisierung der theoretischen Begriffe so formuliert und so angeordnet, daß [sic] der Zweck der Informationsgewinnung erreicht wird.“ (Reinhold 2000, S. 309)

Die Vorteile eines Interviews, im Falle der vorliegenden Diplomarbeit handelte es sich um ein Face-to-Face-Interview, sind vielfältig. Lüdders beschreibt in ihrem Buch eine Pro- und Contra-Liste in Bezug auf Face-to-Face-Interviews. So gibt es zum einen durch die direkte Kommunikation ständig die Möglichkeit von Aktion und Reaktion zwischen ForscherIn und Befragtem/Befragter. Durch diese Interaktion und der damit verbundenen besseren Kontrolle über den Ablauf des Interviews und das Verständnis für die Fragen, wird die Gültigkeit der nachfolgenden Auswertung positiv beeinflusst. Ebenfalls positiv beeinflusst wird das Antwortverhalten der befragten Person. Durch die direkte Kommunikation wird nämlich eine Art Vertrauensverhältnis aufgebaut und dies führt wiederum zu authentischeren Antworten als z.B. bei einer postalischen oder Online-Befragung. Außerdem kann man visuelle, auditive und sensitive Reize in die Befragung inkludieren, was bei einer nicht persönlichen Befragungsform nicht möglich ist, allerdings zur detaillierteren Datengewinnung beitragen kann. Im Fall der vorliegenden Diplomarbeit wurde beispielsweise eine Ernährungspyramide vor den Interviews in ihre einzelnen Bausteine zerschnitten und

dann den Befragten vorgelegt, damit diese ihre eigene bzw. eine idealisierte „gesunde“ Form der Ernährung anhand einer selbst gestalteten Ernährungspyramide verdeutlichen konnten.

Neben den genannten Vorteilen gibt es aber natürlich auch Nachteile im persönlichen Interview. So haben schriftliche Befragungen den Vorteil, dass eine große Menge an TeilnehmerInnen zur selben Zeit befragt werden können, wohingegen bei mündlichen Befragungen immer nur eine Person nach der anderen interviewt werden kann. Dies wirkt sich negativ auf finanzielle und zeitliche Ressourcen der ForscherInnen aus. So sehr die direkte Kommunikation den Interviewverlauf und die Datenerhebung positiv beeinflussen kann, so sehr kann sie sich aber auch negativ auf die Befragungssituation und/oder die Antworten auswirken – eine Beeinflussung der Befragten durch die Forschenden ist nie hundertprozentig auszuschließen. Da sich der/die InterviewerIn durch den hohen Grad der Standardisierung nur auf den Leitfaden stützen kann, muss dieser wiederum dementsprechend genau und sorgfältig ausgearbeitet sein, aber das asymmetrische Verhältnis zwischen Befragungsperson und ForscherIn kann durch einen Leitfaden noch einmal mehr verstärkt werden. Um auf unvorhergesehene Zwischenfragen eingehen zu können, muss/müssen der/die InterviewerInnen dementsprechend gut in die Thematik des Interviews eingeleitet sein, denn es ist die Aufgabe der Interviewenden, das Gespräch in Gang zu halten, d.h., es braucht ein gewisses Maß an zwischenmenschlich-sozialen und kommunikativen Fähigkeiten, um ein Interview durchzuführen. Dabei ist es auch wichtig, dass der/die InterviewerIn fähig ist, geeignet nachzufragen und zu konkretisieren. (Lüdders 2016, S. 29–30)

Die oben genannten Punkte verdeutlichen noch einmal, dass ein Interview einen Mehraufwand bzgl. zeitlicher und finanzieller Ressourcen bedeutet. Eventuell sind Schulungen für die zukünftigen InterviewerInnen vonnöten, um die Personen auf ihre Rolle vorzubereiten. Der Erfolg eines Interviews hängt auch mit dem Willen und Verständnis der Befragungspersonen zusammen; wer keine Auskunft geben will oder die Frage nicht versteht, wird keine brauchbaren Daten liefern. Die sprachlichen Fähigkeiten der Befragungspersonen sind ebenso ein wichtiger Faktor, der nicht unterschätzt werden darf. Probleme im Ausdruck oder bei der Formulierung zusammenhängender Sätze können später für die Auswertung problematisch werden. Außerdem verlängert sich die Interviewzeit in einem solchen Fall oft, was wiederum mehr zeitliche und evtl. finanzielle Ressourcen in Anspruch nimmt.

6 Auswertung, Datenanalyse und Interpretation

6.1 Quantitative und qualitative Inhaltsanalyse

Ebenso wie die Methoden zur Erhebung der Daten lässt sich auch die Auswertung dieser Daten bzw. der Prozess, der dafür notwendig ist, in zwei Kategorien unterteilen. So unterscheidet man die quantitative von der qualitativen Inhaltsanalyse. Quantitative Inhaltsanalysen arbeiten mit einem Codebuch, dem Instrument der Inhaltsanalyse, in welchen alle Regeln definiert werden, nach denen die Kategorienbildung erfolgt. Kategorien sind die relevanten, operationalisierten Merkmale des Materials, welche erfasst und codiert werden sollen. Die Kategorienbildung kann theoriegeleitet (deduktiv) oder auch empiriegeleitet (induktiv; anhand des Untersuchungsmaterials) erfolgen. Meist unterscheidet man bei der quantitativen Inhaltsanalyse zwischen Frequenz-, Valenz- und Intensitätsanalyse. Qualitative Inhaltsanalysen wiederum bewerten das Material auf eher induktive Weise. Ein anderer Name für die diversen unterschiedlichen Methoden der qualitativen Inhaltsanalyse ist auch Textanalyseverfahren. Die bisher am besten ausgearbeitete Beschreibung einer Art von qualitativer Inhaltsanalyse stammt von Philipp Mayring. Quantitative Inhaltsanalysen beschäftigen sich, wie der Name schon verrät, mit großen Datenmengen, während qualitative Inhaltsanalysen nur mit beschränkten Mengen bzw. Stichproben arbeiten können. (Diaz-Bone und Weischer 2015, S. 191–192)

Aufgrund der verschiedenen Methoden, die zur Datengewinnung für die vorliegende Diplomarbeit verwendet wurden, wurde für die Datenauswertung ebenfalls auf zweierlei Methoden zurückgegriffen. Zum einen wurden die geschlossenen von den offenen Fragen getrennt bearbeitet, da erstere gut über computergestützte Programme, in diesem Fall eine Excel-Tabelle, in Statistiken umgewandelt werden können, während zweitens, ebenso wie die Interviewtranskripte, einer genaueren Analyse in Anlehnung an Mayrings qualitativer Inhaltsanalyse bedürfen. Die Kategorienbildung ist ein wichtiger Teil dieses Auswertungsprozesses, denn im *„[...] Zentrum des inhaltsanalytischen Vorgehens steht fast immer die Anwendung eines Kategoriensystems auf das zu untersuchende Material.“* (Albrecht 2012, S. 5) Laut Mayring will Inhaltsanalyse im Allgemeinen Kommunikation systematisch, regelgeleitet und theoriegeleitet analysieren, wobei das Ziel ist, Rückschlüsse auf bestimmte Aspekte der Kommunikation zu ziehen. (Mayring 2015, S. 13) Dies erfolgt

bei der qualitativen Inhaltsanalyse unter Miteinbeziehen eines Kategoriensystems. Wie man sieht, spielt Kommunikation als Quelle des auszuwertenden Materials eine wichtige Rolle. Die qualitative Inhaltsanalyse eignet sich dabei laut Albrecht v.a. für sprachliches Material, welches z.B. aus Leitfadeninterviews gewonnen wird. Die Ausgestaltung der Analyse kann jedoch, im Vergleich zwischen den verschiedenen Fällen ihrer Anwendung, sehr heterogen ausfallen. Manche Auswertungen werden sich auf ein Verfahren spezialisieren, andere werden vielleicht verschiedene Methoden kombinieren, auch eine Mischung aus qualitativem und quantitativem Bereich ist dabei denkbar. (Albrecht 2012, S. 15) Für die Auswertung durch qualitative Inhaltsanalyse nennt Albrecht folgende elf Schritte:

1. Material festlegen
2. Analyse der Entstehungssituation des Materials
3. Material formal charakterisieren
4. Richtung der Analyse bestimmen
5. Fragestellung theoretisch differenzieren
6. Analysetechnik und das konkrete Ablaufmodell festlegen
7. Analyseeinheiten definieren
8. Material mithilfe des Kategoriensystems analysieren
9. Das Kategoriensystem nochmal an Theorie und Material rücküberprüfen und ggf. überarbeiten
10. Ergebnisse in Richtung der Hauptfragestellung interpretieren
11. Inhaltsanalytische Gütekriterien an der Analyse überprüfen (Albrecht 2012, S. 8–13)

Mayring beschreibt in seinem Buch wiederum die drei Grundformen des Interpretierens als Zusammenfassung, Explikation und Strukturierung. Sie sind voneinander unabhängige Analysetechniken, die je nach zu analysierendem Material einzeln angewendet werden sollen, d.h. nicht nacheinander, aber auch nicht parallel. Ziel ist es, die richtige Analysetechnik für das vorhandene Material zu finden. Diese drei Techniken lassen sich folgendermaßen beschreiben:

- **Zusammenfassung:**

Das Material ist so zu reduzieren, dass durch Abstraktion ein überschaubarer Corpus geschaffen werden soll, der gleichzeitig weiterhin

ein Abbild des Grundmaterials ist. Wesentliche Inhalte sollen dabei erhalten bleiben.

- **Explikation:**

Einzelne Textteile (Begriffe, Sätze, Aussagen, ...) sollen durch zusätzlich herangetragenes Material weiter erläutert, erklärt bzw. (aus-)gedeutet werden.

- **Strukturierung:**

Es werden vor der eigentlichen Auswertung sogenannte Ordnungskriterien gebildet, welche helfen sollen, bestimmte Aspekte des Materials herauszufiltern und dadurch (a) einen Querschnitt durch das Material zu legen oder (b) das Material aufgrund bestimmter Kriterien einzuschätzen. (Mayring 2015, S. 67)

Für die Auswertung der Daten dieser Diplomarbeit wurden sowohl Aspekte der zusammenfassenden als auch der strukturierenden Inhaltsanalyse angewendet, denn wie bei Albrecht nachzulesen ist, kommt es bei der zusammenfassenden Inhaltsanalyse zu einer Materialparaphrasierung, welche durch zwei Schritte (auch genannt 1. und 2. Reduktion) herbeigeführt wird. Dies geschieht durch (a) Streichung bedeutungsgleicher und/oder unwichtiger Passagen und (b) Bündelung ähnlicher Phrasen. Hierdurch entsteht ein abstraktes Bild des auszuwertenden Materials. Die strukturierende Inhaltsanalyse ist wiederum dafür geeignet mithilfe gebildeter Kategorien einen Überblick über das gesamte Material zu verschaffen und/oder dieses durch Filterung bestimmter Aspekte einzuschätzen. Gerade bei offenen Interviews erweist sich diese Methode als günstig, wenn in der Auswertung auf einen/mehrere spezielle/n Aspekt/e eingegangen werden soll. (Albrecht 2012, S. 7)

Bevor jedoch mit der detaillierten Auswertung der einzelnen Fragebögen begonnen wurde, mussten die Fragebögen aussortiert werden, um die Ergebnisse nicht zu verfälschen. Als erstes wurden jene Fragebögen aussortiert, die von TeilnehmerInnen ausgefüllt worden waren, welche nur an einem der beiden Befragungstage anwesend waren. Dies geschah noch vor der Durchführung der Interviews, um sicherzugehen, dass die TeilnehmerInnen der Interviews an allen Tagen der Datenerhebung zugegen und ihre Angaben somit vergleichbar waren. Deshalb konnten die Fragebögen schlussendlich in drei verschiedene Kategorien aufgeteilt werden:

1. SchülerInnen, welche nur an einem der beiden Tage, an denen eine Befragung mit Fragebogen stattfand, anwesend waren.
2. SchülerInnen, welche an beiden Tagen, an denen eine Befragung mit Fragebogen stattfand, anwesend waren, jedoch nicht als potenzielle InterviewpartnerInnen ausgewählt wurden.
3. SchülerInnen, welche potenzielle InterviewpartnerInnen sein konnten.

Insgesamt nahmen an der ersten Befragung 28 und an der zweiten Befragung 23 SchülerInnen teil. Durch den oben erwähnten Punkt 1. schieden noch vor der Durchführung der Interviews neun SchülerInnen in Bezug auf die Datenauswertung aus (drei hatten schon beim ersten Termin gefehlt, sechs beim zweiten Termin). Somit blieben bis zum Abschluss der Datenerhebung (inkl. Interviewdurchführung) 22 Fragebögen für die endgültige Auswertung übrig. Die Klasse hatte im betreffenden Schuljahr 31 SchülerInnen, von denen 22 Fragebögen, die zur Auswertung zugelassen wurden, ausgefüllt haben. Dies entspricht einem Anteil von ~ 71% der potenziellen TeilnehmerInnen. Die durch Punkt 1. für die Auswertung irrelevanten Fragebögen belaufen sich auf ~29%.

An den Interviews teilgenommen haben insgesamt acht SchülerInnen, davon vier Mädchen und vier Jungen. Es wurden allerdings mehr potenzielle InterviewteilnehmerInnen ausgewählt für den Fall, dass am Tag der Interviews ein/e oder mehrere SchülerInnen nicht anwesend waren oder nicht am Interview teilnehmen wollten. Die acht InterviewteilnehmerInnen entsprechen ~ 36,4% der 22 für die Auswertung relevanten TeilnehmerInnen der Fragebogenbefragungen.

6.2 Erste Kategorien und deren Interpretation

Nach der eben beschriebenen Vorsortierung wurden die Fragebögen und Interviews noch einmal eingehend geprüft, um daraus eine möglichst genaue Statistik abzuleiten und fundierte Aussagen über die Erkenntnisse aus den Befragungen zu formulieren. Deshalb wurden verschiedene Kategorien festgelegt, die für die endgültige Auswertung und Statistik von Relevanz sein könnten:

a) Ausführlichkeit, Aussagekraft, Ernsthaftigkeit:

Ausführlichkeit der offenen Antworten, „Scherzantworten“, Zeichnungen und andere Anzeichen für Langeweile, idente Antworten bei verschiedenen Fragebögen (möglicher Grund → evtl. handelte es sich um Sitznachbarn),

Mehrfachangabe von „Weiß ich nicht“ bei offenen Fragen und Auslassen von Fragen v.a. am Ende. Die beiden letzten Punkte wurden in der Statistik als „Item-Nonresponse“ gewertet.

b) Verständnis der Fragen und Antworten:

„Weiß ich nicht“ o.ä. bei einzelnen Fragen sowie das Ignorieren von vorgegebenen Skalen wurde jeweils als „Item-Nonresponse“ gewertet.

c) In sich kohärentes Antwortverhalten:

„Auch sollten Befragte, die in dem Gesamtestwert einen hohen Wert erzielt haben, Aussagen inhaltlich sinnvoll beantworten. Beispielsweise sollten Personen mit einem insgesamt hohen Gesundheitsbewusstsein die Aussage "Ich achte auf eine gesunde Ernährung" bejahen. Wenn sie die Aussage verneinen, dann passt inhaltlich entweder das Item nicht zu dem gemessenen Gesundheitsbewusstsein oder die Zielgruppe versteht die Aussage falsch.“ (Lüdders 2016, S. 76–77)

In Anlehnung an Lüdders wurde überprüft, ob es zwischen den Aussagen in Bezug auf Ernährungsverhalten und -bewusstsein große Unterschiede gab oder nicht.

Die folgenden beiden Grafiken (Abb. 5 und Abb. 6) geben einen Überblick über auffällige Merkmale, welche aus den oben genannten drei Punkten abgeleitet sind:

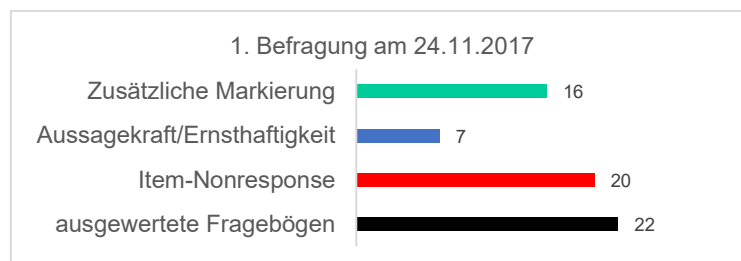


Abbildung 5

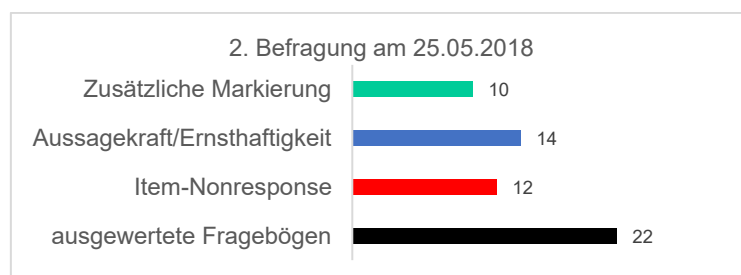


Abbildung 6

So wurden die 22 zur Auswertung zulässigen Fragebögen auf die Items „Item-Nonresponse“, „Aussagekraft/Ernsthaftigkeit“ und „zusätzliche Markierung“ hin überprüft. Wie oben erwähnt, wurden sowohl ausgelassene/nicht beantwortete Fragen als auch ein zusätzlich angegebenes „weiß ich nicht“ o.ä. als „Item-

Nonresponse“ gewertet. Gleichzeitig zählten von den SchülerInnen hinzugefügte „weiß ich nicht“, aber auch andere im Fragebogen nicht vorgegebenen Antworten/Markierungen als „zusätzliche Markierung“. D.h., dass bei manchen Fragebögen ein und dasselbe Merkmal auf zwei unterschiedliche Arten gewertet wurde, denn es wurde (a) keine der vorgegebenen Antworten gewählt (= Item-Nonresponse) und gleichzeitig (b) eine zusätzliche Markierung gesetzt. Der Punkt „Aussagekraft/Ernsthaftigkeit“ bezieht sich auf (a) Multiple-Choice-Antworten, bei denen alle Antwortmöglichkeiten angekreuzt wurden und daher nicht klar ist, ob die TeilnehmerInnen tatsächlich alle Antworten als ihr eigenes Wissen angegeben haben oder einfach alles angekreuzt haben, um „zumindest eine richtige Antwort“ anzugeben. Außerdem bezieht sich der Punkt „Aussagekraft/Ernsthaftigkeit“ auch auf (b) offene Antworten, die sehr knapp ausfielen (d.h. aus ein bis vier Worten bestanden), obwohl die TeilnehmerInnen dazu aufgefordert waren, ihre Gedanken etwas ausführlicher zu Papier zu bringen. Wenn man nun die Fragebögen der beiden Durchgänge miteinander vergleicht, ergibt sich folgendes Bild:

1. Bei der ersten Befragung gab es 20 Item-Nonresponse, bei der zweiten nur mehr zwölf. D.h., beim zweiten Durchgang gab es um 40% weniger Item-Nonresponse, als beim ersten.
2. Beim zweiten Befragungsdurchgang gab es hingegen einen Anstieg von 100% in Bezug auf „Aussagekraft/Ernsthaftigkeit“.
3. Zusätzliche Markierungen wurden allerdings um 37,5% weniger beim zweiten als beim ersten Durchgang gemacht.

Dies lässt folgende Interpretationen zu:

Weniger Item-Nonresponse beim zweiten Durchgang könnten darauf hindeuten, dass die SchülerInnen die verschiedenen Fragen oder (Begriffe der) Antworten beim zweiten Termin besser verstanden haben. Auch das Beachten bzw. Ignorieren von Instruktionen zum Ausfüllen könnte ein Grund für den Rückgang der Item-Nonresponse sein. Auffallend ist nämlich, dass besonders häufig Single-Choice-Fragen wie Multiple-Choice-Fragen beantwortet wurden, also statt der geforderten einen Antwort mehrere Antworten angekreuzt wurden, was in der Auswertung als Item-Nonresponse gewertet wurde. Dies lässt vermuten, dass die SchülerInnen die Instruktionen unterhalb der Frage und vor den Antworten beim ersten Befragungstermin wahrscheinlich nicht (genau) gelesen haben.

Bei der ersten Befragung ausführlicher oder gar komplett anders beantwortete Fragen mit offenem Antwortformat lassen darauf schließen, dass die Motivation den Fragebogen beim zweiten Befragungstermin auszufüllen, nicht so hoch war wie beim Ausfüllen des ersten Fragebogens. Dies könnte daran liegen, dass es sich um exakt den gleichen Fragebogen handelte, was bei manchen SchülerInnen vielleicht die Frage nach der Notwendigkeit einer erneuten Befragung aufgeworfen hat.

Der Rückgang von zusätzlichen Markierungen lässt darauf schließen, dass die Fragen und (vorgegebenen) Antworten beim zweiten Durchgang wohl von ihrer Bedeutung her klarer für die SchülerInnen waren oder es zwischen der ersten und zweiten Befragung zur Erweiterung des persönlichen Wissensstandes gekommen ist. Am meisten wurde nämlich „weiß ich nicht“ als zusätzliche Markierung angegeben, wenn z.B. nicht bekannt war, welche die höchste Schulausbildung der Eltern ist (s. Frage 3 und 4 im Fragebogen) oder wenn ein/e SchülerIn keinen der angegebenen Begriffe in der Antwort kannte.

6.3 Antworten zu offenen Fragen im Fragebogen

Dieses Kapitel behandelt die Antworten der SchülerInnen auf offene Fragen im Fragebogen, welche mit eigenen Worten formuliert werden mussten. Für die Auswertung wurde folgender Ablauf eingehalten:

1. Die nach der am Anfang von Kapitel 6 beschriebenen Vorgehensweise aussortierten Fragebögen wurden nach Termin zusammengefasst (24.11.2017 und 25.05.2018).
2. Die SchülerInnen mussten zu Beginn der Befragungen einen persönlichen Code erstellen, der zur Identifizierung auf den Fragebogen geschrieben wurde. Somit wurden die Fragebögen des ersten Durchgangs in derselben Reihenfolge abgeheftet wie die des zweiten Durchgangs, damit bei der Auswertung die Antworten beider Durchgänge des-/derselben SchülerIn zugeordnet werden konnten und dadurch der Vergleich erleichtert werden konnte.
3. Die Antworten wurden nach „offen“ und „geschlossen“ getrennt (s. Kapitel 6.3 und 6.4) und in Excel-Tabellen übertragen.
4. Die Antworten zu offenen Fragen wurden wortwörtlich und mit allen Rechtschreib-/Grammatikfehlern in die Excel-Tabellen übertragen.
5. Zum Schluss wurden zu jeder einzelnen Frage Antwortkategorien verfasst.

Die Transkripte der Originalantworten sind in Anhang 8.6 zu sehen. Für jede Frage bzw. die dazugehörigen Antworten wurden eigene Kategorien gebildet, um eine statistische Auswertung zu ermöglichen. Dies führte zu den im Folgenden erläuterten Ergebnissen und deren Interpretation.

Anm.: In den folgenden Grafiken wurden Abkürzungen verwendet, um die Grafik übersichtlicher zu gestalten. Eine Legende zu den verwendeten Abkürzungen befindet sich jeweils unter den Grafiken.

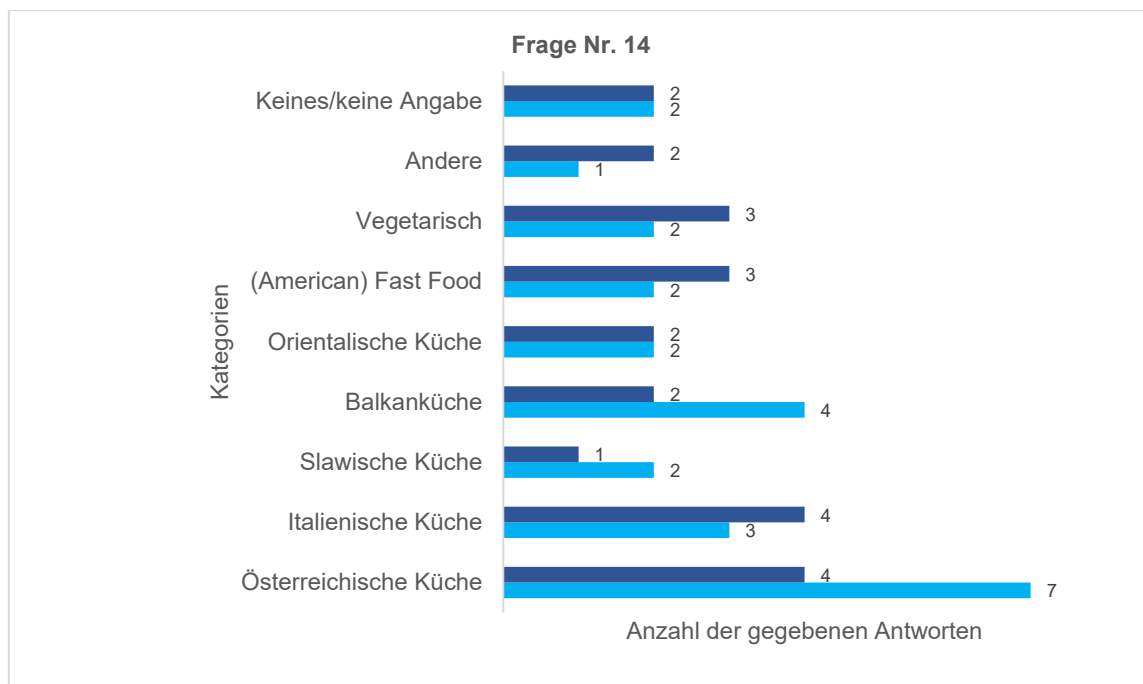


Abbildung 7

Abb. 7 zeigt die Antworten der an beiden Befragungen mit Fragebögen teilnehmenden SchülerInnen in Bezug auf Frage Nr. 14 („Was ist Ihr Lieblingsgericht?“). Die hellblauen Balken repräsentieren die Antworten vom ersten Durchgang am 24.11.2017, die dunkelblauen jene vom zweiten Durchgang am 25.05.2018.

Zu den Kategorien:

Um die Kategorien zu bilden, wurden die Antworten vorab auf Ähnlichkeiten oder Übereinstimmungen hin untersucht. Wurde ein und dasselbe Gericht von mehr als einer/m SchülerIn angegeben, war dies eine gute Voraussetzung für eine eigene Kategorie. Aufgrund der genauen Benennungen von Gerichten mit ihrem landestypischen Namen war eine Kategorisierung nach Region/Land ein weiterer Schritt. „(American) Fast Food“ fasst dabei jene Begriffe zusammen, die typisch für

US-amerikanische Imbissketten sind, wie z.B. Burger, Chicken Wings, Pommes Frites und dergleichen. Alle Angaben, die aus den eben genannten zwei Gründen nicht eindeutig einer Kategorie zugeordnet werden konnten, mussten einer weiteren Prüfung auf Gemeinsamkeiten/Unterschiede unterzogen werden. So kristallisierten sich zuletzt die Kategorien „Vegetarisch“ und „Andere“ heraus. Da manche SchülerInnen „Ich habe/keines“ als Antwort auf die Frage nach ihrem Lieblingsgericht angegeben haben, wurden diese Antworten mit denen jener SchülerInnen zusammengefasst, die gar keine Antwort angegeben hatten, da das Ergebnis im Endeffekt dasselbe war – keine spezifische Angabe zu einer Küche.

Interpretation:

Aufgrund der Benennung der Kategorien ist ersichtlich, dass die TeilnehmerInnen höchstwahrscheinlich verschiedene ethnische/kulturelle Hintergründe haben oder gerne internationale Gerichte essen. Beides ist denkbar und ohne zusätzliche Befragungen ist nicht zu klären, welche der beiden Überlegungen zutrifft, da Österreich in der Mitte Europas liegt und aufgrund seiner Geschichte seit Jahrhunderten ein Schmelztiegel der Kulturen und eben auch Küchen ist. Selbst die auch hier als eigene Kategorie angegebene österreichische Küche ist eigentlich eine Mischung aus Gerichten, die aus unterschiedlichen (Nachbar-)Ländern stammen. Als Beispiel wäre hier z.B. das Gulasch zu nennen, welches ursprünglich aus Ungarn kommt. Trotzdem wurden Gerichte der österreichischen Küche, wenn auch ursprünglich internationalen Ursprungs, als solche kategorisiert und bei der ersten Befragung lässt sich daher erkennen, dass sie mit Abstand die beliebteste ist. Die am zweithäufigsten angegebene Küche ist jene der Balkanregion mit verschiedenen typischen Gerichten, wie z.B. Ćevapčići, gefolgt von der italienischen Küche. Die Kategorie „Andere“ wurde verwendet, um die Angabe eines/einer SchülerIn, welche keiner anderen Kategorie zugeordnet werden konnte, zu kategorisieren. Dabei handelt es sich um die Antwort „Garnelen“.

Bei der zweiten Befragung am 25.05.2018 erkennt man eine deutliche Homogenisierung der Antworten. Diesmal wurden die österreichische und italienische Küche zusammen am häufigsten genannt, dicht gefolgt von (American) Fast Food und vegetarischen Gerichten. Am seltensten wurden Gerichte der slawischen Küche angegeben.

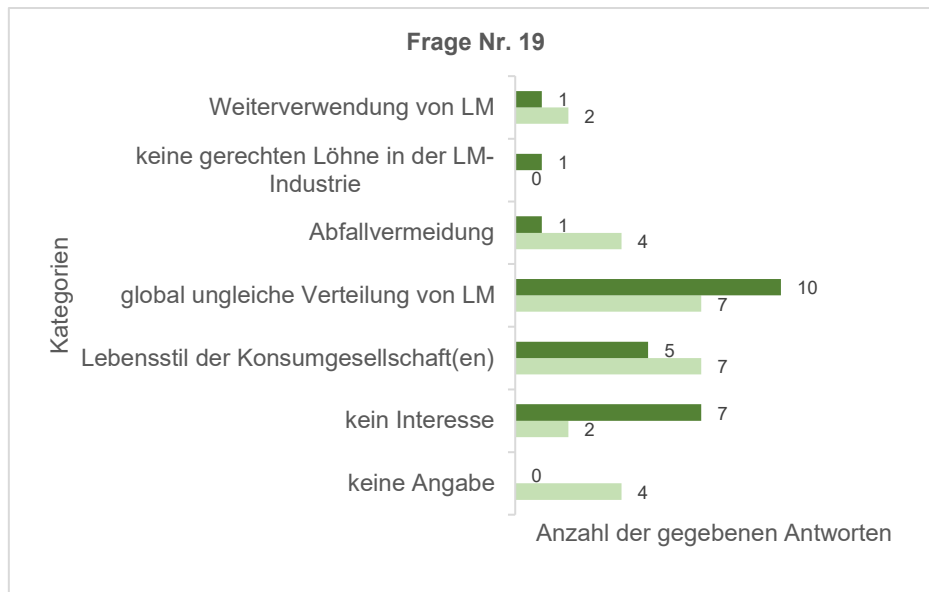


Abbildung 8

LM ... Lebensmittel

Abb. 8 zeigt die Antworten der an beiden Befragungen mit Fragebögen teilnehmenden SchülerInnen in Bezug auf Frage Nr. 19 (*„Ist die Verschwendung von Lebensmitteln für Sie ein Thema, welches Sie beschäftigt? Wenn ja, warum?“*). Die hellgrünen Balken repräsentieren die Antworten vom ersten Durchgang am 24.11.2017, die dunkelgrünen jene vom zweiten Durchgang am 25.05.2018.

Zu den Kategorien:

Auch in diesem Fall wurden alle Antworten der SchülerInnen vorab auf Gemeinsamkeiten untersucht, um Kategorien zu bilden. Diesmal wurde „keine Angabe“ unabhängig von „kein Interesse“ zu einer eigenen Kategorie bestimmt, da im ersten Fall einfach keine Angabe(n) zur Frage gemacht wurde(n), während im zweiten Fall tatsächlich „es interessiert mich nicht“ o.ä. als Antwort genannt wurde. Die Kategorie „Lebensstil der Konsumgesellschaft(en)“ bezieht sich auf Antworten, die auf die Verschwendung von Lebensmitteln in Industrieländern (auch im Vergleich zu anderen Ländern, deren Bevölkerung tlw. an Hunger leiden) Bezug nehmen. Verschwendung meint hier v.a. die Entsorgung von Lebensmitteln, die entweder (a) noch genießbar wären, allerdings das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten haben, (b) noch genießbar wären, aber aufgrund der derzeitig vorherrschenden Hygienevorschriften nicht an z.B. Bedürftige weitergegeben werden dürfen und (c) Lebensmittel, welche in den Privathaushalten verderben, bevor sie verzehrt werden können, weil zu viel eingekauft als tatsächlich gebraucht wird. Meist wurde in Zuge dessen auch die später zu einer eigenen Kategorie zusammengefasste „global

ungleiche Verteilung von Lebensmitteln“ genannt. D.h., die beiden Kategorien „Lebensstil der Konsumgesellschaft(en)“ und „global ungleiche Verteilung von Lebensmitteln“ wurden meist zusammen in einer Antwort genannt, allerdings als getrennte Kategorien behandelt, da sie (a) nicht direkt miteinander in Bezug stehen und (b) zwei unterschiedliche Probleme bezeichnen. Eine ebenso oft mit anderen genannte weitere Kategorie wurde als „Abfallvermeidung“ betitelt. Sie bezeichnet zwar eigentlich eine Folge der Kategorie „Lebensstil der Konsumgesellschaft(en)“, wurde allerdings auch als alleinstehende Antwort genannt und daher nicht mit dieser zusammengefasst. Die Weiterverwendung von Lebensmitteln war ebenfalls ein Thema, welches die SchülerInnen beschäftigt und wurde zu einer eigenen Kategorie, da sich die Ideen, wie man Lebensmittel weiterverwenden könnte, zwischen den Antworten unterschied. So gaben manche SchülerInnen an, man könne doch eigentlich übrig gebliebenes Essen an Obdachlose spenden, andere sahen eine Weiterverwendungsmöglichkeit in der Tierfutterherstellung. Eine einzige Antwort fiel komplett aus dem Rahmen, nämlich die ungerechte Entlohnung für MitarbeiterInnen der Lebensmittelindustrie, was zu einer eigenen Kategorie („keine gerechten Löhne in der LM-Industrie“) führte.

Interpretation:

Da bei der ersten Befragung am 24.11.2017 vier SchülerInnen gar keine Angaben gemacht haben, bei der zweiten Befragung jedoch jede/r SchülerIn eine Antwort auf diese Frage gegeben hat, ist zu vermuten, dass bei der ersten Befragung manche nicht wussten, was sie antworten sollen. Das Interesse zu dieser Frage hat sich in den sechs Monaten zwischen den Befragungen deutlich gewandelt. Gaben bei der ersten Befragung nur zwei SchülerInnen an, dass das Thema sie nicht interessiere, so waren es bei der zweiten Befragung sieben. Die beiden am häufigsten genannten Kategorien der ersten Befragung waren einerseits der Lebensstil der Konsumgesellschaft(en) der Industrieländer, und andererseits die ungerechte Verteilung von Lebensmitteln auf der Welt. Bei beiden Kategorien zeigt sich im zweiten Befragungsdurchgang ein deutlicher Unterschied. Der Lebensstil wurde nur noch fünfmal genannt, während die ungerechte Verteilung der Lebensmittel diesmal zehn SchülerInnen beschäftigte. Auch das Argument der Abfallvermeidung wurde beim ersten Mal häufiger angegeben, als beim zweiten Mal. So lässt sich aus der Grafik ablesen, dass bei der ersten Befragung die häufigsten Antworten (1) den Lebensstil der Konsumgesellschaft(en) und die global ungerechte Verteilung von

Lebensmitteln sowie (2) Abfallvermeidung umfassen. Bei der zweiten Befragung sieht es anders aus, diesmal war das Top-Thema die ungerechte Verteilung der Lebensmittel. Am zweithäufigsten wurde kein Interesse am Thema bekundet – 3,5-mal häufiger als beim ersten Mal. Warum so ein drastischer Interessenschwund stattgefunden hat, ist nicht eindeutig zu klären, allerdings könnte eine Möglichkeit sein, dass den SchülerInnen das erneute Ausfüllen desselben Fragebogens nicht sinnvoll erschien oder sie aus einem anderen Grund die Motivation dafür verloren haben.

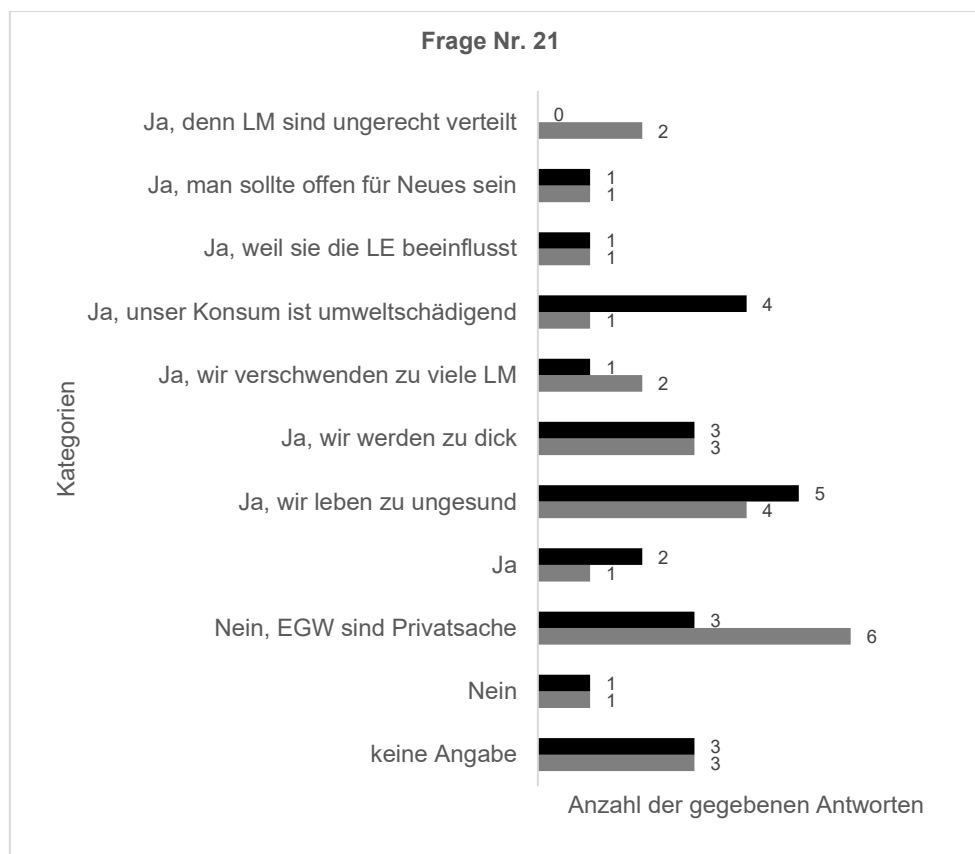


Abbildung 9

LM ... Lebensmittel
LE ... Lebenserwartung
EGW ... Ernährungsgewohnheiten

Die obenstehende Abb. 9 zeigt die Antworten der an beiden Befragungen mit Fragebögen teilnehmenden SchülerInnen in Bezug auf Frage Nr. 21 („Ist es Ihrer Meinung nach notwendig, dass die Menschen auf der Welt ihre Ernährungsgewohnheiten ändern? Warum/Warum nicht?“). Die hellgrauen Balken repräsentieren die Antworten vom ersten Durchgang am 24.11.2017, die schwarzen jene vom zweiten Durchgang am 25.05.2018.

Zu den Kategorien:

Bei der Betrachtung aller gegebenen Antworten war auffällig, dass in den meisten Fällen „Ja“ auf die Frage der Notwendigkeit einer Änderung der Ernährungsgewohnheiten angegeben wurde, daher wurde zuallererst „Ja“ als Kategorie festgelegt. Allerdings war schnell ersichtlich, dass die teilweise darauffolgenden Begründungen oftmals eigener Kategorien bedurften, wodurch sich sieben weitere Ja-Kategorien herauskristallisierten. So wurden als Begründungen für eine Umstellung der Ernährungsgewohnheiten folgende Punkte genannt:

- Wir leben/ernähren uns zu ungesund.
- Wir werden zu dick (wenn wir so weitermachen wie bisher).
- Wir verschwenden zu viele Lebensmittel.
- Unser übermäßiger Konsum beeinträchtigt auch unsere Umwelt (es kommt zu Artensterben, vermehrter Abfallproduktion u.ä.).
- Unsere Lebenserwartung hängt mit unserer Ernährung zusammen (und v.a. ungesunde Ernährung wirkt sich negativ auf diese aus).
- Eine Umstellung der Ernährungsgewohnheiten ist möglich, da man offen für Neues (gemeint waren wohl neue Arten von Lebensmitteln) sein sollte.
- Durch eine Umstellung unserer Ernährungsgewohnheiten können wir die ungleiche Verteilung von Lebensmitteln beeinflussen.

„Nein“ wurde entweder alleinstehend angegeben oder mit zwei Arten von Begründungen, nämlich (a) dass die Ernährungsgewohnheiten die Privatsache einer jeden einzelnen Person sind oder (b) auf persönlichen Entscheidungen beruhen und man sie deshalb nicht beeinflussen kann. Da beides in den Sektor der Privatsphäre fällt, wurden diese Begründungen zu einer Kategorie zusammengefasst.

Interpretation:

Es ist auffällig, dass sich beim ersten Befragungsdurchgang die Mehrzahl der SchülerInnen gegen eine kollektive Änderung der Ernährungsgewohnheiten ausgesprochen hat, v.a. mit der Begründung, dass dies (a) Privatsache der einzelnen Personen ist oder (b) auf persönlichen Entscheidungen beruht, was von außen nicht zu beeinflussen ist oder beeinflusst werden sollte. Unter den Antworten, die sich für eine Umstellung der Ernährungsgewohnheiten der Menschheit ausgesprochen haben, war die am häufigsten angegebene Begründung jene, dass wir uns im

Allgemeinen zu ungesund ernähren. Am zweithäufigsten wurde erwähnt, dass wir (also alle Menschen) zu dick werden, wenn wir uns so weiter ernähren wie bisher.

Bei der zweiten Befragung am 25.05.2018 war das Verhältnis der Antworten ein komplett anderes. So sprachen sich die meisten SchülerInnen für einen Wandel bzgl. der Ernährungsgewohnheiten aus, und zwar mit der Begründung, dass wir uns zu ungesund ernähren. Am zweithäufigsten wurde diesmal für eine Umstellung plädiert, weil wir durch unsere Ernährungsgewohnheiten unserer Umwelt schaden. Gründe, die dafür genannt wurden, waren Abfallproduktion (infolgedessen Umweltverschmutzung) und das Aussterben von Tierarten (hier v.a. von Nutztieren, die für die Fleischproduktion vorgesehen sind). Auffällig ist, dass sich beim zweiten Durchgang 50% weniger SchülerInnen gegen eine Umstellung der Ernährungsgewohnheiten aufgrund der Privatsphäre des/der Einzelnen aussprachen als beim ersten Durchgang. Unverändert war die Anzahl der fehlenden Antworten (Kategorie „keine Angabe“) und der Antwort, die aus einem einfachen „Nein“ bestand. Warum sich die Meinungen in den sechs Monaten zwischen den beiden Befragungen in Richtung „Ja, wir sollten etwas ändern, weil ...“ verschoben haben, ist nicht eindeutig ersichtlich, allerdings könnte es sein, dass die SchülerInnen untereinander über diese spezielle Fragestellung gesprochen haben oder im Laufe des Schuljahres Hintergrundinformationen zu Themen wie Umwelt oder Gesundheitsförderung bekommen haben, was ihre Meinung beeinflusst haben könnte. Es ist jedenfalls positiv zu sehen, dass sich die Meinungen von überwiegend „Nein, das ist Privatsache“ zu „Ja, wir sollten etwas ändern“ verschoben haben, da dies darauf schließen lässt, dass manche SchülerInnen ein besseres Ursache-Wirkungs-Verständnis in Bezug auf die menschliche Ernährung und ihre Auswirkungen entwickelt haben.

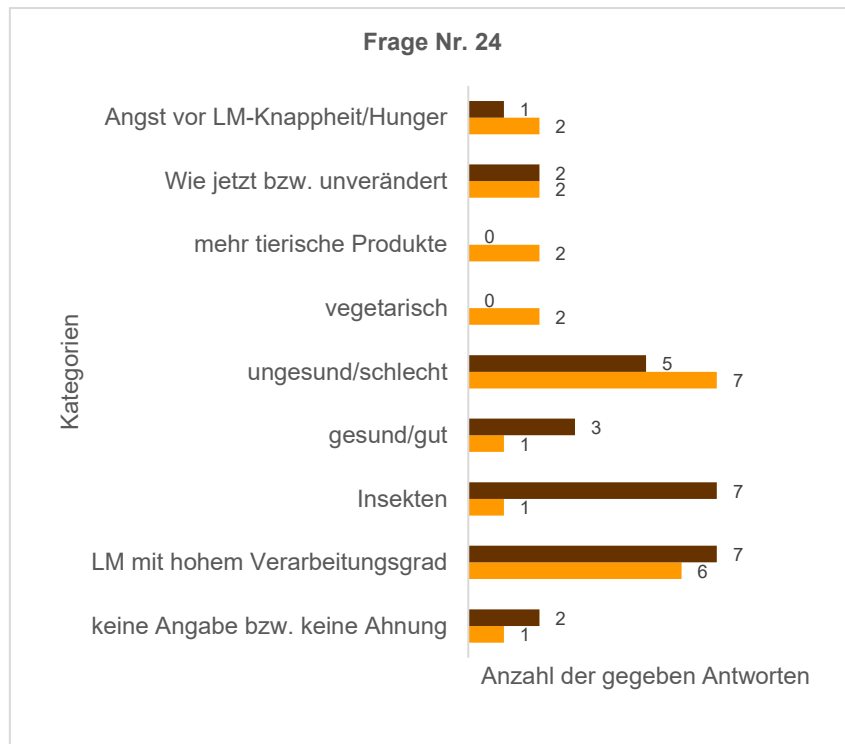


Abbildung 10

LM ... Lebensmittel

In dieser Grafik sind jene Antworten zu sehen, welche sich auf Frage Nr. 24 („*Wie denken Sie wird sich die Menschheit im Jahr 2050 ernähren?*“) beziehen. Die gelben Balken repräsentieren die Antworten vom ersten Durchgang am 24.11.2017, die braunen jene vom zweiten Durchgang am 25.05.2018.

Zu den Kategorien:

Diesmal wurde „keine Ahnung“ mit fehlenden Antworten zu ein und derselben Kategorie zusammengefasst, da sie für die weitere Interpretation keinen Mehrwert haben. Alle anderen Kategorien ergaben sich aufgrund von Gemeinsamkeiten. So wurden Antworten wie „Wir werden uns schlecht/er ernähren“ und „Wir werden uns ungesund/ungesünder ernähren“ in dieselbe Kategorie gegeben, da sie in ihrer Kernaussage dasselbe meinen und „schlecht/gut“ in der Alltagssprache meist synonym für „ungesund/gesund“ verwendet wird, wenn man über Ernährung spricht. Die Kategorie „Lebensmittel mit hohem Verarbeitungsgrad“ ist entstanden, da oft Antworten gegeben wurden, wie z.B. „*Nur noch von künstlich hergestellten Sachen*“, „*mit vielen Chemikalien*“, „*nur noch aus Atomen hergestellt*“ oder aber auch „*nur noch mit Fast Food*“. All diesen Antworten ist gemein, dass die Lebensmittel bis zu ihrem Übergang in den Handel einen langen Ablauf an Verarbeitung durchlaufen müssen, wodurch sie in eine gemeinsame Kategorie fallen. Die Kategorie „Insekten“ fällt ein

bisschen aus dem Rahmen, da es eine sehr spezifische Antwort darstellt. Man hätte diese Kategorie theoretisch zu „mehr tierische Produkten“ zusammenfassen können, allerdings war es für die nachfolgende Interpretation der Daten aussagekräftiger, diese Antwort zu isolieren und zu einer eigenen Kategorie zu machen.

Interpretation:

Auffällig ist bei der Befragung vom 24.11.2017, dass die meisten SchülerInnen sich darüber einig sind, dass wir uns im Jahr 2050 ungesund/ungesünder/schlecht/schlechter ernähren werden. Fast genauso häufig wurde angegeben, dass wir (nur noch) Lebensmittel konsumieren werden, die einen hohen Verarbeitungsgrad aufweisen. Die Palette der Vorschläge reicht hier von bereits bekanntem Fast Food bis hin zu einer Ernährung, die ausschließlich aus Tabletten besteht. Bei der zweiten Befragung am 25.05.2018 ist ein gewisser Wandel zu erkennen. So haben diesmal sieben SchülerInnen Insekten als Hauptnahrungsquelle für das Jahr 2050 angegeben, während es beim ersten Durchgang lediglich von einem/einer SchülerIn angegeben wurde. Dies könnte daran liegen, dass sich die SchülerInnen nach der ersten Befragung untereinander ausgetauscht haben oder aber sie haben im Unterricht, durch digitale oder andere Medien etwas von Insekten als alternative Proteinquelle erfahren. Wie auch immer es dazu gekommen ist, es scheint für viele eine durchaus plausible Möglichkeit zu sein.

Kaum verändert hat sich die Meinung bzgl. vermehrter Aufnahme stark bearbeiteter Lebensmittel. Oft wurde „künstlich hergestellt“ als beschreibendes Adjektiv für zukünftige Lebensmittel verwendet. Was genau die einzelnen SchülerInnen darunter verstehen, ist im Nachhinein ohne weitere Detailfragen nicht zu klären. Es könnte sein, dass sie im Labor erzeugtes Fleisch, Nahrung in Tablettenform oder aber die bereits handelsüblichen Fertigprodukte meinen. Zusammen wurden diese beiden Punkte („Insekten“ bzw. „Lebensmittel mit hohem Verarbeitungsgrad“) jedenfalls am häufigsten genannt.

Am zweithäufigsten wird die Vorstellung, dass wir uns ungesund/ungesünder ernähren werden, vertreten. Immerhin blicken jedoch zumindest drei SchülerInnen etwas positiver in die Zukunft und geben an, dass wir uns gesund/gesünder ernähren werden. Beim ersten Durchgang war nur ein/eine SchülerIn dieser Meinung.

Besonders hervorzuheben ist die Kategorie „Angst vor Lebensmittelknappheit/Hunger“. Sie stellt eine absolute Ausnahmeerscheinung im Pool der Antworten dar,

da sie (a) sehr spezifisch ist und (b) vermuten lässt, dass der/die SchülerIn, der/die diese Antwort gegeben hat, vielleicht schon etwas von den Problemen der Landwirtschaft und Lebensmittelindustrie mitbekommen hat (v.a. in Bezug auf resistente Krankheitserreger bei Nutztieren und -pflanzen bzw. zu hohem Konsum bestimmter Lebensmittelgruppen, v.a. Fleisch, und der damit zusammenhängenden Probleme in der Tierhaltung sowie Fleischproduktion). Als Beispiel sind folgende Antworten zu nennen (Anm.: eventuelle Rechtschreib-/Grammatikfehler wurden übernommen):

„Wenn es so weitergeht wie jetzt, dann befürchte ich das es zu einer Lebensmittelknappheit kommen wird.“

„Hoffentlich nicht mit Fertigprodukten oder Dosenprodukte. Ich hoffe, dass es im Jahr 2050 überhaupt noch Lebensmittel gibt.“

Es könnte auch sein, dass die betreffenden SchülerInnen (es handelt sich hier um zwei verschiedene SchülerInnen) vielleicht Familie oder Freunde in Ländern haben, in denen Hunger immer noch eine Rolle spielt. Oder aber sie haben durch Nachrichten oder weitere Medien davon gehört, dass es in anderen Ländern durch Krieg, Ernteaussfällen oder Naturkatastrophen immer wieder zu Hungersnöten kommt. Was auch immer der Grund für ihre Angst ist, es ist eine sehr reale und v.a. eine gerechtfertigte.

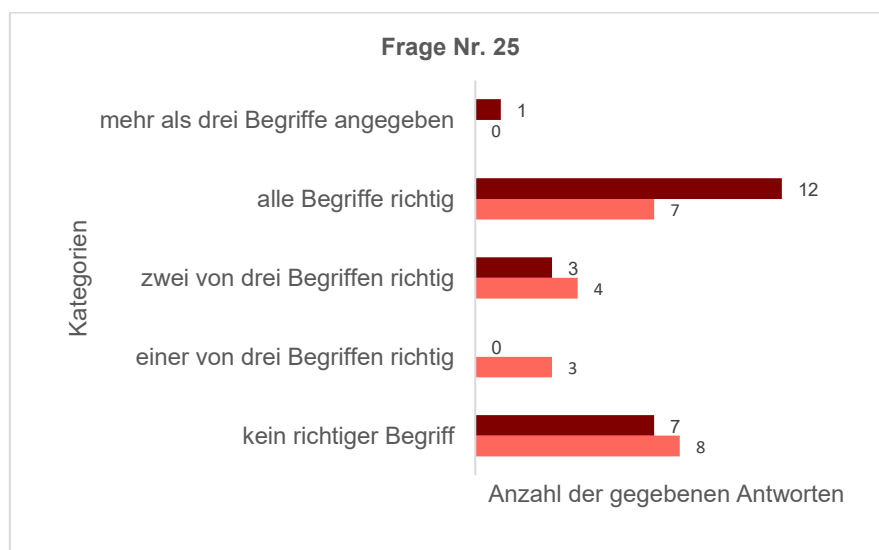


Abbildung 11

Abb. 12 zeigt eine Statistik jener Antworten, welche sich auf Frage Nr. 25 („Nennen Sie die 3 Hauptbestandteile der menschlichen Ernährung.“) beziehen. Die hellroten

Balken repräsentieren die Antworten vom ersten Durchgang am 24.11.2017, die dunkelroten jene vom zweiten Durchgang am 25.05.2018.

Die Kategorien:

Die Anzahl der Kategorien wurde bei dieser Frage v.a. durch die Angabe in der Frageformulierung limitiert. Nur ein einziges Mal wurden mehr als die gewünschten drei Begriffe angegeben, weshalb diese Option zu einer eigenen Kategorie formuliert wurde. Ansonsten lag der Fokus auf der Anzahl der gegebenen richtigen Begriffe, wodurch sich die Kategorien von „kein richtiger Begriff“ bis zu „alle Begriffe richtig“ erstreckten.

Interpretation:

Die Datenreihe der ersten Befragung zeigt deutlich, dass die teilnehmenden SchülerInnen in drei Lager unterteilt werden können. Der erste Teil fasst jene SchülerInnen zusammen, die keinen richtigen Begriff angegeben haben. Fast genauso viele SchülerInnen haben jedoch alle Begriffe korrekt angegeben (wobei kein Unterschied gemacht wurde zwischen Fachbegriffen oder ihren deutschen Synonymen, z.B.: Eiweiße – Proteine). Der dritte Teil umfasst jene SchülerInnen, die nur teilweise richtige Begriffe angegeben haben (ein oder zwei von drei). Es kam auch immer wieder vor, dass die jeweiligen Synonyme als vermeintlich zwei unterschiedliche Begriffe angegeben wurden, z.B.: Kohlenhydrate, Zucker und Fett; oder Eiweiß/e, Proteine und Kohlenhydrate.

Beim zweiten Termin ergibt sich schon ein ganz anderes Bild. Diesmal konnten fast doppelt so viele SchülerInnen alle richtigen Begriffe angeben im Gegensatz zu jenen, die keinen richtigen Begriff nennen konnten. Somit haben etwas mehr als die Hälfte aller TeilnehmerInnen die drei Hauptbestandteile der Ernährung mit den korrekten deutschen oder Fachbegriffen benennen können. Teilweise wurden, wie auch bei der ersten Befragung, deutsche und Fachbegriffe vermischt. So wurden Proteine und Lipide selten als solche angegeben, sondern stattdessen Eiweiß/e und Fette genannt. Kohlenhydrate wurden hingegen in den meisten Fällen als solche und nicht als Zucker benannt. Auffällig ist auf jeden Fall, dass sich die Anzahl der SchülerInnen, welche alle Begriffe richtig benennen konnten, im Vergleich zum ersten Termin fast verdoppelt hat. Wie sich während eines Interviews, das einige Tage nach der letzten Befragung mit dem Fragebogen stattgefunden hatte, gezeigt hat, wurde die menschliche Ernährung in den sechs Monaten zwischen den

Befragungen im Biologieunterricht besprochen. Wahrscheinlich wussten die SchülerInnen deshalb besser über die drei Hauptbestandteile der Nahrung Bescheid.

6.4. Antworten zu geschlossenen Fragen im Fragebogen

Die Auswertung der geschlossenen Fragen erfolgte über einen Vergleich der Statistiken, welche sich aus den in eine Excel-Datei eingegebenen Daten ergaben. Verglichen wurden jeweils die Antworten auf dieselben Fragen des ersten und zweiten Durchgangs. Die Anzahl der gegebenen Antworten war dabei die Grundlage für die statistische Auswertung.

Die folgenden Grafiken und ihre Interpretationen sind nach der Fragenabfolge im Fragebogen geordnet und daher je einem von drei großen Themenblöcken („Allgemein“, „Ernährungsbewusstsein“ und „Fachwissen“) zugeordnet.

6.4.1 1. Block – Allgemein

Die im ersten der drei Teile des Fragebogens gestellten Fragen beziehen sich auf allgemeine persönliche Informationen. Einerseits wurden demografische Daten abgefragt, andererseits wurden Fragen zum persönlichen Ernährungsverhalten gestellt. Die demografischen Daten wurden an den Anfang des Fragebogens gestellt, obwohl in der Literatur teilweise davon abgeraten wird (Hollenberg 2016, S. 21–22), weil den SchülerInnen damit der Einstieg in die Befragung erleichtert werden sollte. Man konnte nicht davon ausgehen, dass sie schon einmal an einer Befragung mit Fragebogen teilgenommen haben und sie sollten deshalb durch die ersten Fragen das Prozedere kennenlernen. Deshalb wurden die Fragen zu demografischen Daten auf ein Minimum reduziert, wodurch die fünfte Frage sich bereits dem eigentlichen Thema des Fragebogens, Ernährung, widmete.

6.4.1.1 Demografische Daten

Zufällig ergab sich ein Geschlechterverhältnis von 50:50, welches aufgrund der ausgeschiedenen Fragebögen entstanden ist (s. Abb. 12). Wie auf den nachfolgenden Grafiken ebenfalls zu sehen ist, hat sich das Alter der TeilnehmerInnen zwischen November 2017 und Mai 2018 dahingehend verändert, dass beim ersten Befragungstermin der Großteil 13 Jahre (s. Abb. 13), beim zweiten Befragungstermin 14 Jahre alt war. Außerdem waren einige SchülerInnen beim zweiten Termin schon 15 Jahre alt (s. Abb. 14).

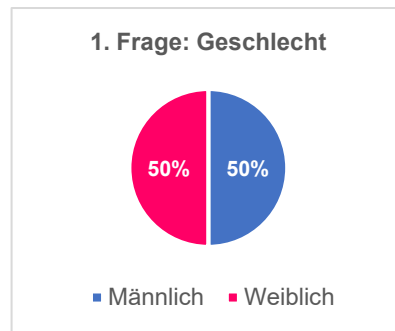


Abbildung 12

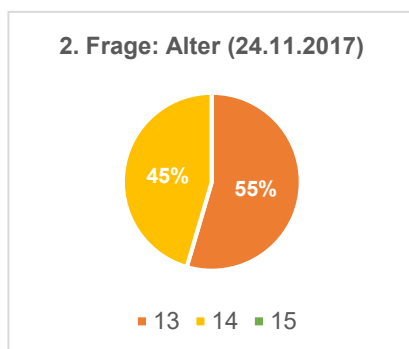


Abbildung 13

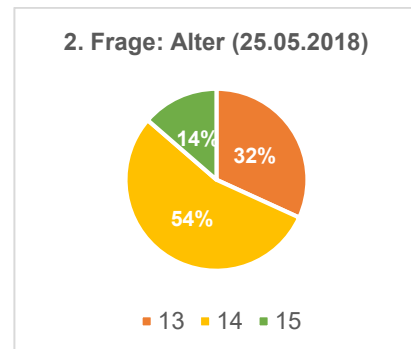


Abbildung 14

Die nachfolgenden Fragen (s. Abb. 15 und 16) beschäftigen sich mit der höchsten abgeschlossenen Ausbildung der Eltern der an den Befragungen teilgenommenen SchülerInnen. Leider konnten die meisten SchülerInnen keine Angabe dazu machen, weil sie nicht wussten, welche Ausbildung(en) ihre Eltern gemacht haben. Da diese Antwortmöglichkeit zuvor nicht bedacht worden war, fügten die SchülerInnen einfach kurzer Hand selbst die Antwort „Weiß ich nicht“ handschriftlich hinzu. Von den übrigen gaben die meisten SchülerInnen „Lehre/Ausbildung“ als höchste Ausbildung der Eltern an (das ist sowohl bei der Frage zum Vater als auch zur Mutter gleich).

Diese Fragen wurden deshalb in den Fragebogen aufgenommen, da eine Korrelation zwischen Bildungshintergrund der Eltern und Wissen um Ernährung bzw. Ernährungsstil ihrer Kinder bestätigt oder ausgeschlossen werden sollte. Da mehr als die Hälfte bei der ersten Befragung keine Angabe dazu machen konnte, eignen sich nur die Daten der zweiten Befragung für eine Beurteilung in diese Richtung. Aufgrund dieses Umstandes war es nicht möglich eine Interpretation in diese Richtung durchzuführen.

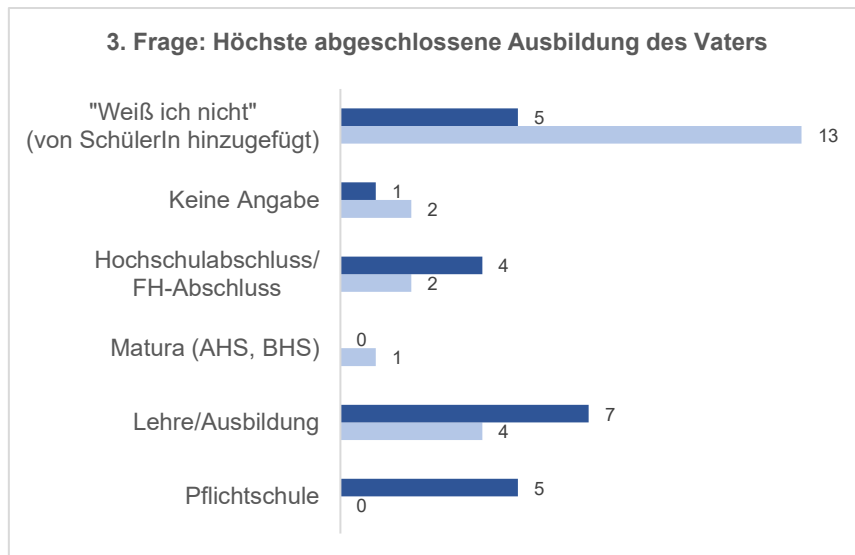


Abbildung 15

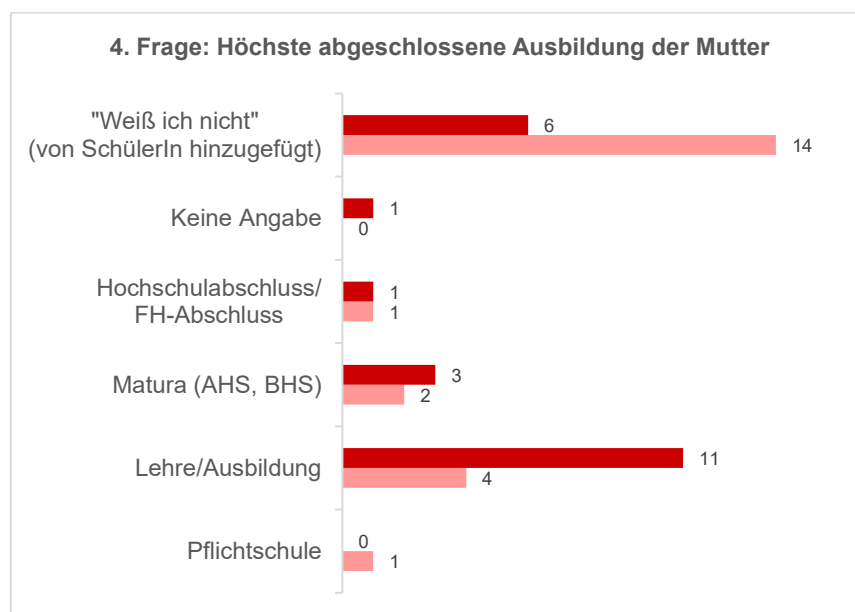


Abbildung 16

In den obenstehenden Abb. 15 und 16 stehen die hellblauen bzw. -roten Balken für die Antworten bei der ersten Befragung am 24.11.2017, die dunkelblauen bzw. -roten Balken symbolisieren jene Antworten, die beim zweiten Termin am 25.05.2018 gegeben wurden.

6.4.1.2 Fragen zur persönlichen Ernährung

Ein Hauptaugenmerk der Forschung zu dieser Diplomarbeit lag darauf, eine Momentaufnahme bzgl. der Ernährung der teilnehmenden SchülerInnen zu erstellen. Die untenstehende Grafik zeigt, dass die meisten SchülerInnen v.a. fleischbetonte Mischkost bevorzugen. Dies hat sich in den sechs Monaten zwischen den Befragungen nicht wirklich verändert.

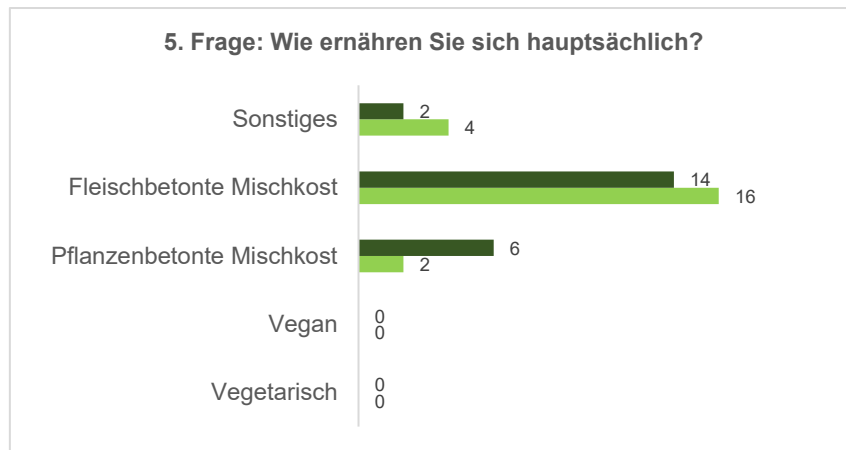


Abbildung 17

Etwas anders sieht es bei pflanzenbetonter Mischkost aus. Gaben am 24.11.2017 (hellgrün) nur zwei SchülerInnen an sich in dieser Art zu ernähren, so waren es am 25.05.2018 (dunkelgrün) sechs. Unter „Sonstiges“ wurden v.a. Kommentare wie „ich esse eigentlich alles“ angeben.

Die nächsten beiden Fragen sollten ermitteln, wie regelmäßig die SchülerInnen essen und ob es diesbezüglich einen Unterschied zwischen Schultagen und dem Wochenende gibt.

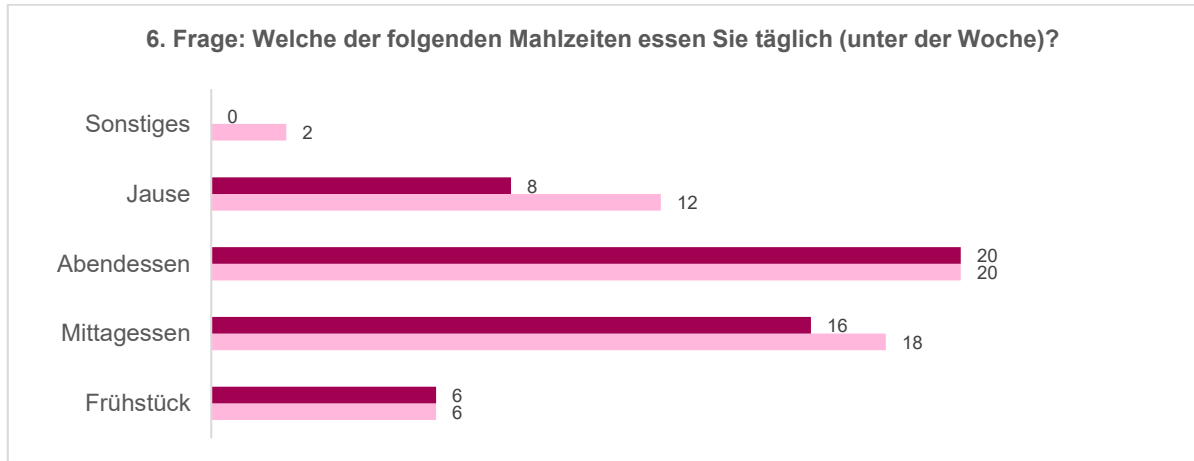


Abbildung 18

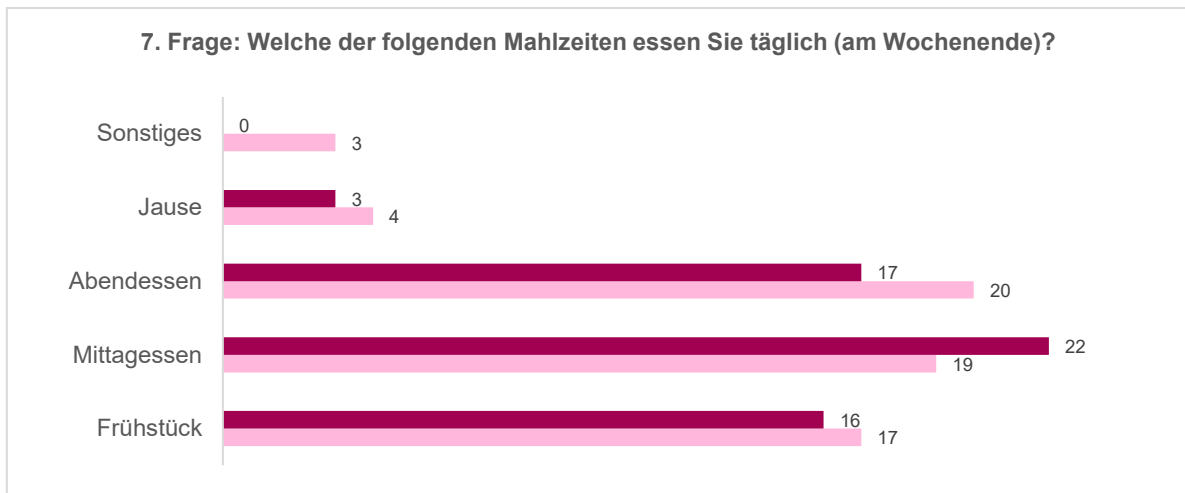


Abbildung 19

Die in Abb. 18 und 19 zu sehenden hellrosa Balken entsprechen den Angaben beim ersten Befragungsdurchgang, die dunkleren jenen des zweiten Durchgangs. Wie sich an den obenstehenden Grafiken ablesen lässt, sind v.a. Frühstück und Jause in Bezug auf die Wochentage unterschiedlich. Nur sechs der insgesamt 22 SchülerInnen essen an Schultagen ein Frühstück. Am Wochenende sind es mehr als doppelt so viele. Jause wird wiederum von den meisten nur an Schultagen gegessen. Es ist sehr wahrscheinlich, dass die SchülerInnen an Schultagen das Frühstück ausfallen lassen, da die Schule in Österreich sehr früh beginnt (i.d.R. um 08:00 Uhr vormittags) und aus unterschiedlichen Gründen zu wenig Zeit für ein Frühstück ist. Dies würde auch erklären, warum mehr SchülerInnen unter der Woche als am Wochenende eine Jause essen, da sie das entfallene Frühstück nachholen müssen.

Mittag- und Abendessen werden fast jeden Tag eingenommen, hier kann man also von einer Regelmäßigkeit sprechen. Im Vergleich zum Frühstück ist das positiv hervorzuheben. Wenn SchülerInnen „Sonstiges“ angegeben haben, wurde meistens „Snacks“ hinzugefügt, der im Moment geläufigere Begriff für kleine Zwischenmahlzeiten und/oder Knabbereien.

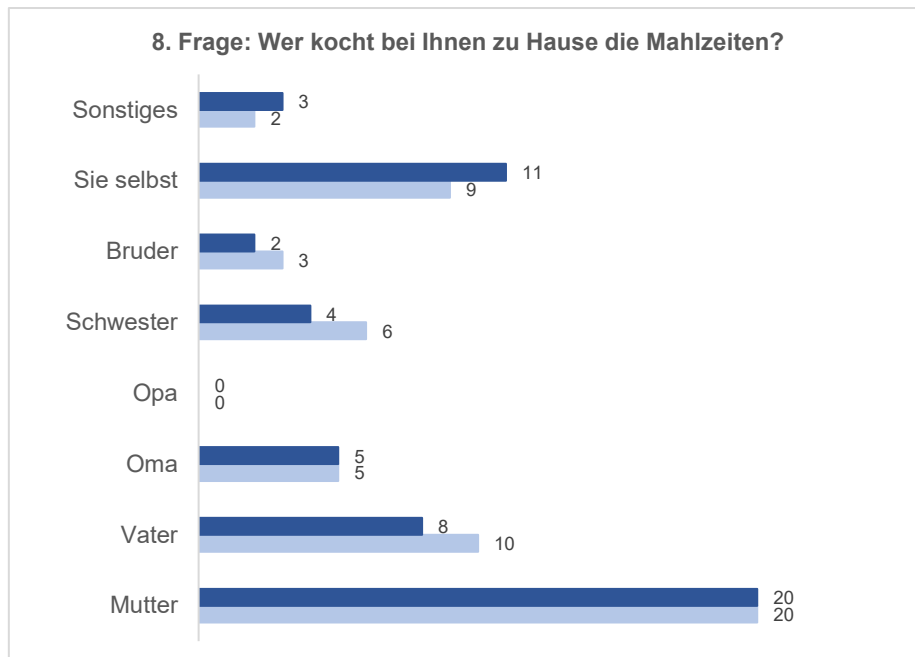


Abbildung 20

Wie an der obenstehenden Abb. 20 zu sehen ist, ist bei fast allen TeilnehmerInnen die Mutter diejenige Person, welche die Mahlzeiten zubereitet. Nur bei etwa der Hälfte der SchülerInnen übernimmt auch der Vater diese Aufgabe. Etwas öfter als die Väter kochen sogar die SchülerInnen selbst. Geschwister und Omas übernehmen ebenfalls ab und zu bzw. in manchen Fällen diese Aufgabe. Unter „Sonstiges“ wurden Familienmitglieder angegeben, die vorab nicht gelistet waren (wie z.B. „Tante“), aber auch (bei einem/einer SchülerIn) eine (angestellte) Köchin. Bei jeder Antwortoption hat sich die Anzahl der Angaben zwischen den beiden Terminen leicht verschoben, alleine bei den Antwortmöglichkeiten „Mutter“ und „Oma“ blieb die Anzahl der Angaben gleich. Warum dies so ist, kann viele Gründe haben. So könnte immer noch die klassische patriarchische Rollenverteilung vorherrschend sein, oder die Väter kochen einfach nicht so gerne wie die Mütter. Vielleicht stammen viele der teilnehmenden SchülerInnen aber auch aus Scheidungsfamilien oder der Vater bzw. die Mutter ist aus anderen Gründen AlleinerzieherIn. Dies kann einen unmittelbaren Einfluss auf die Anzahl der von den jeweiligen Elternteilen zubereiteten Mahlzeiten haben.

Bemerkenswert ist auf jeden Fall, dass ca. die Hälfte der SchülerInnen selbst ihre Mahlzeiten zubereiten, was dann oft der Fall ist, wenn keine anderen Personen zu Hause sind, welche diese Aufgabe übernehmen (können), weil sie z.B. noch in der Arbeit sind. Natürlich kann es auch sein, dass die Eltern ihre Kinder auch einfach selbst kochen lassen, weil sie wissen, dass es ihnen Spaß macht und sie den

Jugendlichen beim Arbeiten in der Küche in Anbetracht der dort herrschenden Gefahren vertrauen.

Warum zwar manche Omas aber keine Opas die Mahlzeiten für ihre Enkel zubereiten, ist nicht eindeutig zu klären, aber es könnte sein, dass entweder dieselben Gründe dahinterstecken, wie oben bei der Differenz zwischen Mutter und Vater erwähnt wurden oder aber, dass es schlichtweg leider keinen Opa mehr gibt, der in der Küche stehen könnte.

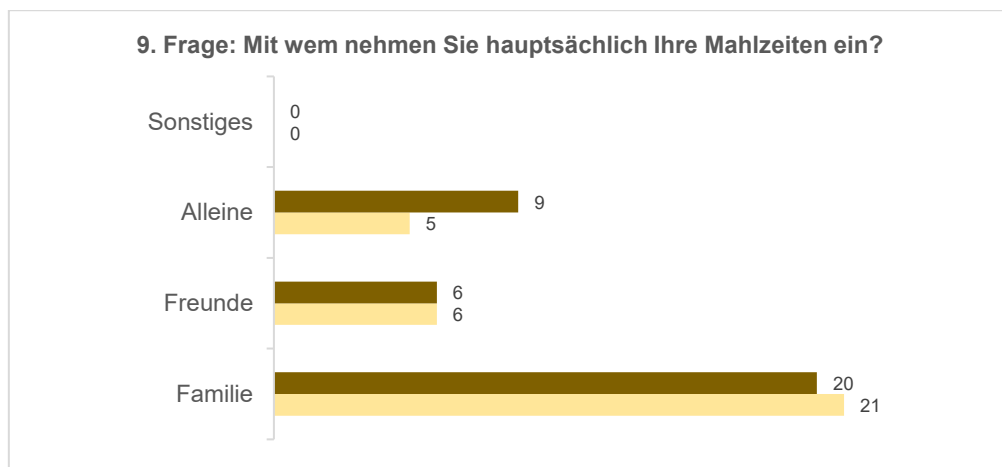


Abbildung 21

An Abb. 21 kann man sehen, dass fast alle SchülerInnen ihre (Haupt-) Mahlzeiten zusammen mit ihrer Familie einnehmen, ca. ein Drittel isst jedoch auch alleine oder mit Freunden. Diese drei Optionen schließen einander natürlich nicht aus. Es kann sein, dass Freunde beim Familienessen dabei sind oder das Mittagessen alleine, das Abendessen jedoch in Gesellschaft (der Familie) eingenommen wird.

In der folgenden Abb. 22 ist zu sehen, dass die meisten SchülerInnen bzw. ihre Familien ein- oder zweimal wöchentlich einkaufen gehen, d.h., der sogenannte klassische Wochen-Großeinkauf ist auch bei den SchülerInnen vorherrschend, die an dieser Befragung teilgenommen haben.

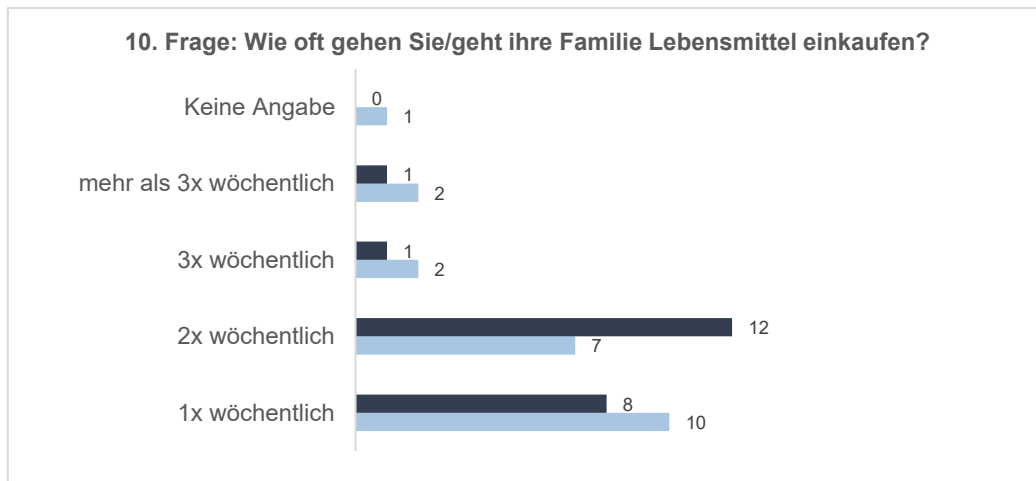


Abbildung 22

Frage 11 nach einem Schulbuffet oder einer Cafeteria war deshalb von Interesse, weil sie ein Spektrum betrifft, welches vorab bei der Erstellung des Fragebogens als „Ort des Essens“ definiert wurde. Wo essen SchülerInnen hauptsächlich?

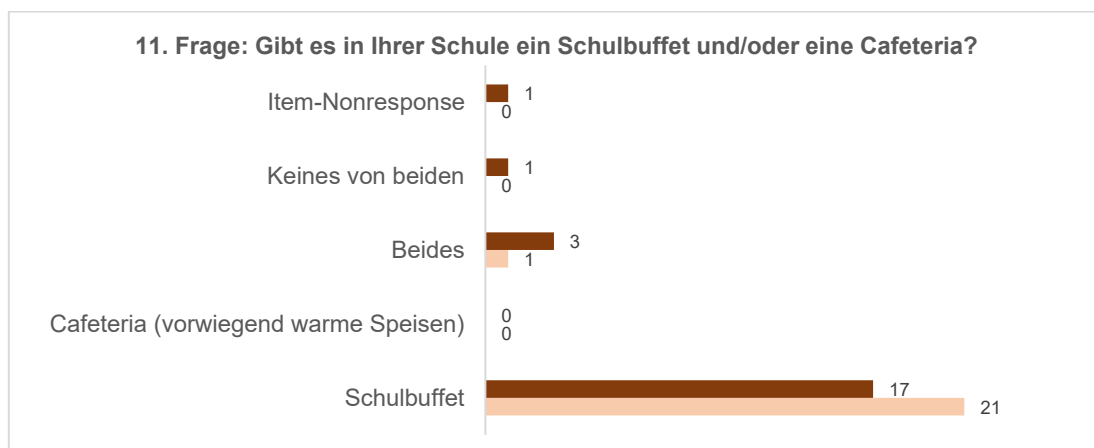


Abbildung 23

Als drei Hauptkategorien wurden „zu Hause“, „in der Schule“ und „auswärts“ (in Restaurants, bei Freunden oder Verwandten, ...) festgelegt. „In der Schule“ kann allerdings in mehreren Wegen gedeutet werden. Zum einen können die SchülerInnen ihre von zu Hause mitgebrachte Jause im Klassenzimmer essen, zum anderen können sie bei einem Schulbuffet oder in einer Cafeteria Essen kaufen. Dazu muss es aber eine dieser beiden oder beide Einrichtungen geben. Wie in Abb. 23 zu sehen ist, haben fast alle SchülerInnen angegeben, dass ihre Schule über ein Schulbuffet verfügt. Nur einige wenige gaben eine abweichende Antwort. Man kann also mit großer Sicherheit davon ausgehen, dass die NMS Sacre Coeur über ein Schulbuffet verfügt, bei dem sich die SchülerInnen gegebenenfalls eine Jause oder einen sogenannten Snack kaufen können.

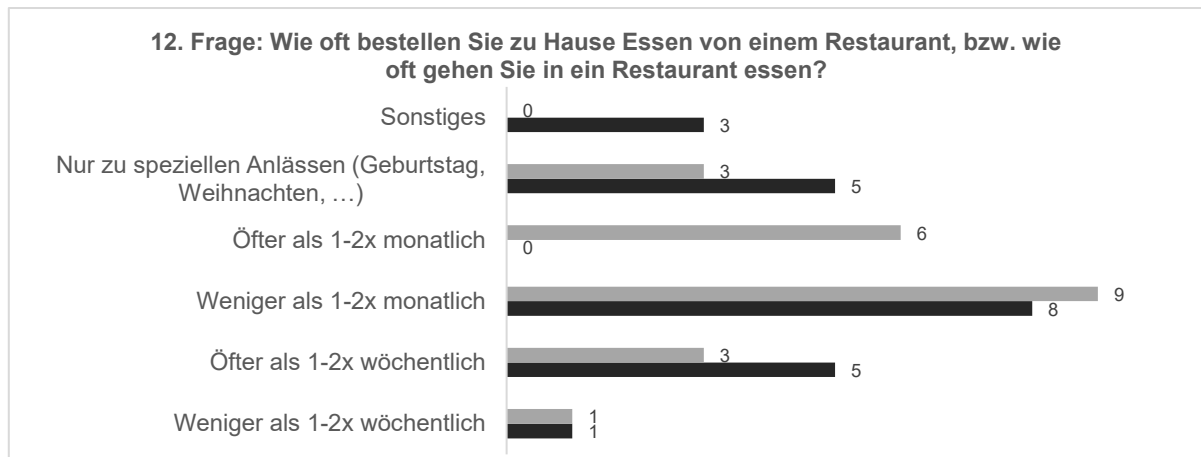


Abbildung 24

Auswärts zu essen ist, wie an der obenstehenden Abb. 24 zu sehen ist, für die meisten SchülerInnen, welche an der Befragung teilgenommen haben, eher die Ausnahme als die Regel. Es gibt zwar einige SchülerInnen, die öfter als 1-2-mal wöchentlich essen gehen oder etwas aus einem Restaurant nach Hause bestellen, aber genauso viele SchülerInnen essen überhaupt nur zu speziellen Anlässen auswärts. Die Mehrheit bezieht weniger als 1-2-mal monatlich Essen aus Restaurants. Das hat sich auch in der Zeit zwischen den beiden Befragungsterminen kaum geändert. Allerdings gaben sechs SchülerInnen am 24.11.2017 an, öfter als 1-2-mal monatlich essen zu gehen oder zu bestellen, sechs Monate später wurde diese Option kein einziges Mal angegeben. Was genau der Grund für diese Veränderung ist, ist leider nicht bekannt.

Die folgende Frage 13 (Abb. 25) war eine der wichtigsten Fragen in Bezug auf die Ernährungsgewohnheiten der SchülerInnen. Da aufgrund ihres Alters davon auszugehen ist, dass sie noch zu Hause wohnen und keine SelbstversorgerInnen sind, hat die Familie und die Ernährungsgewohnheiten ihrer Mitglieder wahrscheinlich großen Einfluss auf die TeilnehmerInnen der Befragung.

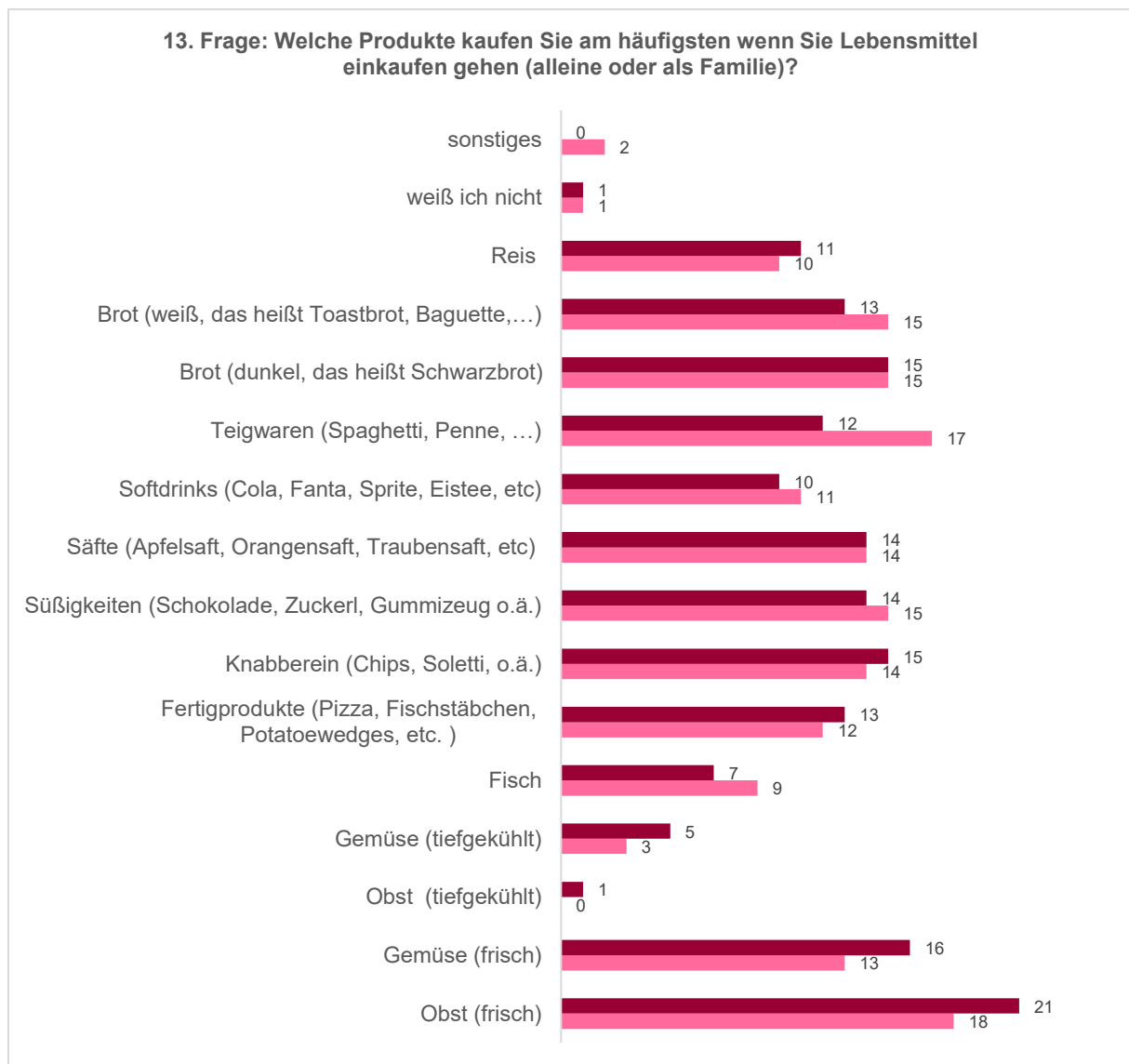


Abbildung 25

Zwischen den Angaben vom 24.11.2017 (hellrosa) und jenen vom 25.05.2018 (dunkelrot) sind im Allgemeinen nur geringe Abweichungen zu erkennen. Am gravierendsten unterscheiden sich noch die Angaben zu „Teigwaren“, welche bei der ersten Befragung von 17 SchülerInnen als durchaus häufig gekauftes Produkt angegeben wurden, während sie bei der zweiten Befragung nur noch von zwölf SchülerInnen angegeben wurde. Ansonsten unterscheiden sich die Angaben um maximal drei SchülerInnen. Positiv zu erwähnen ist der gesteigerte Kauf von frischem Obst und Gemüse (um je drei Angaben pro SchülerInnen/Familien). Typisch für unsere Region ist, dass ca. zwei Drittel der SchülerInnen angeben regelmäßig dunkles Brot zu kaufen. Etwa genauso oft wird aber laut der Angaben der SchülerInnen auch Weißbrot gekauft, dicht gefolgt von Reis, der immerhin in der Hälfte der Haushalte häufig im Einkaufswagen zu finden ist.

Anhand der Grafik kann man auch erkennen, dass gut zwei Drittel der Haushalte regelmäßig Säfte, Süßigkeiten, Knabbereien und Fertigprodukte kaufen, in der Hälfte der Fälle werden auch Softdrinks wiederholt eingekauft. Fisch landet jedoch nur bei jedem/jeder Dritten/Dritter (24.11.2017) bzw. Vierten/Vierter (25.05.2018) häufig im Einkaufswagen. Es ist bekannt, dass die ÖsterreicherInnen zu viel Fett und Zucker zu sich nehmen, v.a. durch zu hohen Fett-/Zuckergehalt in Speisen bzw. Getränken. So wird im „Nationalen Aktionsplan Ernährung“ aus dem Jahr 2013 Folgendes festgehalten:

„In allen Teilkollektiven zeigt sich ein zu hoher Fettkonsum und ein zu hoher Konsum an gesättigten Fettsäuren. [...] Der Verzehr von Süßwaren, Knabbereien und süßem Gebäck, die an der Spitze der österreichischen Ernährungspyramide stehen und nur selten konsumiert werden sollten, ist in allen Gruppen zu hoch.“ (Bundesministerium für Gesundheit, Radetzkystraße 2, 1030 Wien 2013, 8-9)

Schon die traditionelle österreichische Küche ist oftmals sehr fett- und zuckerhaltig (als Beispiel wären hier u.a. Schweinsbraten, Palatschinken¹⁸ oder Powidlknödel¹⁹ zu nennen). Der übermäßige Konsum von Fertigprodukten, Softdrinks, Süßigkeiten und Knabbereien, wie z.B. Chips, tut sein Übriges zu der bedenklichen Statistik über die Ernährung der ÖsterreicherInnen. Fisch kann v.a. deshalb ein eher selten gekauftes Produkt sein, da es in Österreich traditionellerweise aufgrund der geografischen Lage kaum Möglichkeiten gibt, an frischen Fisch zu kommen. Die wenigen Fischarten, die in Österreich heimisch sind, sind ausschließlich Süßwasserfische und nur in bestimmten Regionen zu finden (Fluss-/Seegebiete). Das bedingt, dass Fisch (sofern es sich um Frischware handelt) ein teures Produkt ist, umso mehr, wenn es sich um Importware aus Ländern handelt, die über Meerzugang verfügen und kommerziellen Fischfang betreiben. Zusammengefasst kann man sagen, dass die Angaben zu Frage 13 jene Statistiken bestätigen, welche den DurchschnittsösterreicherInnen eine eher ungesunde, zu fettige und zuckerhaltige Ernährung attestieren.

6.4.2 2. Block – Ernährungsbewusstsein

Da Ernährungsbewusstsein bzw. Bewusstseinsbildung in Bezug auf Ernährung ein wesentlicher Punkt des BigPicnic Projekts war, wurde diesem Thema auch beim Fragebogen ein großer Teil gewidmet. Die Fragen 15 bis 23 sollten ermitteln wie

¹⁸ Sehr dünne Pfannkuchen, ähnlich den französischen Crêpes.

¹⁹ Powidlknödel sind mit Zwetschenmarmelade (Pflaumenkonfitüre) gefüllte Knödel (Klöße) aus Germteig (Hefeteig), welche kurz vor dem Verzehr mit geschmolzener Butter übergossen und einem Mohn-Zucker-Gemisch bestreut werden. Dementsprechend kalorienreich ist diese beliebte Mehlspeise.

bewusst die SchülerInnen mit Lebensmitteln umgehen bzw. worauf sie achten, wenn es um ihre Ernährung geht, sei es Regionalität, bestimmte Inhaltsstoffe o.ä. Auch persönliche Gedanken zum Thema Ernährung waren Thema dieses Blocks.

6.4.2.1 Fragen zu Verwendung und Umgang mit Lebensmitteln im Alltag

Ziel der Frage 15 nach Begriffen, welche auf Lebensmitteln zu finden sind, war es herauszufinden, ob die SchülerInnen diese Begriffe beim Einkaufen überhaupt beachten oder ob ihnen die Begriffe durch andere Situationen geläufig sind.



Abbildung 26

Immerhin 21 von 22 (24.11.2017) bzw. 20 von 22 (25.05.2018) SchülerInnen haben angegeben, dass „Bio“ ein für sie geläufiger Begriff ist. Da mittlerweile sogar Discounter Bio-Produkte anbieten, ist das auch sehr plausibel. Für Bio-Linien wird viel Werbung gemacht, sei es im Fernsehen, Radio oder im Internet. Ähnlich viel Bekanntheitsgrad genießen Begriffe wie „Freiland-/Bodenhaltung“, „Frei von...“ oder das „Mindesthaltbarkeitsdatum“. Dass diese Begriffe so geläufig sind, kann v.a. daran liegen, dass sie auf Produkten vorkommen, welche zu den sogenannten Grundnahrungsmitteln gehören (Milch, Eier, Brot, ...) und daher bei fast jedem Einkauf im Einkaufswagen landen. Auch die besser erforschten und leichter zu diagnostizierenden Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder -allergien sind

mittlerweile geläufiger, was Themen wie gluten-/laktosefreie Nahrungsmittel mehr in den Alltag einbringt. Es könnte auch sein, dass einige SchülerInnen selbst von einer solchen Nahrungsmittelunverträglichkeit/-allergie betroffen sind und der Begriff „Frei von...“ deshalb vielen Jugendlichen geläufig war.

Nur etwa zwei Drittel der Befragten gaben an „Zusatzstoffe (E-Nummern)“ und Güte-Biosiegel zu kennen. „Regionalität“ schnitt bei der zweiten Befragung ähnlich ab, während bei der ersten Befragung weniger als die Hälfte der SchülerInnen mit diesem Begriff etwas anfangen konnte. Ähnlich unbekannt war der Begriff „Gentechnik (frei)“, gefolgt von „Superfood“, was überhaupt nur vier von 22 (24.11.2017) bzw. fünf von 22 (25.05.2018) SchülerInnen bekannt war. Dass der Begriff „Regionalität“ doch um einiges weniger bekannt ist als „Bio“, ist etwas verwunderlich, da beide Begriffe oft zusammen erwähnt werden, z.B. in Werbungen für Bio-Produkte. Die anderen Begriffe – „Gentechnik (frei)“, Zusatzstoffe (E-Nummern)“ und „Superfood“ – könnten v.a. deshalb noch eher unbekannt sein, weil sich SchülerInnen in diesem Alter (13 – 15 Jahre) wenig mit den verschiedenen Arten von Nahrungsmitteln und deren Herstellung beschäftigen. Es wäre interessant weiterführende Studien mit anderen Altersgruppen zu unternehmen, um Vergleichswerte bzgl. dieser Punkte zu eruieren.

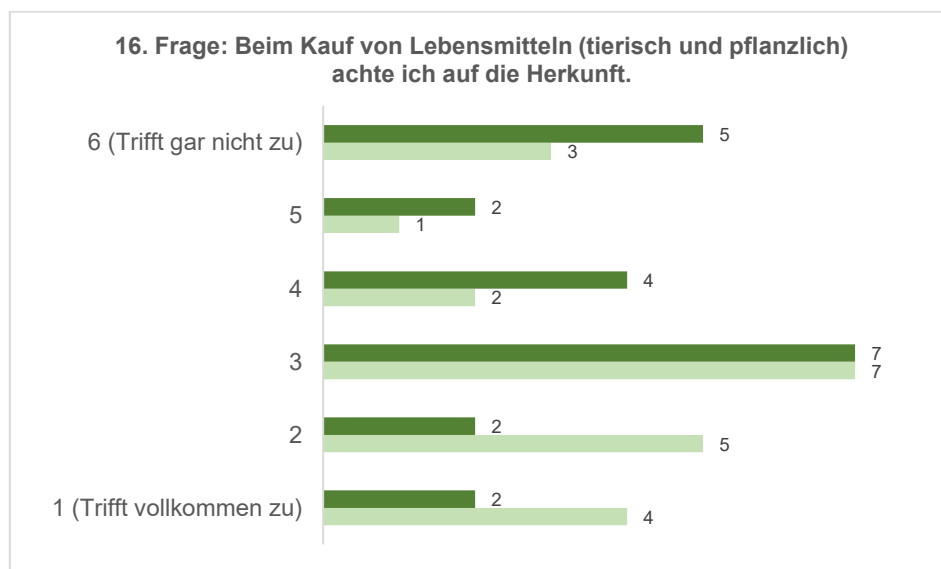


Abbildung 27

Abb. 27 zeigt die Tendenz der SchülerInnen, Lebensmittel aufgrund ihrer Herkunft auszuwählen. Wie zu erkennen ist, haben die meisten SchülerInnen den Wert „3“ angegeben, also ein annähernder Mittelwert, der jedoch mehr Richtung „Trifft vollkommen zu“ geht. Obwohl absichtlich eine sechsteilige Skala gewählt wurde, um

die Tendenz zur Mitte zu verringern, ist es doch auffällig, dass die meisten SchülerInnen sich für diesen Wert entschieden haben. Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass einige diesen Wert angegeben haben, um eine vermeintliche Mitte zu wählen. Abgesehen davon ist es auch erwähnenswert, dass die Tendenz auf die Herkunft von Lebensmitteln zu achten, beim ersten Termin deutlich höher war als beim zweiten Termin. Die hellgrünen Balken zeigen die Angaben der ersten Befragung, die dunkelgrünen jene der zweiten. Insgesamt 16 SchülerInnen hatten beim ersten Termin angegeben, dass sie eher auf die Herkunft achten, beim zweiten Termin waren es nur noch elf. Warum die Bereitschaft die Herkunft zu beachten innerhalb der sechs Monate zurückgegangen ist, kann hier nicht geklärt werden, da dazu keine Daten vorliegen.

Auch der Umgang mit Lebensmitteln war Thema der Befragung, da das Wissen um die Handhabung verschiedener Lebensmittel zum Ernährungsbewusstsein dazugehört. Ein viel diskutiertes Thema ist die Haltbarkeit und dementsprechend Genießbarkeit von Lebensmitteln. Viele Lebensmittel werden noch vor oder sehr knapp nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums entsorgt, weil davon ausgegangen wird, dass das Lebensmittel nach diesem Datum nicht mehr verzehrt werden darf, weil dies gesundheitsschädlich sein könnte. Ziel der nachfolgenden Frage (Abb. 28) war es herauszufinden, ob die SchülerInnen wissen, woran zu erkennen ist, dass ein Lebensmittel nicht mehr genießbar ist.

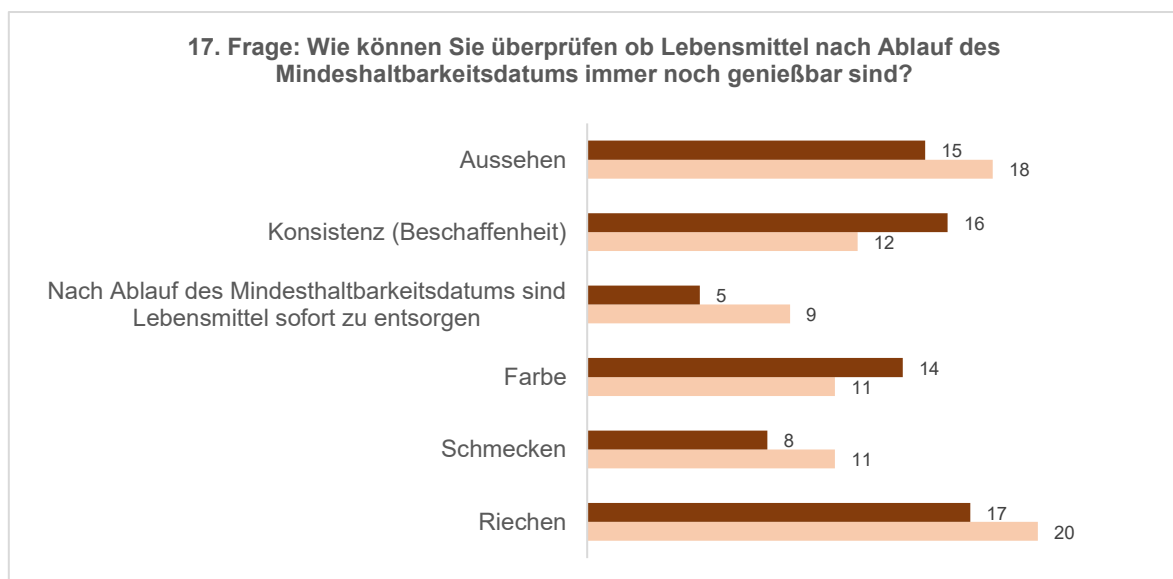


Abbildung 28

Es ist als durchaus positiv zu bewerten, dass weniger als die Hälfte der SchülerInnen (beim ersten Befragungstermin) und sogar nur fünf von 22 (beim zweiten

Befragungstermin) das Mindesthaltbarkeitsdatum als strikte Vorgabe zur Entsorgung sehen, während sich der Großteil der SchülerInnen auf ihre Sinne verlässt, um die Genießbarkeit zu bewerten. Dies zeugt von einer realistischen Einstellung gegenüber der Verwertbarkeit schon abgelaufener Lebensmittel.

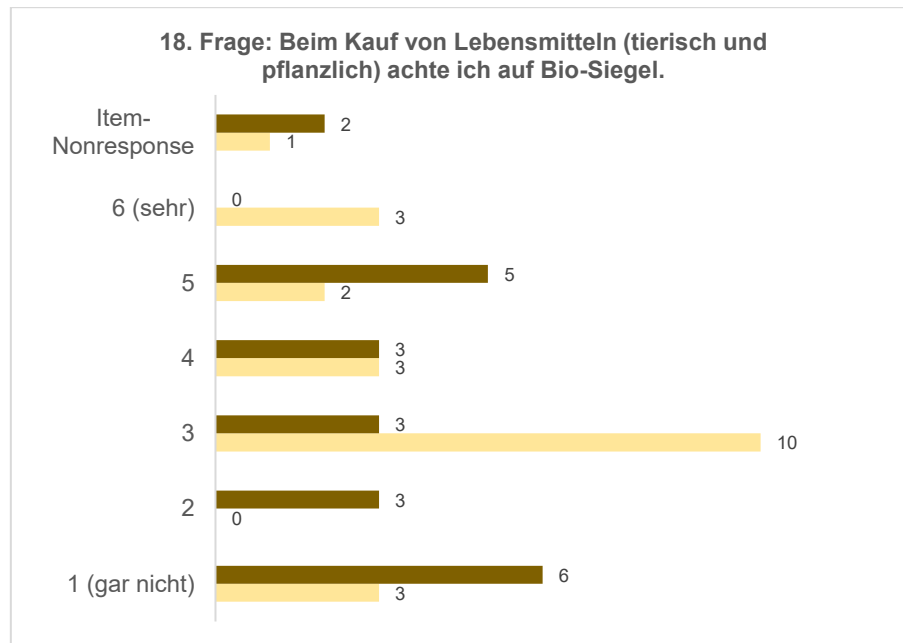


Abbildung 29

Biosiegel spielen laut den Daten in Abb. 29 kaum eine Rolle für Kaufentscheidungen bei den Befragten. Auch diesmal ist beim ersten Termin eine hohe Tendenz zum Wert „3“ zu verzeichnen. Bei der zweiten Befragung haben sich die Angaben ziemlich gleichmäßig auf alle Werte verteilt, „gar nicht/1“ wurde sogar doppelt so häufig angegeben wie beim ersten Mal. Der einzige Wert, der sich bei beiden Terminen nicht verändert hat, war Wert „4“ – er wurde immer von je drei SchülerInnen angegeben. Damit eine Tendenz zur Mitte verhindert werden konnte, wurde entschieden, die Skala bei dieser Frage gegenläufig zu machen („1“ = „gar nicht“, „6“ = „sehr“) und wieder eine gerade Anzahl an Antwortmöglichkeiten zu geben. Zumindest beim zweiten Termin kann man behaupten, dass diese Maßnahme Wirkung gezeigt hat. Beim ersten Termin wurde wieder am häufigsten der Wert „3“ angekreuzt, was dem Versuch einer Positionierung in der Mitte entsprechen könnte. Zählt man die Angaben von 1-3 und von 4-6 zusammen, so ergibt sich folgendes Bild:

Beim ersten Termin am 24.11.2017 gaben 13 SchülerInnen an, Bio-Siegel bei ihrem Einkauf wenig bis gar nicht zu beachten, während acht SchülerInnen angaben, schon darauf zu achten. Am 25.05.2018 wiederum gaben zwölf SchülerInnen an kaum bis

gar nicht auf Bio-Siegel zu achten, während acht SchülerInnen sehr wohl darauf achteten. Die Anzahl der Item-Nonresponse ist von einem/einer beim ersten auf zwei SchülerInnen beim zweiten Termin angestiegen. An den Einstellungen zu Bio-Siegeln als Kaufentscheidung hat sich also, trotz Umverteilung auf andere Skalenwerte, im Wesentlichen nichts geändert.

Frage 20 im Fragebogen umfasst ein Thema, welches auch im BigPicnic eine Rolle gespielt hat, nämlich die Zukunft unserer Ernährung bzw. etwaige Sorgen um diese von Seiten der Bevölkerung. Ziel dieser Frage im Fragebogen war es herauszufinden, ob sich SchülerInnen im Alter von 13 – 15 Jahren darüber Gedanken machen und sie eventuell negative Entwicklungen befürchten.

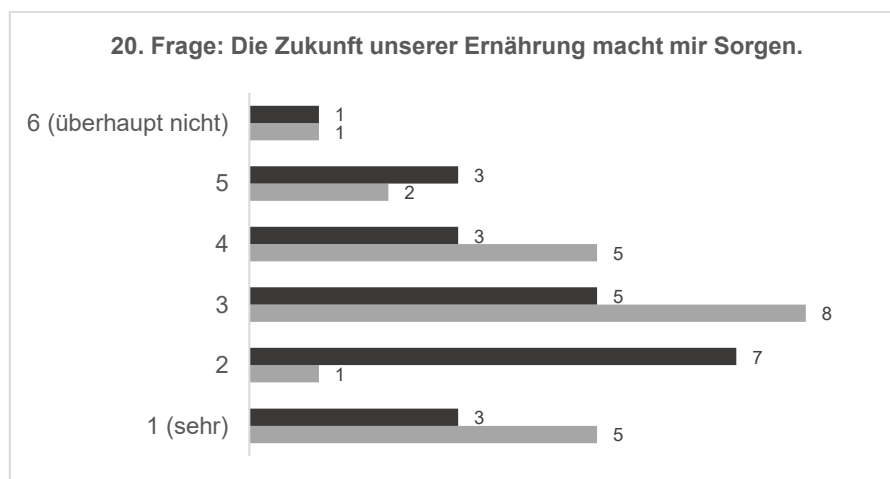


Abbildung 30

Wie an Abb. 30 zu sehen ist, unterscheiden sich die Angaben dazu zwischen den beiden Terminen. Nur ein/e SchülerIn hat bei beiden Terminen angegeben, dass er/sie sich überhaupt keine Sorgen um die Zukunft unserer Ernährung macht. Beim ersten Termin am 24.11.2017 gaben die meisten, nämlich insgesamt acht, SchülerInnen an, dass sie sich schon Sorgen machen, allerdings nicht ständig oder sehr große. Das ist daran zu erkennen, dass am häufigsten der Wert „3“ angekreuzt wurde.

Beim zweiten Termin am 25.05.2018 haben sich die Angaben etwas verändert. Diesmal wurde am häufigsten (nämlich von insgesamt sieben SchülerInnen) der Wert „2“ angekreuzt, was bedeutet, dass sie sich durchaus Sorgen machen. Zählt man die Angaben zu den Werten 1-3 und 4-6 zusammen, so sieht man, dass beim ersten Termin 14 SchülerInnen angaben, sich mehr oder weniger starke Sorgen in Bezug auf die Zukunft unserer Ernährung zu machen, während nur acht SchülerInnen sich

kaum bis keine Sorgen diesbezüglich machen. Beim zweiten Termin gaben 15 SchülerInnen an, sich Sorgen zu machen, während sieben sich eher keine zu machen schienen. Man kann also sagen, dass sich die Werte nur geringfügig geändert haben, allerdings in eine Richtung, die zeigt, dass die SchülerInnen die Zukunft unserer Ernährung durchaus kritisch betrachten.

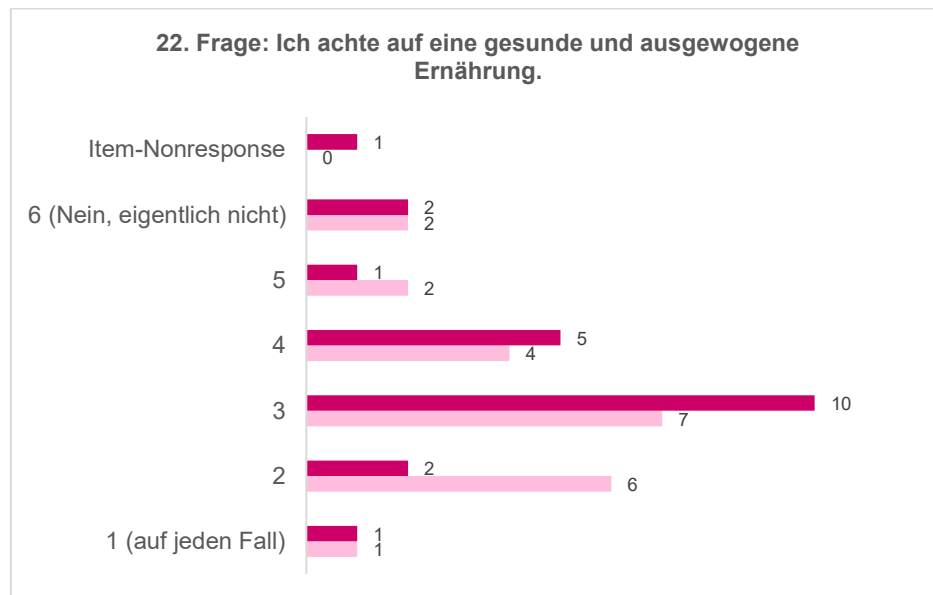


Abbildung 31

Ob gesunde und ausgewogene Ernährung eine Rolle für die SchülerInnen spielt, sollte mit Frage 22 geklärt werden. In Abb. 31 ist zu sehen, dass beim ersten Termin von insgesamt 14 SchülerInnen angegeben wurde, dass sie darauf achten, während acht sich eher wenig bis gar nicht damit beschäftigen. Beim zweiten Termin gaben nur mehr 13 SchülerInnen an, auf gesunde und ausgewogene Ernährung zu achten, während weiterhin acht wenig bis gar nicht darauf achten. Interessanterweise wurden genau die beiden Extreme („Ich achte auf jeden Fall darauf“ und „Nein, eigentlich achte ich nicht darauf“) bei beiden Terminen von derselben Anzahl von SchülerInnen angekreuzt. Alle Abstufungen dazwischen haben Schwankungen von ein bis vier SchülerInnen zu verzeichnen. Trotzdem ist der Durchschnitt der Angaben in jeweils eine der beiden Richtungen quasi unverändert.

Die Antworten zu Frage 23 sind daher in Zusammenhang mit jenen zu Frage 22 besonders hervorzuheben. Eine gesunde und ausgewogene Ernährung schließt den häufigen Konsum von Fertigprodukten eigentlich aus, da diese besonders viele ungesättigte Fettsäuren und Kohlenhydrate in Form von Zucker beinhalten.

Außerdem sind in vielen Fertigprodukten diverse Arten von Konservierungsstoffen enthalten.

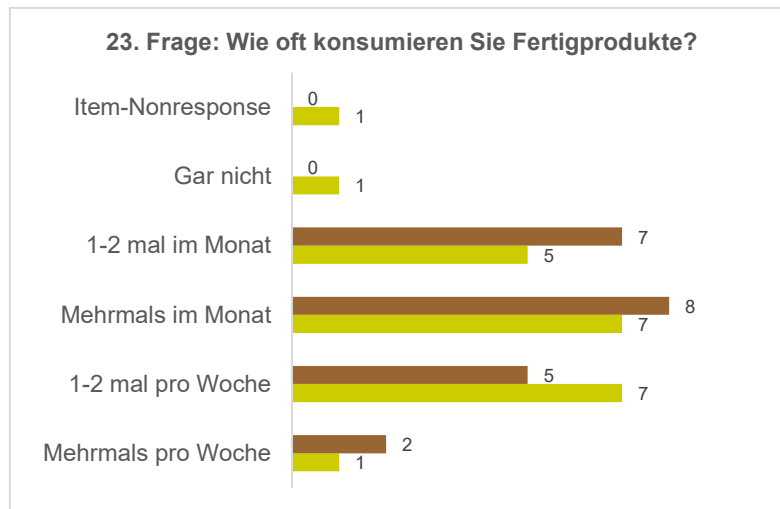


Abbildung 32

Betrachtet man nun die Auswertung der Angaben zu Frage 23 in Abb. 32, so ist zu erkennen, dass am 24.11.2017 nur ein/e SchülerIn angegeben hat, nie Fertigprodukte zu essen. Ebenfalls nur ein/e SchülerIn hat angegeben, diese mehrmals pro Woche zu konsumieren. Am häufigsten, nämlich von je sieben SchülerInnen, wurde angegeben Fertigprodukte entweder 1-2-mal pro Woche oder mehrmals im Monat zu verzehren. Fünf SchülerInnen gaben an nur 1-2-mal pro Monat zu Fertigprodukten zu greifen, wenn sie Hunger haben und ein/e SchülerIn gab keine verwertbare Antwort (Item-Nonresponse). In den sechs Monaten bis zur zweiten Befragung dürfte sich eine Umstellung bzgl. der Ernährungsgewohnheiten ergeben haben, da am 25.05.2018 kein/e einzige/r SchülerIn mehr angegeben hat, nie Fertigprodukte zu konsumieren. Im Allgemeinen ist bei jeder Kategorie ein Anstieg von Angaben zu verzeichnen, mit Ausnahme von „1-2-mal pro Woche“. In Summe lässt sich allerdings sagen, dass mehr als die Hälfte der SchülerInnen nur ein- bis ein paarmal pro Monat Fertigprodukte konsumieren, wohingegen nur sieben ein- bis mehrmals pro Woche darauf zurückgreifen. Bei Frage 22 wurde von mehr als der Hälfte der SchülerInnen angegeben, dass sie in verschiedenen Abstufungen auf ihre Ernährung achten. Da mehr als die Hälfte der Antworten zu Frage 23 bzgl. Konsum von Fertigprodukten bei 1-2-mal bzw. mehrmals im Monat liegen, lässt sich das ganz gut mit den Angaben von Frage 22 vergleichen. Ob die Angaben wirklich hundertprozentig korrekt sind, muss allerdings offen bleiben, da weitere Detailfragen nötig wären, um zu klären, was SchülerInnen genau unter Fertigprodukten verstehen.

6.4.3 3. Block – Fachwissen

Mit den Fragen zu Block 3 sollte eine Momentaufnahme zum Wissensstand der SchülerInnen in Bezug auf Fachbegriffe und physiologische Grundlagen der menschlichen Ernährung stattfinden. Die meisten Fragen dieses Blocks wurden als Single- oder Multiple-Choice-Fragen gestellt. Nur Frage Nr. 25 war eine offene Frage und ist samt Interpretation in Kapitel 6.3 zu finden.

6.4.3.1 Fachwissenschaftliche Fragen zur Ernährung der SchülerInnen

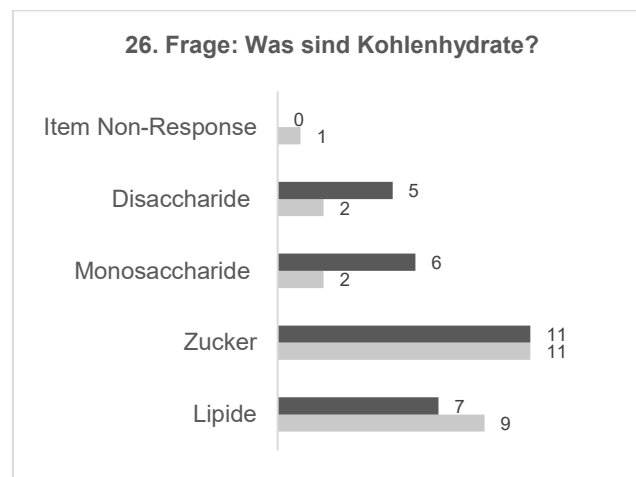


Abbildung 33

Wie an der obenstehenden Abb. 33 zu sehen ist, sollten die SchülerInnen bei Frage 26 angeben, welche Begriffe unter den Überbegriff „Kohlenhydrate“ gestellt werden. Elfmal wurde sowohl beim ersten-, als auch beim zweiten Termin angegeben, dass es sich bei Kohlenhydraten um Zucker handelt. Nur je zweimal wurde beim ersten Termin angegeben, dass auch Mono- und Disaccharide zu den Kohlenhydraten gehören. Ganze neunmal wurde behauptet, dass Lipide (= Fette) ebenfalls Kohlenhydrate sind. Beim zweiten Befragungstermin wurden Lipide nur mehr siebenmal zu den Kohlenhydraten gezählt, während Mono- und Disaccharide sechs- bzw. fünfmal den Kohlenhydraten zugeordnet wurden. Das zeugt von einer Wissenssteigerung innerhalb der sechs Monate, die zwischen den beiden Befragungen lagen. Eine Ursache dafür könnte gewesen sein, dass die menschliche Ernährung in diesen sechs Monaten Thema im (Biologie-)Unterricht war.

Die Folgen von Fehlernährung waren Thema der Frage 27 im Fragebogen.

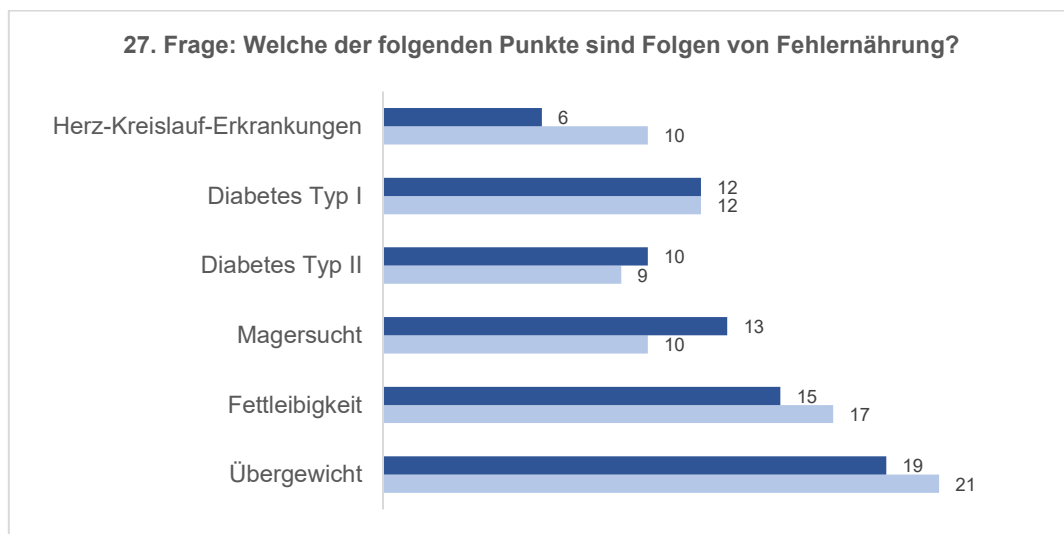


Abbildung 34

In der hier zu sehenden Abb. 34 kann man die Angaben der SchülerInnen vom ersten (hellblaue Balken) und zweiten Befragungstermin (dunkelblaue Balken) zu dieser Frage sehen. Bis auf Diabetes Typ I²⁰ wäre jede der gegebenen Antworten richtig gewesen. Zwischen erster Befragung am 24.11.2017 und zweiter am 25.05.2018 sind kaum Unterschiede bzgl. der Anzahl an jeweils gegebenen Antworten zu erkennen. Am meisten unterscheiden sich noch die Angaben zu „Herz-Kreislauf-Erkrankungen“, zehn bei der ersten und nur sechs bei der zweiten Befragung. Fast alle SchülerInnen waren sich einig, dass Übergewicht und Fettleibigkeit eine Folge von Fehlernährung sind. Etwa die Hälfte hat angegeben, dass auch Magersucht durch Fehlernährung hervorgerufen werden kann. Fälschlicherweise hat genauso etwa die Hälfte der SchülerInnen angegeben, Diabetes Typ I würde durch Fehlernährung induziert, jedoch nur neun bzw. zehn waren der Meinung, dass dies auf Diabetes Typ II zutrifft. Eine Möglichkeit, warum so viele SchülerInnen bei diesem Punkt falsch lagen, ist, dass sie den Unterschied zwischen Typ I und II nicht kennen oder gar nicht wissen, dass es zwei verschiedene Arten von Diabetes gibt. Es kam auch vor, dass sowohl Diabetes Typ I als auch Typ II von ein und derselben SchülerIn angekreuzt wurde. Das zeigt, dass der Person

²⁰ Diabetes Typ I ist eine Autoimmunkrankheit und auch unter der Bezeichnung insulinabhängiger Diabetes bekannt. Das eigene Immunsystem greift dabei die β -Zellen des Pankreas an und zerstört diese. Die Betroffenen erkranken meist schon im Kindesalter an dieser Form von Diabetes und können daher in weiterer Folge kein körpereigenes Insulin mehr produzieren. Um lebensbedrohlichen Situationen vorzubeugen, müssen sie sich deshalb selbst ihr Leben lang mehrmals täglich Insulininjektionen verabreichen. (Campbell et al. 2009, S. 1193)

nicht bewusst ist, dass es einen Unterschied zwischen den beiden Formen gibt und/oder nur eine von beiden durch Fehlernährung hervorgerufen wird.

Am seltensten wurde „Herz-Kreislauf-Erkrankungen“ angegeben. Aufgrund der Häufigkeiten der verschiedenen Antworten kann man davon ausgehen, dass die meisten SchülerInnen Fehlernährung mit Adipositas in Verbindung bringen. Nur etwa jede/r zweite kann damit auch Bulimie bzw. Anorexie oder Diabetes verbinden und nur jede/r dritte weiß, dass sich Fehlernährung auch auf andere Organe/Organsysteme, wie unser Herz-Kreislauf-System, auswirken kann. Auch in den sechs Monaten zwischen den Befragungen hat sich das Wissen zu diesem Punkt kaum verändert, was darauf hindeutet, dass die TeilnehmerInnen weder in der Schule noch im privaten Umfeld mehr Informationen zu diesem Thema bekommen haben oder aber, sofern sie doch mehr darüber erfahren haben, das neue Wissen nicht längerfristig abgespeichert wurde.

Frage 28 bezieht sich auf folgende Grafik des Bundesministeriums für Gesundheit und Frauen, welche die österreichische Ernährungspyramide darstellt:

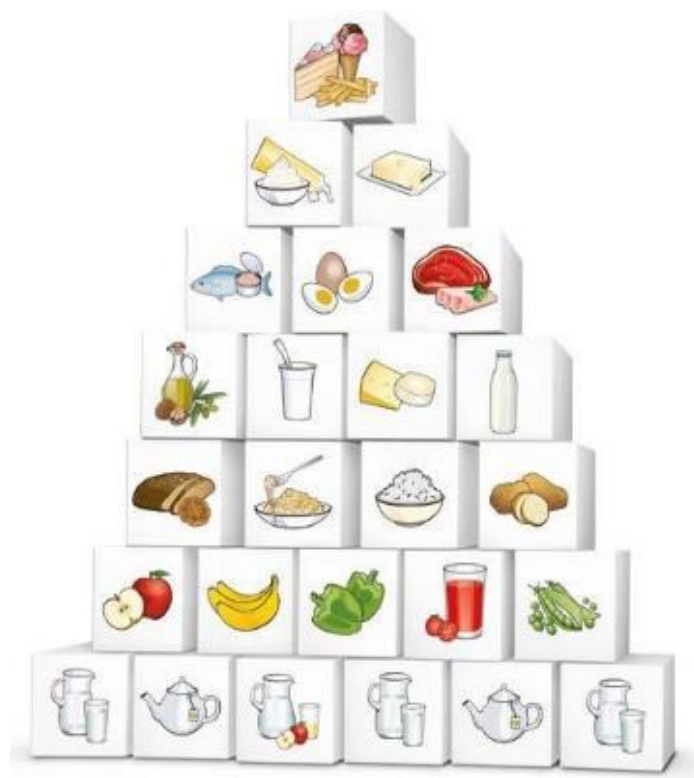


Abbildung 35: Österreichische Ernährungspyramide (Bundesministerium für Gesundheit und Frauen, S. 1)

Wie man an der nachfolgenden statistischen Auswertung in Abb. 36 zu dieser Frage sehen kann, wurde fast immer richtig erkannt, dass es sich um die Ernährungspyramide handelt.

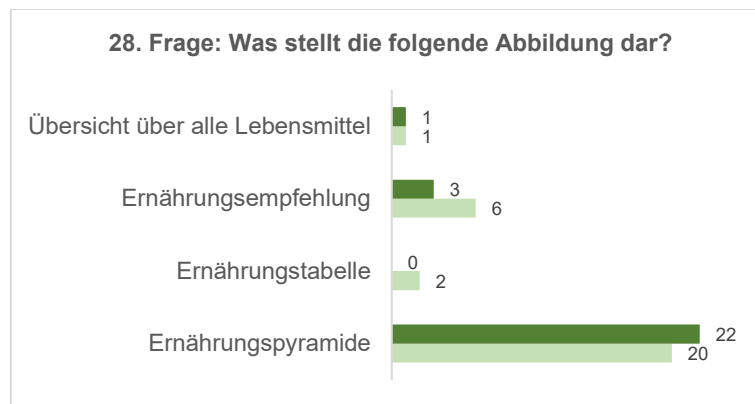


Abbildung 36

Ob dies darauf zurückzuführen ist, dass die SchülerInnen die Pyramidenform der Grafik erkannt und daraus ihre Schlüsse auf die möglichen Antworten gezogen haben oder aber tatsächlich wussten, dass sich diese Abbildung „Ernährungspyramide“ nennt, ist leider nicht ersichtlich. Beide Varianten sind denkbar und im Rahmen des Möglichen. Nur sechs (24.11.2017) bzw. drei SchülerInnen (25.05.2018) haben angegeben, dass es sich (korrekterweise) auch um eine Ernährungsempfehlung handelt, jedoch ist es positiv hervorzuheben, dass diese Antwort zumindest von einigen markiert wurde. Bei der Erstellung des Fragebogens wurde nicht damit gerechnet, dass die SchülerInnen diese Antwortmöglichkeit (obwohl sie richtig wäre) überhaupt in Erwägung ziehen würden.

Die Fragen 29 – 31, deren statistische Auswertung in Abb. 37, 38 und 39 zu sehen sind, beziehen sich auf je einen Hauptbestandteil der menschlichen Ernährung (Kohlenhydrate, Lipide und Proteine). In allen drei Fragen geht es darum, warum wir diese Nahrungsbestandteile zu uns nehmen müssen und wie unser Körper sie verwertet. Da es sich bei allen drei Fragen um Multiple-Choice-Fragen handelt, wurden sie nur dann als Item-Nonresponse gewertet, wenn keine der vorgegebenen Antworten angekreuzt wurde. Dies war je nach Befragungstermin mindestens zwei- und höchstens fünfmal pro Frage der Fall. Die helleren Balken zeigen jeweils die Angaben am 24.11.2017, die dunkleren jene vom 25.05.2018.

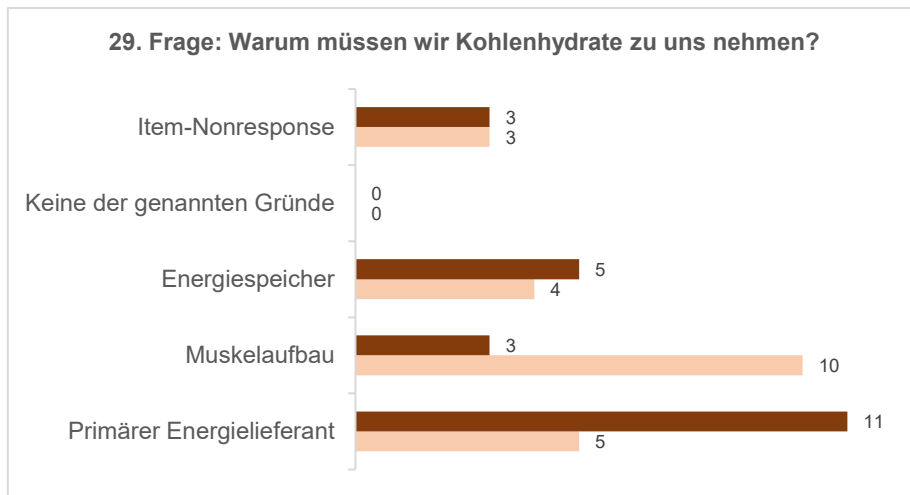


Abbildung 37

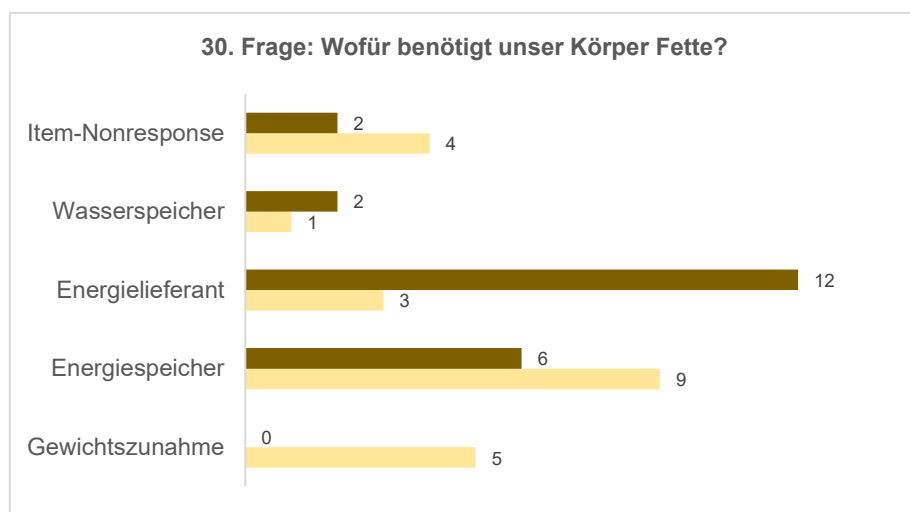


Abbildung 38

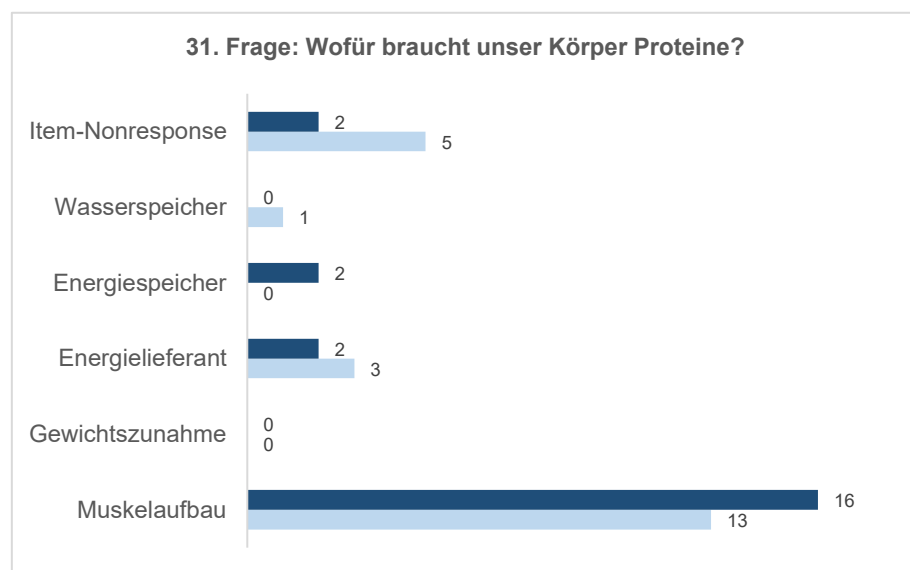


Abbildung 39

Wie bei Frage 29 (Abb. 37) zu sehen ist, unterscheiden sich die Angaben des ersten und zweiten Termins teilweise stark. Waren die meisten SchülerInnen beim ersten Termin noch der Meinung, dass man Kohlenhydrate v.a. zum Muskelaufbau benötigt (zehn Angaben), so wurde beim zweiten Termin v.a. „Primärer Energielieferant“ angekreuzt (elf Angaben). Die Antwort „Energiespeicher“ wurde fast unverändert oft angekreuzt (vier- bzw. fünfmal). Elmadfa erläutert in seinem Buch „Ernährungslehre“, dass Kohlenhydrate v.a. deshalb ein besonders guter Energielieferant sind, weil manche von ihnen extrem schnell vom Körper absorbiert werden und quasi direkt ins Blut übergehen können. Die höchste Absorptionsgeschwindigkeit weisen Glukose und Galaktose auf, gefolgt von Fructose (sowie Mannose, Xylose und Arabinose). (Elmadfa 2009, S. 74–75) Außerdem sollte der Großteil der aus der Nahrung bezogenen Energie aus Kohlenhydraten bezogen werden.

„Eine vollwertige Mischkost soll begrenzte Protein- und Fettenergieanteile und >50% (bis maximal 75%) Energie aus Kohlenhydraten enthalten.“ (Elmadfa 2009, S. 72)

Kohlenhydrate haben laut Feigenspan v.a. vier wichtige Funktionen. Erstens dienen sie der Speicherung von Energie zur kurz- oder langfristigen Nutzung (beim Menschen ist die Speicherform von Kohlenhydraten das Glykogen). Zweitens dient Glucose als Transportform von Energie zur Versorgung von Körpergeweben. Die dritte Funktion der Kohlenhydrate dient der Zellkommunikation; so sind sie als Signalmoleküle an der Oberfläche von Zellen zu finden. Außerdem erfüllen sie den Zweck als Strukturmaterial. (Feigenspan 2017, S. 13) Die Antworten „Primärer Energielieferant“ und „Energiespeicher“ wären daher richtig gewesen.

Elmadfa beschreibt auch die wichtigsten Funktionen von Körperfett in seinem Lehrbuch. Fett ist ein Überbegriff für verschiedene chemische Stoffe, von denen viele für den menschlichen Körper wichtig sind. Triglyceride liefern z.B. Energie (bei 1g Fett sogar mehr als doppelt so viel wie die gleiche Menge Kohlenhydrate oder Protein). Ist der Körper einer längeren Periode des Hungerns oder Fastens ausgesetzt, werden Fettsäuren von der Leber aufgenommen und in Abwesenheit von Kohlenhydraten in Ketonkörper (das bevorzugte Energiesubstrat des Körpers) umgewandelt. Als sogenanntes Speicherfett dienen Triglyceride aber auch als Schutz vor Kälte oder mechanischen Belastungen. So sind lebenswichtige Organe immer mit einer Fettschicht umgeben und Depotfett findet sich auch im

Unterhautfettgewebe. Das oft fälschlicherweise verteufelte Cholesterin ist ein wesentlicher Bestandteil biologischer Zellmembranen, eine Vorstufe von Vitamin D, Steroidhormonen und Gallensäuren und wird außerdem für den Fetttransport im Körper benötigt. Freie Fettsäuren spielen eine wesentliche Rolle im Stoffwechsel. Bei längeren Hungerperioden werden sie aus den Fettspeichern mobilisiert und so ihre Konzentration im Blut angehoben. Dies passiert jedoch auch ungewollt bei adipösen Personen, was dazu führt, dass die Körperzellen weniger empfindlich für Insulin werden. Diesen Zustand nennt man Insulinresistenz und führt zu einer Schädigung der Bauchspeicheldrüse, was das Risiko an Diabetes Typ II zu erkranken drastisch erhöht. (Elmadfa 2009, S. 95–96) Auch für die allgemeine Ontogenese benötigt der menschliche Körper Fett.

„Das Körpergewicht hat als metabolisches Signal ebenfalls eine wichtige Funktion. Die Adipozyten des Körperfettgewebes bilden Leptin. [...] Steigende Konzentrationen signalisieren dem Hypothalamus das Vorhandensein von ausreichenden Energiereserven und somit die Fähigkeit zur Reproduktion.“ (Dörr 2013, S. 9)

Laut Heger ist v.a. für den Pubertätsbeginn bei Mädchen eine ausreichende Energiereserve Voraussetzung für die Induktion des Pubertätsprozesses. Das ZNS²¹ benötigt dafür Informationen über den Ernährungs- und Gewichtszustand des Individuums aus dem restlichen Körper. Diese erhält das ZNS u.a. von klassischen endokrinen Organen (z.B. Pankreas) und den dazugehörigen Hormonen (z.B. Insulin), aber auch über andere endokrine Organe wie z.B. das Körperfettgewebe mit seinem Hormon Leptin. (Heger 2016, S. 234)

Abgesehen davon benötigt der Mensch Fette auch um fettlösliche Vitamine (Vitamin A, D, E und K) aus der Nahrung aufnehmen zu können. (Elmadfa 2009, S. 112–113)

Deshalb sind von den unter Frage 30 (Abb. 38) aufgelisteten Punkten alle bis auf „Wasserspeicher“ richtig, je nachdem unter welchen Umwelteinflüssen der Körper steht oder welche Entwicklungsphase er gerade durchmacht. Die SchülerInnen haben bei der ersten Befragung vorwiegend angegeben, dass Fett als Energiespeicher dient. Auf Platz zwei folgte „Gewichtszunahme“, dann „Energieförderer“ und zum Schluss „Wasserspeicher“. Bei der zweiten Befragung stand die Antwort „Energieförderer“ auf Platz eins der Angaben, gefolgt von „Energiespeicher“ und „Wasserspeicher“. „Gewichtszunahme“ wurde diesmal von keinem/keiner SchülerIn angekreuzt. Ob die TeilnehmerInnen im Endeffekt wussten,

²¹ Zentrales Nervensystem

welche Rolle Fett für unseren Körper spielt, ist aufgrund der stark abweichenden Angaben zu den verschiedenen Befragungszeitpunkten eher zu bezweifeln.

Proteine gehören, ebenso wie Kohlenhydrate und Fette, zu den Makronährstoffen und erfüllen vielfältige Funktionen im menschlichen Körper. Darunter fallen die Synthese von Körpergeweben (Muskel-, Organ- und Bindegewebe), von körpereigenen Proteinen (v.a. Transportproteine, aber auch Hormone, Enzyme oder Stoffe des Immunsystems) und Signalstoffen (Neurotransmittern und biogenen Aminen) sowie von Glukose aus den glukogenen Aminosäuren (nur bei Hunger im Sinne von Unterernährung). Außerdem dienen Proteine als Energiequelle, denn sie liefern immerhin 17 kJ (= 4 kcal) je Gramm Protein; allerdings werden Aminosäuren (die Bausteine der Proteine) nur in sehr geringer Menge zur Energiegewinnung verwendet, sofern die restliche Energieversorgung ausreichend ist. (Elmadfa 2009, S. 84) Da im Muskelgewebe Energie in Form von Glykogen gespeichert werden kann, sind die Antworten „Energiespeicher“ und „Energielieferant“ auf Frage 31 (Abb. 39) nicht falsch, „Muskelaufbau“ ist aber, wie auch von den SchülerInnen angegeben, von allen gegebenen Antwortmöglichkeiten die wichtigste. „Gewichtszunahme“ wäre nur bedingt richtig, da man mit seiner Muskelmaße sehr wohl sein Körpergewicht beeinflussen kann (Muskelmasse ist schwerer als Fettgewebe), was v.a. für (Leistungs-)SportlerInnen eine wichtige Rolle spielt, jedoch ist dies keine primäre Aufgabe der Proteine. Dass die SchülerInnen bei Frage 31 v.a. „Muskelaufbau“ angekreuzt haben, könnte daran liegen, dass elf der 22 SchülerInnen Jungen sind und sich in einem Alter befinden, in dem die meisten beginnen sich intensiver mit Sport zu beschäftigen. In der Pubertät durchläuft der Körper eine rasante Wandlung und gängige Schönheitsideale werden auch für Jungen immer wichtiger. Ein trainierter Körper und sichtbare Muskeln gelten als fit und attraktiv, weshalb gerade bei Jungen und jungen Männern, sofern sie sich sportlich betätigen, der Fokus auf Leistungssteigerung und Muskelaufbau/-definition liegt. Dass man dazu eine ausreichende Proteinzufuhr benötigt wird durch verschiedene Kanäle vermittelt. Es ist daher nicht auszuschließen, dass dies ein Grund für die übermäßige Angabe der Antwort „Muskelaufbau ist“. Andererseits kann es auch sein, dass die SchülerInnen im Unterricht gelernt haben, dass Proteine v.a. zum Muskelaufbau beitragen.

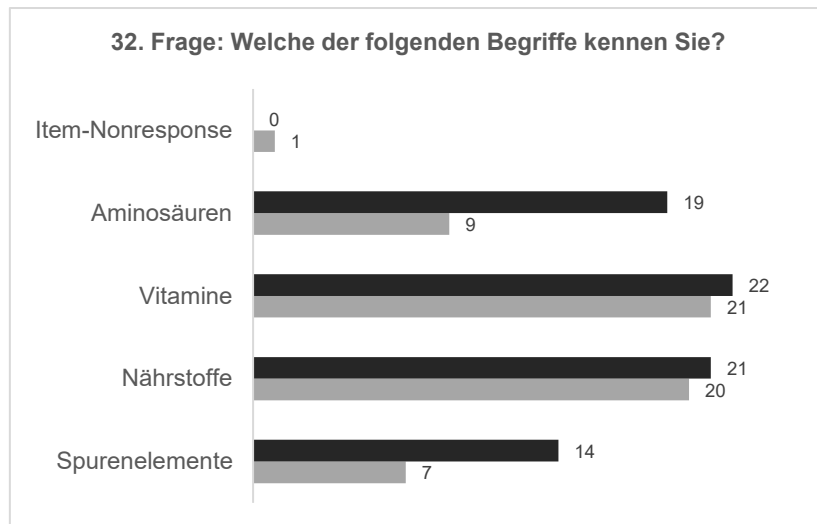


Abbildung 40

Mit Frage 32 sollte ermittelt werden, ob Fachbegriffe, die in Bezug auf Ernährung relevant sind, den SchülerInnen auch geläufig sind. In Abb. 40 ist zu sehen, dass bei der ersten Befragung fast alle SchülerInnen angaben, die Begriffe „Vitamine“ und „Nährstoffe“ zu kennen, weniger als die Hälfte kannten „Aminosäuren“ und „Spurenelemente“. Bei der zweiten Befragung am 25.05.2018 hatte sich das erheblich geändert. Alle SchülerInnen kannten den Begriff „Vitamine“, 21 von 22 „Nährstoffe“ und 19 kannten den Begriff „Aminosäuren“. Mehr als die Hälfte gab außerdem „Spurenelemente“ als bekannten Begriff an. Ob die Befragten allerdings auch wissen, was man unter den Begriffen genau versteht, wurde nicht weiter erfragt und bleibt daher offen.

Frage 33 bildete den Abschluss des Fragebogens. Die zwei Antwortvorgaben „Brauchen wir gar nicht! Ist alles nur Fake!“ und „Weil die Medien es sagen“ sollten ein bisschen von den zwei richtigen Antworten „um Mangelerscheinungen vorzubeugen“ und „um lebenswichtige Funktionen des Körpers aufrechtzuerhalten“ ablenken und die Motivation der SchülerInnen ganz zum Schluss wieder etwas erhöhen.

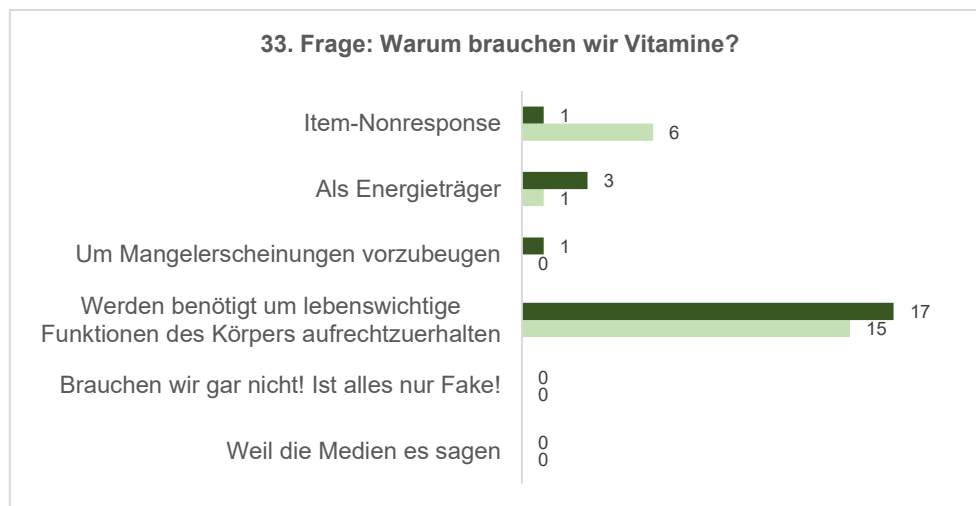


Abbildung 41

Wie in Abb. 41 zu sehen ist, hat die Mehrheit der TeilnehmerInnen sich für die mittlere Antwort mit der längsten Erklärung entschieden, entweder weil sie wussten, dass dies die richtige Antwort ist, oder weil sie genauer ausformuliert war als alle anderen Antworten und daher plausibler erschien. Nur einmal – und das auch nur bei der zweiten Befragung am 25.05.2018 – wurde die ebenso richtige Antwort der Vorbeugung von Mangelerscheinungen angekreuzt. Dies unterstützt die Annahme, dass die meisten SchülerInnen sich für die längste Antwortmöglichkeit entschieden haben, weil in dieser mehr Information enthalten war und nicht, weil sie genau über die Aufgabe und Wirkung von Vitaminen für unseren Körper Bescheid wussten. „Energieträger“ ist in diesem Fall keine korrekte Antwort, wurde aber in Summe häufiger angegeben als „um Mangelerscheinungen vorzubeugen“. Immerhin wurden die Item-Nonresponse von sechs beim ersten Durchgang auf nur eines beim zweiten reduziert.

6.4.4 Zusammenfassung

Das Thema Ernährung scheint für die befragten SchülerInnen im Alter von 13 – 15 Jahren ein nicht sonderlich relevantes zu sein. Im Allgemeinen lässt sich anhand der für diese Diplomarbeit erhobenen Daten sagen, dass die SchülerInnen über ein lückenhaftes Fachwissen bzgl. Ernährung verfügen. Außerdem spielt eine gesunde und ausgewogene Ernährung für die meisten eher eine untergeordnete Rolle, was man auch daran erkennt, welche Produkte i.d.R. gekauft und verzehrt werden. Zum einen nehmen sie zu viel Zucker und Fett zu sich, zum anderen verfügen sie nicht über das nötige Hintergrundwissen zu gesunder Ernährung bzw. zu den Auswirkungen von Fehlernährung und deren Prävention. Ob ihr ethnischer und

kultureller Hintergrund bzw. der Bildungsstand der Eltern oder der Kernfamilie dabei ebenfalls eine Rolle spielt, war nicht explizit Thema dieser Diplomarbeit und ist aus den erhobenen Daten auch nicht herauszulesen. Aus einigen anderen Studien geht hervor, dass die Ernährung dieser Altersgruppe aber auf jeden Fall einer dringenden Intervention bedarf. *„Alle zeigen den gleichen Trend, nämlich eine Zunahme von Übergewicht, eine zu hohe Fettzufuhr und mangelnde Bewegung.“* (Baerlocher und Laimbacher 2001, S. 25)

In Bezug auf Ernährung und Schule wurde bei den Befragungen festgestellt, dass die SchülerInnen v.a. an Schultagen kein Frühstück zu sich nehmen, was einerseits bedenklich ist, aber andererseits anscheinend in ganz Österreich durchaus häufiger vorkommt (s. S. 23). In Anbetracht dessen, dass viele SchülerInnen der befragten Klasse ohne zu frühstücken in den Schultag starten, bleibt zu hoffen, dass zumindest von zu Hause eine Jause mitgenommen wird oder am Schulbuffet ein ausgewogenes und v.a. auch leistungsförderndes Angebot an Nahrungsmitteln zur Verfügung steht, welches die SchülerInnen im Bedarfsfall in Anspruch nehmen können. Dies zu untersuchen war allerdings nicht Teil dieser Diplomarbeit.

Um zusätzliche Erkenntnisse zu den aus den Fragebögen gewonnen Daten zu erlangen, wurden wenige Tage nach der letzten Befragung acht leitfadengestützte Interviews mit ausgewählten TeilnehmerInnen durchgeführt. Diese werden im folgenden Kapitel näher erläutert.

6.5 Auswertung der Interviews

Die im Anhang 8.6 befindlichen Transkripte der Interviews, auf welche sich die folgende Auswertung bezieht, wurden in Vorbereitung auf die Auswertung auf bestimmte Kategorien hin untersucht. Die Antworten der SchülerInnen auf die ihnen gestellten Fragen wurden deshalb nachfolgendem Muster geclustert:

- Ernährungsverhalten und Bedeutung der Mahlzeiten für die einzelnen SchülerInnen
- Wissen zum Thema Ernährung inkl. Informationskanäle
- Ernährungspyramidenvergleich – „eigene Ernährung“ vs. „gesunde Ernährung“
- Einkaufsverhalten

- Zukunftsaus- und -ansichten

Während der Transkription und auch danach, bei der Auswertung der verschriftlichten Texte, kam es teilweise zu Schwierigkeiten, da es manchen SchülerInnen schwer fiel, zusammenhängende Sätze zu formulieren oder ihre Gedanken überhaupt in Worte zu fassen. Trotzdem zeichnete sich nach der Bearbeitung aller acht Interviews ein gut zur Clusterung geeignetes Muster ab, welches zu den oben erwähnten Punkten führte. Im Folgenden wird auf die einzelnen Kategorien der Auswertung in derselben Reihenfolge eingegangen, wie diese oben erwähnt sind. Ebenso befinden sich die dazugehörigen Tabellen in derselben Reihenfolge, einzusehen in Anhang 8.7.

6.5.1 Ernährungsverhalten und Bedeutung der Mahlzeiten

Auffällig ist, dass nur zwei der acht Befragten regelmäßig, also fast täglich, ein Frühstück zu sich nehmen. Fünf gaben an selten zu frühstücken, meistens nur am Wochenende. Als Grund wurde u.a. angegeben, dass es in der Früh zu stressig wäre, um zu essen oder dass ein Teil der Jause, welche von zu Hause mitgenommen wird, als Frühstück gleich nach Schulbeginn verzehrt wird. Ein/e SchülerIn gab an überhaupt kein Frühstück zu essen. Bei Mittag- und Abendessen sieht es anders aus. Nur zwei SchülerInnen haben erzählt, dass sie selten ein Abendessen zu sich nehmen, während alle angaben, entweder zu Hause, in der Schule oder in einem Restaurant ein Mittagessen zu essen. Zum Abendessen gaben die meisten an, Kleinigkeiten, wie z.B. Suppe oder ein belegtes Brot, zu essen, d.h., dass eigentlich nur das Mittagessen für fast alle InterviewteilnehmerInnen die Hauptmahlzeit des Tages darstellt. Fünf der acht Befragten gaben auch an, keine Jause zu essen, wiederum fünf greifen aber gerne auch mal zu einem Snack, um den Hunger am Vormittag oder Nachmittag zu überbrücken.

Bedenklich bei den Angaben der SchülerInnen ist, dass so viele auf ein Frühstück verzichten, da es anscheinend vom Zeitmanagement her nicht möglich ist, dieses in Ruhe zu Hause einzunehmen, bevor man sich auf den Weg in die Schule macht. Trotzdem gaben drei der InterviewteilnehmerInnen an, dass das Frühstück eine der, wenn nicht sogar die wichtigste Mahlzeit des Tages sei. Es bleibt allerdings offen, ob bei dieser Aussage nicht auf ein in der Gesellschaft sehr verbreitetes Sprichwort zurückgegriffen wurde, welches eben genau das aussagt, da die SchülerInnen, welche das Frühstück als so wichtig eingestuft haben, selbst kaum eines essen.

Dass v.a. das Frühstück immer mehr von SchülerInnen ausgelassen wird, ist allerdings schon länger bekannt und wird auch, wie auf S. 23 in Kapitel 3 dieser Diplomarbeit erwähnt, u.a. im Nationalen Aktionsplan Ernährung vom Bundesministerium für Gesundheit angegeben.

Eine weitere Aussage, welche im Zuge der Interviews mehrfach von verschiedenen SchülerInnen getätigt wurde, war, dass man zwar wüsste, dass man sich derzeit eher ungesund ernährt und das teilweise auch ändern möchte, dies aber v.a. an Tagen, an denen man Nachmittagsunterricht hat, nicht möglich ist. Wenn es den Interviewten nicht möglich ist in der Pause zwischen Hauptschultag und Nachmittagsunterricht nach Hause zu fahren, gehen die meisten anscheinend in ein Fast Food Restaurant, welches unweit der Schule liegt. Nach Aussage der betreffenden SchülerInnen entstand der Eindruck, dass es kaum eine andere Möglichkeit gäbe sich in der Pause eine Mahlzeit zu organisieren. Dass dem jedoch nicht so ist, zeigt ein einfacher Blick auf Google-Maps. Neben besagtem Fast Food Restaurant finden sich mehrere italienische und asiatische Restaurants, ein Heuriger, einige Cafés, ein Kebap-Stand, aber auch Supermärkte. Möglichkeiten für ein Mittagessen gäbe es also genügend, warum entscheiden sich dann die meisten für das Fast Food Restaurant? Über die Gründe kann hier nur spekuliert werden, da die SchülerInnen dazu nicht befragt wurden. Zum einen kann der Zeitfaktor ein ausschlaggebender sein. Wenn man davon ausgeht, dass in den anderen Restaurants die Speisen alle frisch zubereitet werden und um die Mittagszeit auch einige Geschäftsleute oder Anrainer aus der Gegend zu Mittag essen, kann es zwischen Bestellung und Verzehr der fertigen Mahlzeit schon zu einer längeren Wartezeit kommen. Wenn die Pause zwischen Regel- und Nachmittagsunterricht allerdings nur eine Schulstunde, also 50 Minuten, beträgt, ist das viel zu knapp, um in Ruhe essen zu können. Rechnet man noch die Wegzeit mit ein, wird es noch enger. Da kommt man in einem Fast Food Restaurant wesentlich schneller an ein warmes Mittagsmenü, trotz der in etwa gleichen Wegzeit. Ein Ausweichen auf Supermärkte könnte v.a. deshalb unattraktiv sein, weil diese i.d.R. keine warmen Speisen anbieten und oftmals auch nur ein eher kleines Sortiment an vorbereiteten Lunchpaketen anbieten. Bei Discountern fehlen solche Optionen meistens komplett. Ebenso könnte Geld eine Rolle spielen. Ein durchschnittliches Mittagsmenü in einem Restaurant kostet je nach Gegend und Kombinationsangebot um die 10€, oftmals exklusive Getränke. Fast Food Restaurants bieten mit Menüs, welche weniger als 10€ für

einen Burger plus Beilage und Getränk kosten, eine attraktive Alternative, v.a. weil diese Menüs meist in wenigen Minuten abholbereit sind und daher auch zeitlich einer Bestellung in einem Restaurant überlegen sind.

Auffällig ist, dass im Zuge der Interviews kein/e SchülerIn angegeben hat, dass die Mahlzeiten irgendeinen (emotionalen) Stellenwert für sie hätten, außer die drei SchülerInnen, welche wie gerade erwähnt, das Frühstück als wichtigste Mahlzeit am Tag sehen. V.a. unter der Woche, also während die Jugendlichen in der Schule sind und ihre Eltern arbeiten gehen, kommt es kaum zu gemeinsam eingenommenen Mahlzeiten. In nur einem von acht Fällen war ein Elternteil nicht berufstätig – besagte Mutter ist laut Angabe des/der SchülerIn Hausfrau. Alle anderen leben entweder in Scheidungsfamilien und/oder in Haushalten, in denen alle Elternteile berufstätig sind, d.h. die einzige Möglichkeit zusammen (zumindest mit Teilen der Familie) zu essen gibt es nur am Wochenende. Ob und wie regelmäßig an Samstagen und Sonntagen gemeinsam gegessen wird, wurde kaum ausgeführt, allerdings erwähnten einzelne InterviewteilnehmerInnen, dass sie am Wochenende gerne bis Mittag schlafen, wodurch ein gemeinsames Frühstück nicht stattfinden kann und die erste Mahlzeit am Tag das Mittagessen ist. Es wäre interessant der Frage nachzugehen, ob ein familiärer bzw. emotionaler Stellenwert von Mahlzeiten dazu beiträgt, dass diese auch eigenständig regelmäßig eingenommen und als wichtig erachtet werden oder nicht.

Zusammenfassend kann man sagen, dass die Interviewten v.a. unter der Woche unter Zeitdruck stehen und daher die Ernährung oftmals weit unten auf der Prioritätenliste steht. Kommen dann noch geringe finanzielle Mittel und wenig oder ungenaue Kenntnisse über gesunde bzw. ausgewogene Ernährung hinzu, ist es nicht verwunderlich, dass die meisten auf Fast Food, Knabbereien und Süßigkeiten zurückgreifen, wenn sie Hunger haben. Wie genau das Wissen zum Thema Ernährung in dieser Altersgruppe aussieht, wird im nächsten Punkt genauer erläutert.

6.5.2 Wissen zum Thema Ernährung

Die Fragen 13 und 15 der Fragebögen dienten als Grundlage für die Befragung der SchülerInnen zu ihrem Wissen in Bezug auf Ernährung. Frage 13 listet die gängigsten Lebensmittel auf, welche bei einem durchschnittlichen Einkauf gekauft werden. Die SchülerInnen sollten aus diesen bei beiden Durchgängen auswählen,

welche Produkte von ihren Familien am häufigsten gekauft werden. Bei den Interviews sollte anschließend hinterfragt werden, warum sich zwischen der ersten und zweiten Befragung eventuelle Unterschiede ergeben haben. Etwa die Hälfte der SchülerInnen konnte dazu keine genauen Angaben machen, u.a. weil sie z.B. selbst nicht an den Einkäufen beteiligt sind. Drei der Befragten gaben an, dass der Grund für die Unterschiede zwischen erster und zweiter Befragung eine Ernährungsumstellung wäre. Meistens war der Anlass für diese Umstellung, dass die SchülerInnen oder ihre Eltern der Meinung waren, dass sie abnehmen müssen. Teilweise wurde sogar zusammen als Familie versucht abzunehmen. Nur in einem Fall ergab sich die Ernährungsumstellung durch das Ziel, sich einige Zeit lang vegan zu ernähren, ohne dass dabei das Körpergewicht eine Rolle gespielt hätte.

Frage 15 befasste sich mit Ausdrücken, welche oft in der Lebensmittelindustrie verwendet werden, um verschiedene Lebensmittel zu kennzeichnen oder zu beschreiben. Ob die von den SchülerInnen angekreuzten Begriffe tatsächlich in ihrer Bedeutung bekannt waren oder nur durch schlichtes Wiedererkennen ausgewählt wurden, war ein Aspekt der Befragung im Interview. Ein anderer konzentrierte sich auf die Gründe, weshalb es teilweise unterschiedlich viele angekreuzte Begriffe beim ersten und zweiten Durchgang gab. Die Frage nach der Bedeutung der Begriffe wurde durch das Wort „Regionalität“ eingeleitet. Bis auf eine/n SchülerIn konnten alle eine oder mehrere Erklärungen dazu abgeben. Oft wurde die Begriffsbedeutung im Sinne einer geografischen Angabe genannt, jedoch genauso eine kulturelle Ebene miteinbezogen, d.h. „Regionalität“ bedeutet für die SchülerInnen einerseits, dass das Lebensmittel aus einer Region stammt, welche v.a. durch Staatsgrenzen definiert ist und andererseits kulturellen Einflüssen unterliegt. Bei einem/einer InterviewteilnehmerIn wurden noch weitere Aspekte hinzugefügt, die allerdings eher auf den Begriff „Bio“ oder „biologisch angebaut“ zutreffen. So wurde zusammen mit „im Umkreis von 30 km angebaut“ und „es kommt frisch vom Anbauort“ auch „ohne Pestizide“ genannt. Im Allgemeinen kann man jedoch sagen, dass die SchülerInnen die Begriffsbedeutung in ihren derzeitigen Definitionen relativ adäquat wiedergegeben haben. Allerdings muss man dabei auch beachten, dass gerade der Begriff „Regionalität“ bis heute über keine genaue Definition verfügt. Nennenswerter war daher v.a. der zweite Aspekt, der in Bezug auf Frage 15 hinterfragt werden sollte. Bei fast allen InterviewteilnehmerInnen konnte ein Anstieg an angekreuzten Antworten beim zweiten Befragungsdurchgang verzeichnet werden. Grund dafür

waren verschiedene Faktoren. Zum einen gaben die SchülerInnen an in der Schule dazugelernt zu haben, wobei der Biologieunterricht und ein Workshop am häufigsten erwähnt wurden. Bei diesem Workshop handelte es sich höchstwahrscheinlich um einen Ernährungsworkshop, zumindest laut Beschreibung der Interviewten. Ob dieser Workshop zum Unterricht in Biologie dazugehörte oder aber einem anderen Fach zugerechnet werden muss, ist nicht hinterfragt worden. Fakt ist, dass ein/e SchülerIn erwähnte, dass die Klasse verpflichtend Kochunterricht hatte und daher alle SchülerInnen abwechselnd für diese Einheiten einkaufen gehen mussten. Auch das war ein Grund für die vermehrte Angabe von Begriffen, da die SchülerInnen sich selbst mehr mit den verschiedenen Kennzeichnungen auf den Lebensmitteln auseinandersetzen mussten. Teilweise wurden die Bedeutungen einzelner Begriffe hinterfragt, v.a. wenn besonders viele oder wenige Begriffe angekreuzt worden waren. Bei denjenigen, welche viele Begriffe angekreuzt hatten, konnte eine im Großen und Ganzen zufriedenstellende Definition gegeben werden, teilweise gab es bei einzelnen SchülerInnen allerdings Ausdrucksschwierigkeiten und/oder Fehler bzgl. Einzelheiten der Definition.

Im nächsten Schritt in Bezug auf Wissen zum Thema Ernährung sollten die Interviewten „gesunde/gute Ernährung“ bzw. „ungesunde/schlechte Ernährung“ in ihren eigenen Worten beschreiben. Auch hier war die Ausdrucksweise teilweise ein Problem, allerdings kann man zusammenfassend sagen, dass ein allgemeiner Konsens unter den SchülerInnen herrscht, was gesunde bzw. ungesunde Ernährung ausmacht. Bei ersterer wurde oft auf Ausgewogenheit hingewiesen, aber ebenso auf ein Essen in Maßen. Fett und Kohlenhydrate waren, zumindest in übermäßigen Mengen, für die SchülerInnen oft ein wesentlicher Bestandteil ungesunder Ernährung, zusammen mit Fast Food, Süßigkeiten und Knabbereien. Der Zusammenhang zwischen Fett- und Zuckerkonsum sowie Adipositas war daher den meisten bewusst. Einzig ein/e SchülerIn definierte gesunde Ernährung als etwas, das v.a. gut schmeckt, frisch und „bio“ ist, egal aus welchen Lebensmitteln es besteht, während ungesunde Ernährung aus Lebensmitteln besteht, die zwar gut schmecken, aber ungesund sind. Dieses Beispiel ist exemplarisch für das teilweise sehr lückenhafte Wissen um das Thema Ernährung bei den Befragten. Es wurden im Zuge der Interviews auch diverse Aussagen getätigt, die zeigen, dass zwar ein grobes Allgemeinwissen besteht, aber die Details oft unklar sind, wieder vergessen oder falsch gemerkt worden sind. So kam es z.B. zu der Aussage, dass man von zu

viel Zucker Diabetes oder Zuckerkrankheiten bekommt. Dass beide Bezeichnungen eigentlich ein und dasselbe Krankheitsbild meinen, war dem/der SchülerIn anscheinend nicht klar. Auch die Ansicht eines/einer Schülers/Schülerin, man dürfe alles essen, auch wenn es ungesund ist, solange man fit und sportlich bleibe und nicht zunähme ist in Bezug auf un-/gesunde Ernährung nicht zutreffend. Dass die Ernährung einen wesentlichen Einfluss auf unsere Körperfunktionen hat, ist dieser Person anscheinend nicht bekannt, obwohl die Angaben der anderen SchülerInnen vermuten lassen, dass im Laufe des Schuljahres genau dieser Aspekt mehrmals in verschiedenen Fächern beleuchtet wurde.

Um zu klären, woher die SchülerInnen ihr Wissen zum Thema Ernährung haben, wurden sie explizit nach Informationsquellen gefragt. Die Schule, v.a. der Biologieunterricht und der schon erwähnte Ernährungsworkshop, sowie das Internet wurden mitunter am häufigsten genannt. Bei etwa der Hälfte der Befragten ist Ernährung auch ein Thema in der Familie, über das gesprochen wird. Kaum Einfluss scheinen mehr Fernsehen und Printmedien zu haben. Ein Grund dafür könnte die rasante Entwicklung der Smartphones in den letzten zehn Jahren sein, welche auch von SchülerInnen täglich genutzt werden und damit den ständigen Zugang zum Internet – und somit Informationen aus aller Welt – ermöglichen, während ein Fernseher nur zu gewissen Tageszeiten zur Verfügung steht.

Ganz gleich wie die SchülerInnen an ihr Wissen über Ernährung kommen, gibt es doch Aufholbedarf in Teilaspekten, zumindest wenn man die Antworten auf die in den Interviews gestellten Fragen genauer betrachtet. Bewusstseinsbildung zu gesunder Ernährung und ihrer Bedeutung für den einzelnen Menschen sollte daher auch in der Schule an oberster Stelle stehen, damit die SchülerInnen das theoretische Hintergrundwissen nicht nur stur auswendig lernen und bald wieder vergessen, sondern auch in ihrem Alltag anwenden können. Ein Sichtbar- bzw. Erfahrbarmachen könnte dabei von Nutzen sein. Deshalb sollten die SchülerInnen während der Interviews auch zweimal eine Ernährungspyramide erstellen. Was die SchülerInnen dabei kreiert haben und zu sagen hatten, wird im nächsten Kapitel genauer erklärt.

6.5.3 Ernährungspyramidenvergleich – „eigene Ernährung“/„gesunde Ernährung“

Das Ziel hinter der Aufgabe, selbst Ernährungspyramiden zur jeweils eigenen Ernährung und zur persönlichen Vorstellung von gesunder Ernährung zu gestalten, war, dass die SchülerInnen sich noch einmal eindringlicher mit den vorab besprochenen Teilaspekten der Ernährung beschäftigen sollten. Außerdem sollte überprüft werden, ob und in welchen Punkten die tatsächliche Ernährung der SchülerInnen von ihrer idealisierten Vorstellung gesunder Ernährung abweicht und wieso. Auch das Verständnis der wissenschaftlich entwickelten Ernährungspyramide sollte im Zuge dessen überprüft werden.

Abgesehen von zwei TeilnehmerInnen (zweites und viertes Interview) konnten die SchülerInnen bei beiden Aufgaben eine ungefähre Pyramidenform konstruieren. Bei dem/der InterviewpartnerIn des zweiten Interviews wurde „gesunde Ernährung“ einfach in zwei Reihen dargestellt, wobei die obere Reihe Lebensmittel darstellte, die man seltener und die untere jene, welche man oft konsumieren sollte. Bei dem/der TeilnehmerIn des vierten Interviews gelang eine Differenzierung in Richtung Pyramide bei der „eigenen Ernährung“ nur unzureichend. Allerdings ist die Darstellung mit den Angaben zu erklären, die der/die Befragte dazu gemacht hat. So finden sich Dinge, die diese Person nicht gerne isst, ganz oben, während alles, was regelmäßig auf dem persönlichen Speiseplan steht, v.a. in den unteren zwei Reihen anzutreffen ist.

Auffallend ist, dass in fast allen Fällen v.a. das Feld für Süßigkeiten und Fast Food bei der Pyramide für eigene Ernährung weiter unten angesiedelt war als bei gesunder Ernährung. Wenn es bei gesunder Ernährung nicht sowieso an die Spitze wanderte, so wurde es zumindest eine Reihe höher gestellt als bei der eigenen Ernährung. Außerdem war fast allen SchülerInnen bewusst, dass die eigene Ernährung ungesünder ausfällt als eine idealisierte gesunde Ernährung vorgeben würde. Oft waren allerdings persönliche Vorlieben oder Abneigungen bzgl. einzelner Lebensmittelgruppen ausschlaggebend für die Abweichungen. So wurde von mehreren TeilnehmerInnen angegeben, dass Milch und/oder Eier sowie Fisch nicht gerne gegessen werden, weil sie entweder nicht schmecken oder nicht gut vertragen werden. Süßigkeiten, Knabbereien und Fast Food erfreuen sich hingegen allgemeiner Beliebtheit. Somit konnten die schon besprochenen Angaben der SchülerInnen zu ihrer Ernährung noch einmal bestätigt werden und auch von jenen,

die Probleme hatten sich auszudrücken, zumindest in bildlicher Form dargestellt werden.

Des Weiteren sollten die TeilnehmerInnen das Einkaufsverhalten in der Familie genauer beschreiben als es mit den Fragebögen möglich war. Das nächste Kapitel beschäftigt sich mit den dabei gewonnen Erkenntnissen.

6.5.4 Einkaufsverhalten

Um zu überprüfen, inwieweit die SchülerInnen bei der Planung und Auswahl der Mahlzeiten, welche zu Hause zubereitet werden, involviert sind, wurde gefragt, wer für das Einkaufen verantwortlich ist. In nur einem der acht Fälle geht die ganze Familie gemeinsam einkaufen, ebenso in einem Fall die Eltern alleine und bei den restlichen ist meistens die Mutter diejenige, die das Einkaufen erledigt. Bei der Hälfte der Interviewten sind auch sie selbst zumindest manchmal bei Einkäufen dabei oder erledigen diese eigenständig.

Die Hälfte der Befragten gab außerdem an, dass nur einmal wöchentlich eingekauft wird, bei zwei SchülerInnen finden Lebensmitteleinkäufe ca. zweimal die Woche statt und in weiteren zwei Fällen wird fast täglich nach Bedarf eingekauft. Allerdings ist dies dadurch bedingt, dass in den letzten beiden Fällen entweder eine Angestellte einkaufen geht, die sich auch um die Zubereitung der Mahlzeiten kümmert, um die berufstätige alleinerziehende Mutter zu entlasten, und im anderen Fall die Mutter nicht berufstätig ist, wodurch sie über die zeitlichen Ressourcen verfügt, selbst nach Bedarf täglich einkaufen zu gehen. Auffallend ist auch, dass nur in einem der Fälle der Vater derjenige ist, der sich um den Lebensmitteleinkauf kümmert. Eingekauft wird meistens ohne Einkaufszettel und in wenigen Fällen nach Absprache mit den anderen Familienmitgliedern.

Die Einkaufszettel, welche die SchülerInnen diesmal handschriftlich und ohne Vorgaben verfassen sollten, spiegeln eine Momentaufnahme der zum Zeitpunkt des Interviews regelmäßig gekauften Lebensmittel wider. Diese decken sich im Wesentlichen auch mit den zuvor gemachten Angaben.

6.5.5 Zukunftsaus- und -ansichten

Der letzte Punkt der Interviews befasste sich mit den Vorstellungen und Ansichten der SchülerInnen zur Zukunft in Bezug auf Ernährung. Die erste Frage dieser

Kategorie richtete sich an ihre persönliche Form von Ernährung und ob diese zukunftsfähig ist. Die Hälfte gab an, dass sie zukunftsfähig ist, die andere Hälfte verneinte meist, weil sie der Meinung sind, dass sie sich zu ungesund ernähren. Ein/e SchülerIn gab an, dass Ernährung etwas sehr individuelles ist und daher ihre persönliche Ernährung nicht zu den Bedürfnissen eines jeden anderen Menschen passt.

Auch Sorgen bzw. Gedanken zur Ernährung der Zukunft fielen in einem exakten 50:50-Verhältnis aus. Die Einen beschäftigte der hohe Fleischkonsum, entweder aus Sorge um die weitere Versorgung mit Fleisch oder den erhöhten CO₂-Ausstoß durch die dafür nötige Industrie. Die Anderen gaben an, dass der vermehrte Einsatz von chemischen Stoffen oder der allgemeine Klimawandel ein Grund zur Sorge sind. Warum die andere Hälfte sich keine speziellen Gedanken zu diesem Thema macht, wurde nicht konkretisiert.

Bei der Frage nach zukünftigen Formen unserer Ernährung lässt sich die Gruppe der Interviewten in ein Verhältnis von 2:2:2:1:1 aufteilen. Zweimal wurde angegeben, dass unsere Ernährung in Zukunft v.a. aus Dosengerichten bestehen wird, ebenfalls zweimal wurden Insekten als Nahrungsquelle der Zukunft angegeben. Weitere zwei SchülerInnen gaben an, dass zukünftige Gerichte in Tablettenform eingenommen werden oder aber durch Teleportation in unsere Mägen gelangen werden. Inwieweit man der letzten Aussage zuschreiben kann, dass sie ernst gemeint war, sei dahingestellt. Neben einem/einer SchülerIn, der/die überzeugt war, dass wir uns in Zukunft gesünder ernähren werden (mit Ausnahme von Eiscreme und Keksen), gab es auch eine/n MitschülerIn, der/die genau das Gegenteil, nämlich eine Fast Food-lastige Ernährung, als wahrscheinlich erachtete.

6.5.6 Zusammenfassung

Bei der Durchführung und Auswertung der Interviews zeichnete sich relativ deutlich ein unterschiedlich starkes Interesse der beteiligten SchülerInnen am Thema ab. Die Mädchen interessieren sich im Allgemeinen mehr dafür als die Jungen, was sich u.a. an der Ausführlichkeit und Formulierung der Antworten zu den ihnen gestellten Fragen festmachen lässt.

Fast alle TeilnehmerInnen wissen zudem, dass sie sich zu ungesund ernähren, was u.a. an den Ernährungspyramiden sichtbar und durch die Erklärungen dazu

verdeutlicht wird; v.a. Fast Food und Süßigkeiten stellen für die SchülerInnen anscheinend einen großen Reiz dar, dem sie nur schwer widerstehen können. Dass sich die SchülerInnen zumeist auch gesünder ernähren sollten, ist zwar einigen bewusst, wird aber eigentlich nur von denjenigen versucht umzusetzen, die auch mit Gewichtsproblemen zu kämpfen haben. Oft sind dabei die Eltern bzw. v.a. die Mütter involviert und stellen die treibende Kraft hinter einer Ernährungsumstellung dar. In manchen Fällen nimmt die Familie aber auch gemeinsam ab. Das Fachwissen, das gerade bei im Wachstum befindlichen Jugendlichen nötig wäre, um ein risikoarmes Abnehmen zu gewährleisten, ist, zumindest seitens der SchülerInnen selbst, nur teilweise vorhanden. Es bleibt also zu hoffen, dass die Erziehungsberechtigten sich eingehender mit dem Thema befassen, um Mangelerscheinungen bei ihren Kindern vorzubeugen.

Abschließend kann man sagen, dass das Ernährungsverhalten von Jugendlichen seit einiger Zeit im Rahmen diverser Studien unter Beobachtung steht. Dabei ist ersichtlich, dass es einem deutlichen Wandel unterliegt. Von den klassischen Ernährungsgewohnheiten (Frühstück, Jause, Mittag- und Abendessen) weicht es mittlerweile stark ab, das konnten schon Baerlocher und Laimbacher in ihrer Studie aus dem Jahr 2001 aufzeigen:

„[...] vielfach kein Frühstück mehr, zu Mittag meist ein kalter z. T. einseitig zusammengesetzter Lunch (Fastfood vom Imbissstand) und wenn möglich abends eine warme Mahlzeit, zusätzlich zahlreiche kleinere Zwischenmahlzeiten und meist ein Spätimbiss. [...] Die Einnahme von Zwischenmahlzeiten, meist in Form von Snacks, ist häufig (>80%), wobei v. a. am Nachmittag bis zu 20% der Kalorien aufgenommen werden. [...]“ (Baerlocher und Laimbacher 2001, S. 28)

Die Ergebnisse der Interviews, aber auch die der Fragebögen, decken sich weitgehend mit dieser Aussage. Mehr und besser aufbereiteter, altersgerechter Input wären eine Möglichkeit dieser Entwicklung gegenzusteuern und mehr Bewusstsein für die Rolle gesunder und ausgewogener Ernährung als Grundlage für Energie und Leistung, auch im schulischen Bereich, zu schaffen.

7. Conclusio

Bei der Recherche zu dieser Diplomarbeit war es auffällig, dass es zwar einige Studien zur Ernährung im deutschsprachigen Raum gibt, sich die meisten allerdings hauptsächlich mit dem Ernährungsverhalten bzw. -status der Allgemeinbevölkerung beschäftigen und die Vorstellungen einzelner Bevölkerungsgruppen, v.a. jene der Kinder und Jugendlichen, dabei zu kurz kommen. Meist geht es in solchen Studien um eine Bestandsaufnahme des Ernährungsstatus sowie um die Häufigkeit etwaiger „Volkskrankheiten“ wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes. Adipositasprävention ist dabei oftmals das Hauptziel der VerfasserInnen. Das Thema der SchülerInnenvorstellung in Bezug auf Ernährung ist im Gegensatz dazu ein noch weitgehend unerforschtes, weshalb die Diplomarbeit im Rahmen des BigPicnic Projekts optimal geeignet war um einen ersten Schritt in diese Richtung zu machen. Natürlich ist die Prävention ernährungsbedingter Krankheiten wichtig und um zu wissen, wie es um den Ernährungsstatus und die damit verbundenen Risikogruppen in der Bevölkerung steht, muss man regelmäßig Befragungen durchführen, die rein darauf abzielen herauszufinden, wie gut oder schlecht es um die Gesundheit der Zielgruppen steht. Das alleine führt allerdings nicht zum Ziel, welches wäre, dass die verschiedenen Risikogruppen umdenken und durch eine eigenständige Ernährungsumstellung ihre Gesundheit selbst in die Hand nehmen.

Neben Kindern sind v.a. Jugendliche durch ihr mangelndes theoretisches Wissen und die noch große Beeinflussbarkeit anfällig für Falschinformationen, teilweise gefährliche Diättrends und natürlich die zeitabhängigen Schönheitsideale. Es wäre daher wichtig mehr in die Erforschung der SchülerInnenvorstellungen zum Thema Ernährung zu investieren, damit man aufgrund der Ergebnisse Unterrichtskonzepte, Workshops oder vielleicht sogar neue Unterrichtsfächer entwickeln könnte, die die Bewusstseinsbildung positiv beeinflussen. Die hier vorliegende Diplomarbeit soll deshalb dabei helfen einen Einblick in dieses große noch zu erforschende Feld zu geben und zu motivieren weiter an diesem Thema zu arbeiten, damit zukünftige LehrerInnen die Möglichkeit haben, aufgrund aktueller Forschungsergebnisse ihren Unterricht besser an die Denkstrukturen ihrer SchülerInnen anzupassen. Während meines Studiums wurde oft davon gesprochen, dass man als Lehrperson, egal in welchem Fach, die SchülerInnen da abholen muss, wo sie mit ihrem Wissen stehen. Das gilt auch für Initiativen zur Prävention ernährungsbedingter Krankheiten und

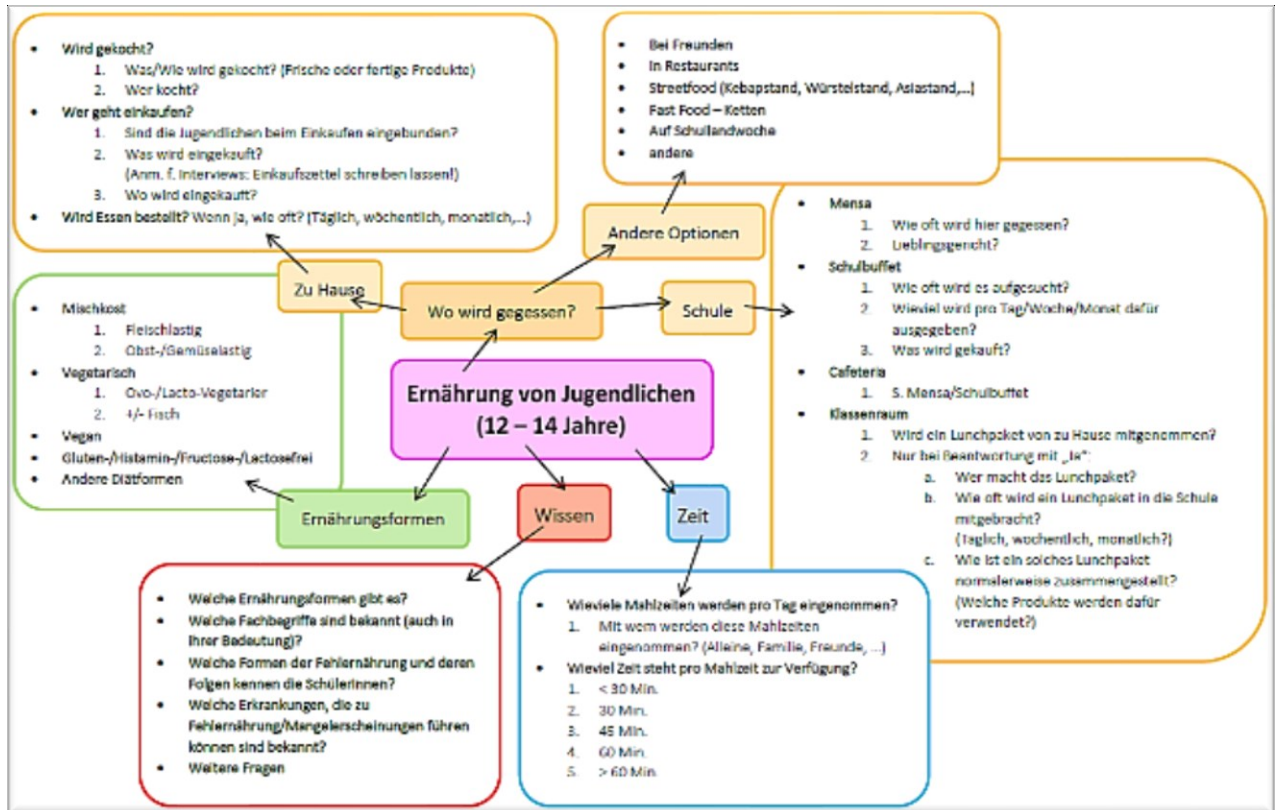
dafür reicht eine Statistik über die Über-/Unter-/Versorgung der Zielgruppe einfach nicht aus. Je mehr man darüber weiß, wie SchülerInnen in verschiedenen Altersgruppen Informationen aufnehmen und verarbeiten, desto besser kann man Lernziele formulieren und Unterrichtskonzepte gestalten. Oft führt die immer noch am häufigsten angewandte, jedoch veraltete Form der Wissensvermittlung mittels Frontalunterricht im derzeitigen Schulsystem nämlich dazu, dass die SchülerInnen den Großteil der gelehrt und gelernten Inhalte schnell wieder vergessen, dabei haben *„Kinder [...] ein Anrecht darauf, dass sie nicht ‚umsonst‘ gelernt haben.“* (Demuth und Rieck 2005, S. 1) Auch während der Zusammenarbeit mit den SchülerInnen, welche durch ihre Angaben bei dieser Diplomarbeit mitgewirkt haben, konnte man beobachten, dass diese zwar in der Schule ernährungsspezifisches Wissen vermittelt bekommen, aber vieles davon in kurzer Zeit wieder vergessen oder aber falsch erinnert wird. Grund dafür ist wohl v.a. auch mangelndes Interesse am Thema selbst. Wenn dann auch noch langweilige und eher monotone Unterrichtskonzepte hinzukommen, sinkt die Motivation weiter, sich mit dem Thema Ernährung auseinanderzusetzen. Die Grundannahme, welche für die Konzeption dieser Diplomarbeit getroffen wurde, nämlich, dass sich SchülerInnen in der untersuchten Altersgruppe von 13 – 15 Jahren wenig bis gar nicht für Ernährung interessieren, wurde durchaus bestätigt. Dass dieses Desinteresse durch die derzeit vorherrschende Unterrichtspraxis nicht ins Gegenteil umgekehrt wird, liegt wahrscheinlich v.a. daran, dass bis heute Unterricht, zumindest im Themenbereich der vorliegenden Arbeit, nicht auf SchülerInnenvorstellungen und -ansichten aufgebaut wird, sondern sich an Faktenwissen, Forschungsergebnissen und Veröffentlichungen orientiert, die von und für Erwachsene konzipiert wurden, welche dann aber auf Kinder und Jugendliche übertragen werden sollen, die eine völlig andere Denkweise haben. Gerade Lehrpersonen sollten sich daher bewusst werden *„[...] dass die subjektive Sichtweise des Einzelnen bedeutsam ist. Nicht die Welt, wie sie der Forscher konzipiert, sondern so, wie sie der Beforschte sieht, ist wesentlich zum Verständnis für dessen Handeln, Denken und Fühlen.“* (Reinders 2012, S. 21)

In diesem Sinne werden sich hoffentlich noch mehr ForscherInnen dem Thema SchülerInnenvorstellungen in Bezug auf Ernährung annehmen, um weitere Erkenntnisse darüber zu erlangen, wie man durch das Einbeziehen von SchülerInnen-Vorstellungen im schulischen Rahmen Bewusstseinsbildung und Wissensvermittlung optimieren kann, damit man den SchülerInnen eine gesunde

Lebensweise vermittelt, die diese auch annehmen und umsetzen und nicht gleich wieder vergessen. Dazu sollte auch diese Arbeit und die in ihr erhobenen und diskutierten Daten beitragen.

8 Anhang

8.1 Mindmap



Diese Mindmap wurde von Hr. Patrick Randa und Fr. Cornelia Heider bei ihrer ersten gemeinsamen Besprechung zur Erstellung des Fragebogens, der für die Datenerhebung dieser Diplomarbeit verwendet wurde, kreiert. Sie ist die digitalisierte Version der handschriftlichen persönlichen Aufzeichnung von Fr. Heider und stellt ein Beispiel für Mindmaps als erste Vorstufe einer Ausarbeitung zu wissenschaftlichen Fragestellungen dar.

8.2 Fragebogen blanko

Fragebogen zum Thema Ernährung

Sehr geehrte Teilnehmer,
im Folgenden finden Sie 33 Fragen rund um das Thema Ernährung.
Das Ziel dieser Umfrage ist, erste Erkenntnisse zum Wissensstand von 12- bis 15-jährigen SchülerInnen in Bezug auf das Thema Ernährung zu gewinnen. Die Ergebnisse der Auswertungen der Fragebögen dienen Fr. Cornelia Heider und Hr. Patrick Randa als Grundlage für Ihre Diplomarbeit an der Universität Wien. Wenn Sie mehr über den Ausgang dieser Studie erfahren wollen oder Fragen haben, stehen Ihnen Fr. Heider bzw. Hr. Randa gerne zur Verfügung.

Die Teilnahme an dieser Umfrage erfolgt freiwillig und anonym, Sie müssen daher weder Ihren Namen noch Ihre Adresse, Telefonnummer oder ähnliches angeben!

Achtung:

Die Formulierung und das Antwortformat der Fragen variiert von offenen Fragen (selbstständig kurze Antworten verfassen), über Single/Multiple Choice (eine bis mehrere Antwortmöglichkeiten sind auszuwählen) bis hin zu Bewertungsskalen (wie sehr trifft eine Aussage zu). Nehmen Sie sich daher genügend Zeit um die Fragen zu lesen und je nach Antwortformat zu beantworten. Es handelt sich hierbei nicht um einen Test, d.h. es gibt keine richtigen oder falschen Antworten und die Teilnahme/Beantwortung des Fragebogens ist auch nicht Teil der Gesamtnote für eines Ihrer Unterrichtsfächer.

Vielen Dank, dass Sie an dieser Studie teilnehmen!

* **Erforderlich**

Allgemein

Allgemeine Fragen zur Person, zu Ernährungsgewohnheiten und zum Lebensstil

1. Geschlecht: *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

☐ Männlich

☐ Weiblich

2. Alter: *

3. Höchste abgeschlossene Ausbildung des Vaters *

Markieren Sie nur ein Oval.

☐ Pflichtschule

☐ Lehre/Ausbildung

☐ Matura (AHS, BHS)

☐ Hochschulabschluss/FH-Abschluss

4. Höchste abgeschlossene Ausbildung der Mutter *

Markieren Sie nur ein Oval.

- ☐ Pflichtschule
- ☐ Lehre/Ausbildung
- ☐ Matura (AHS/BHS)
- ☐ Hochschulabschluss/FH-Abschluss

5. Wie ernähren Sie sich hauptsächlich? *

Markieren Sie nur ein Oval.

- ☐ Vegetarisch (alles außer Fleisch & Fisch)
- ☐ Vegan (nur pflanzlich, keine Fleisch und Milchprodukte)
- ☐ Pflanzenbetonte Mischkost (hauptsächlich pflanzliche Produkte aber eigentlich alles)
- ☐ Fleischbetonte Mischkost (hauptsächlich tierische Produkte aber eigentlich alles)
- ☐ Sonstiges: _____

6. Welche der folgenden Mahlzeiten essen Sie täglich (unter der Woche)? *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Frühstück
- ☐ Mittagessen
- ☐ Abendessen
- ☐ Jause
- ☐ Sonstiges: _____

7. Welche der folgenden Mahlzeiten essen Sie täglich (am Wochenende)? *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Frühstück
- ☐ Mittagessen
- ☐ Abendessen
- ☐ Jause
- ☐ Sonstiges: _____

8. Wer kocht bei Ihnen zu Hause die Mahlzeiten? *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Mutter
- ☐ Vater
- ☐ Oma
- ☐ Opa
- ☐ Schwester
- ☐ Bruder
- ☐ Sie selbst
- ☐ Sonstiges: _____

9. Mit wem nehmen Sie hauptsächlich Ihre Mahlzeiten ein? *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Familie
☐ Freunde
☐ Alleine
☐ Sonstiges: _____

10. Wie oft gehen Sie/geht Ihre Familie Lebensmittel einkaufen? *

Markieren Sie nur ein Oval.

- ☐ 1x wöchentlich
☐ 2x wöchentlich
☐ 3x wöchentlich
☐ Mehr als 3x wöchentlich

11. Gibt es in Ihrer Schule ein Schulbuffet und/oder eine Cafeteria? *

Markieren Sie nur ein Oval.

- ☐ Schulbuffet
☐ Cafeteria (vorwiegend warme Speisen)
☐ Beides
☐ Keines von beiden

12. Wie oft bestellen Sie zu Hause Essen von einem Restaurant, bzw. wie oft gehen Sie in ein Restaurant essen? *

Markieren Sie nur ein Oval.

- ☐ Weniger als 1-2x wöchentlich
☐ Öfter als 1-2x wöchentlich
☐ Weniger als 1-2x monatlich
☐ Öfter als 1-2x monatlich
☐ Nur zu speziellen Anlässen (Geburtstag, Weihnachten,...)
☐ Sonstiges: _____

13. Welche Produkte kaufen Sie am häufigsten, wenn Sie Lebensmittel einkaufen gehen (alleine oder als Familie)? *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Obst (frisch)
- ☐ Gemüse (frisch)
- ☐ Obst (tiefgekühlt)
- ☐ Gemüse (tiefgekühlt)
- ☐ Fisch
- ☐ Fertigprodukte (Pizza, Fischstäbchen, Potato Wedges, etc.)
- ☐ Knabberereien (Chips, Soletti oder ähnliches)
- ☐ Süßigkeiten (Schokolade, Zuckerl, Gummizeug oder ähnliches)
- ☐ Säfte (Apfelsaft, Orangensaft, Traubensaft, etc.)
- ☐ Softdrinks (Cola, Fanta, Sprite, Eistee, etc.)
- ☐ Teigwaren (Spaghetti, Penne,...)
- ☐ Brot (dunkel, d.h. Schwarzbrot)
- ☐ Brot (weiß, d.h. Toastbrot, Baguette,...)
- ☐ Reis
- ☐ weiß ich nicht
- ☐ Sonstiges: _____

14. Was ist Ihr Lieblingsgericht? *

Ernährungsbewusstsein

15. Kreuzen Sie an welche dieser Begriffe in Bezug auf Lebensmittel Ihnen bekannt sind: *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Regionalität
- ☐ Superfood
- ☐ Bio
- ☐ Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD)
- ☐ Gentechnik (frei)
- ☐ Frei von "..." (z.B.: Laktose, Gluten, Zucker, künstliche Aromen, etc.)
- ☐ Gütesiegel/Biosiegel
- ☐ Freiland-/Bodenhaltung
- ☐ Zusatzstoffe (E-Nummern)

16. Beim Kauf von Lebensmitteln (tierisch & pflanzlich) achte ich auf die Herkunft *

Markieren Sie nur ein Oval.

	1	2	3	4	5	6	
Trifft vollkommen zu	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Trifft gar nicht zu

17. Wie können Sie überprüfen ob Lebensmittel nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums immer noch genießbar sind? *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Riechen
☐ Schmecken
☐ Farbe
☐ Nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatum sind Lebensmittel sofort zu entsorgen
☐ Konsistenz (Beschaffenheit)
☐ Aussehen

18. Beim Kauf von Lebensmitteln (tierisch & pflanzlich) achte ich auf Bio-Siegel (Ja-natürlich, Zurück zum Ursprung, Spar Natur pur etc.) *

Markieren Sie nur ein Oval.

	1	2	3	4	5	6	
Gar nicht	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Sehr

19. Ist die Verschwendung von Lebensmitteln für Sie ein Thema welches Sie beschäftigt?
Wenn ja, warum? *

20. Die Zukunft unserer Ernährung macht mir Sorgen *

Markieren Sie nur ein Oval.

	1	2	3	4	5	6	
Sehr	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Überhaupt nicht

21. Ist es Ihrer Meinung nach notwendig, dass die Menschen auf der Welt ihre Ernährungsgewohnheiten ändern?
Warum/Warum nicht? *

22. Ich achte auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung *

Markieren Sie nur ein Oval.

	1	2	3	4	5	6	
Auf jeden Fall	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Nein, eigentlich nicht

23. Wie oft konsumieren Sie Fertigprodukte? (TK-Pizza, Nudelfertiggerichte, Fischstäbchen, Mikrowellenprodukte, Dosenprodukte) *

Markieren Sie nur ein Oval.

- ☐ Mehrmals pro Woche
☐ 1-2 mal pro Woche
☐ Mehrmals im Monat
☐ 1-2 mal im Monat
☐ Gar nicht

24. Wie denken Sie wird sich die Menschheit im Jahr 2050 ernähren? *

Fachwissen

fachwissenschaftliche Fragen zu Ernährung

25. Nennen Sie die 3 Hauptbestandteile der menschlichen Ernährung: *

26. Was sind Kohlenhydrate? *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Lipide
☐ Zucker
☐ Monosaccharide
☐ Dissacharide

27. Welche der folgenden Punkte sind Folgen von Fehlernährung? *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Übergewicht
☐ Fettleibigkeit
☐ Magersucht
☐ Diabetes Typ II
☐ Diabetes Typ I
☐ Herz-Kreislauf-Erkrankungen

28. Was stellt die folgende Abbildung dar? *



Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Ernährungspyramide
- ☐ Ernährungstabelle
- ☐ Ernährungsempfehlung
- ☐ Übersicht über alle Lebensmittel

29. Warum müssen wir Kohlenhydrate zu uns nehmen? *

Markieren Sie nur ein Oval.

- ☐ Primärer Energielieferant
- ☐ Muskelaufbau
- ☐ Energiespeicher
- ☐ keiner der genannten Gründe

30. Wofür benötigt unser Körper Fette? *

Markieren Sie nur ein Oval.

- ☐ Gewichtszunahme
- ☐ Energiespeicher
- ☐ Energielieferant
- ☐ Wasserspeicher

31. Wofür braucht unser Körper Proteine? *

Markieren Sie nur ein Oval.

- ☐ Muskelaufbau
- ☐ Gewichtszunahme
- ☐ Energielieferant
- ☐ Energiespeicher
- ☐ Wasserspeicher

32. Welche der folgenden Begriffe kennen Sie? *

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- ☐ Spurenelemente
- ☐ Nährstoffe
- ☐ Vitamine
- ☐ Aminosäuren

33. Warum brauchen wir Vitamine? *

Markieren Sie nur ein Oval.

- ☐ Weil die Medien es sagen
- ☐ Brauchen wir gar nicht! Ist alles nur Fake!
- ☐ Werden benötigt um lebenswichtige Funktionen des Körpers aufrechtzuerhalten
- ☐ Um Mangelerscheinungen vorzubeugen
- ☐ Als Energieträger

8.3 Verschriftlichte Antworten zu offenen Fragen des Fragebogens

- Eventuelle Rechtschreib- und Grammatikfehler sowie die originale Groß-/ Kleinschreibung wurden übernommen.
- Die Antworten der InterviewteilnehmerInnen sind grün unterlegt.
- Begriffe, welche evtl. nicht verständlich sind, sind mit "*" gekennzeichnet und unterhalb der jeweiligen Tabelle (alphabetisch geordnet) genauer erklärt.
- "k.A." steht für "keine Angabe" und wurde tlw. als "Item-Nonresponse" gewertet.

Frage Nr. 14	Was ist Ihr Lieblingsgericht?	
	1. Befragung am 24.11.2017	2. Befragung am 25.05.2018
Antworten	Garnelen	Schokoladekuchen
	Gulasch	Pizza
	Ich hab keines	Ich habe keines.
	Lasagne	Lasagne
	cevapcici*	cevapcici
	Grießbrei, Gurken mit Salz	Lachsfilet, rohen Lachs
	Palatschnken, Spagetti, Ngokie*	Spagetti Bolonese
	Schnitzel	Pizza
	Sucuk* mit Eier	Ei mit Sucuk!!!
	Burek*	Chicken Wings
	Burek, Sarma*	Obstsalat
	Schnitzel mit Pommes	Chickenwings mit BBQ (scharf)
	Kartoffeln	Vegetarischer Salat
	Pita*	Schnitzel
	Es gibt keinen deutschen Begriff dafür.	Es gibt keinen deutschen Begriff dafür.
	Saftfleisch und einen fetten Hotdog	(Sucuk mit Ei) Saftfleisch mit noodles
	Burger	Burger
	Zigeunerbraten mit Pommes und Ketchup	Zigeunerbraten mit Pommes
	Miesmuscheln mit Weißwein	Sushi
	Kartoffelschnitzel	Platkizemniaczane*
	Reis mit Gemüse	Reis mit Gemüse
	Sarma = Krautrolnden	Serbische gerichte

Burek/Börek = mit Fleisch/Käse gefüllter Blätterteig

Ćevapčići = gegrillte Röllchen aus Faschiertem

„Ngokie“ = Gnocchi = italienische Nockerl

Pita = Fladenbrot aus Hefeteig

„Platkizemniaczane“ = platkzi siemniaczane = polnische Kartoffelpuffer

Sucuk = türkische Knoblauchwurst

Sarma = Krautrouladen

Frage Nr. 19	Ist die Verschwendung von Lebensmitteln für Sie ein Thema welches Sie beschäftigt? Wenn ja, warum?	
	1. Befragung am 24.11.2017	2. Befragung am 25.05.2018
Antworten	k.A.	nicht wirklich
	Ja! Weil manche Kinder aus anderen Ländern das essen würden was wir in den Müll schmeißen	Ja, da viele Menschen kein Essen haben.
	Ja, ist es. Ich finde dass Menschen die genug Nahrung haben einfach zu verschwenderisch sind.	Ja, es ist ein Thema, das mich beschäftigt. Es gibt manche Menschen die in ihren Ländern Hungern. Man sollte dies beachten und nicht all zu verschwenderisch mit Lebensmitteln umgehen.
	Es gibt sehr viele auf der Welt die nichts zum Essen haben und die die Essen haben sollten es auch aufessen und nicht verschwenden	Ja, weil viele Menschen nichts zum essen haben und dass was man hat sollte man essen
	Andere Kinder haben kein essen wie z.B. in Afrika.	Ja, weil andere Menschen kein essen haben und essen brauchen.
	Mir interessiert es nicht	Nein
	Es ist mir nicht so wichtig. Man soll halt nicht eine halbe Semmel oder so weg werfen	Ja, weil ich es schätze das ich so viel und umfang reichs essen habe da viele weniger bis gar kein essen haben
	Ja, weil manche menschen nichts zum essen haben.	Nein
	Ja, denn es gibt viele Menschen die nicht wissen wie wertvoll Essen sein kann.	Ja, denn vieles wird wegeschmissen, obwohl man es auch den Tieren geben kann.
	k.A.	Kein Plan moruk*!
	k.A.	Ja weil man für Lebensmittel Geld ausgibt deswegen und es sonst unnötig ist wenn man so viel ausgibt.
	Ja, da ich oft leider zuhause reste wegschmeiße	Ja, weil manche Leute gar nichts haben und das Essen kostbar ist
	Ja, weil manche Menschen nichts zum essen haben.	Da Menschen in ärmeren Ländern nichts zu essen bekommen
	Man sollte schon Lebensmettel die man gekauft hat auch essen. Es wäre ja sonst unnötige Verschwendung	Ich finde man sollte nur das Kaufen was man auch isst
	Ja, weil es einfach nur schade ist. Und mit den Lebensmitteln kann man z.B. fertigprodukte herstellen.	Ja, denn die Leute die Lebensmittel herstellen bekommen meist nicht das richtige Geld dafür.
	Ja, weil ich finde wenn es einem nicht schmeckt sollte man das essen nicht entfernen sondern einem Obdachlosen geben.	Weil viele Leute schmeißen Lebensmittel weg wegen ihrem Ablauf Datum obwohl das Essen noch gut ist.
	Ja, weil manche Kinder nichts zum essen haben und wir es einfach wegschmeißen.	Ja, weil ihn Afrika haben sie nicht so viel zu verfügung!
	Nein	Nein
	k.A.	Ja, weil mansche Menschen haben nichts zu essen
	Nicht wirklich aber ich achte drauf	Nicht ganz aber ein bisschen
	Ja, ich finde wir verbrauchen zu viele Lebensmitteln.	Nein. Ich weiß nicht was ich empfinden soll
	Ja, weil Kinder in anderen Ländern nichts zum essen haben.	Ja weil in africa viele menschen täglich sterben

„moruk“ (türk.) = Opa; wahrscheinlich war „Alter“ gemeint, also: „kein Plan, Alter!“.

Frage Nr. 21	Ist es Ihrer Meinung nach notwendig, dass die Menschen auf der Welt ihre Ernährungsgewohnheiten ändern? Warum/Warum nicht?	
	1. Befragung am 24.11.2017	2. Befragung am 25.05.2018
Antworten	Nein, da jeder für sich entscheiden sollte was man isst	Ja, die Menschen werden immer dicker und Fertigprodukte Schaden unserer Gesundheit.
	Ja weil alle sehr ungesund leben und durch dick werden.	Ja, da man nur sich selbst und der Umwelt schadet.
	k.A.	Menschen ernähren sich immer ungesünder, dies könnte ein Problem für die Zukunft sein.
	Ja, ich finde das sie es ändern sollen, weil sie gesünder essen sollen.	Ja, weil sehr viele Menschen ungesund leben.
	Es ist nicht notwendig.	weiß ich nicht!
	Nein, Jeder hat seine eigene Ernährungsgewohnheiten	Ja, sie müssen sich gesunde ernähren, wegen ihrem Körper
	Ein bisschen gesünder essen	Ja, es ist wichtig das sie mehr darauf achten was sie essen und woher das essen ist.
	k.A.	Nein, weil jeder wissen sollte was er essen soll.
	Ja, denn wir gehen damit zu verschwänderisch um	KeinPlan moruk :(
	Nein jeder soll essen was er will	Ist mir egal
	k.A.	Weil ein Mensch eigentlich alles Essen kann.
	Ja, weniger Fleisch, da die Tiere dann irgendwann austerben.	wir sollten weniger Fleisch essen.
	Ja, weil sie sonst dick werden und das ist ungesund	Weil sie sonst übergewichtig werden.
	Wenn man sich gesünder ernährt lebt man ja länger	Man sollte auf seine Gesundheit achten
	Ja, weil das meiste wird weggeschmissen und dann müssen Kinder aus ärmeren Ländern im Müll wühlen.	Ja, weil sie sollen aufhören das Essen so zu verschwenden.
	Ja, weil man nicht immer das gleiche essen soll sondern auch was anderes ausprobieren	k.A.
	Nein, das ist ihnen überlassen!	Nein, jeder soll es was er will!
	Ja, da sie immer dicker werden	Ja, da sie immer dicker werden
	Nein, denn jeder hat seine eigene Ernährungsgewohnheit.	Ja, denn bald wird es kein Fleisch mehr geben und wir müssten uns von Insekten ernähren.
	(Nein) Es ist meine private sache.	Ja dammit es sauberer ist.
	Ja	Ja
	Ja weil Kinder in anderen Ländern nichts zum essen haben.	nein weil sie leben sollen wie sie wollen

Frage Nr. 24	Wie denken Sie wird sich die Menschheit im Jahr 2050 ernähren?	
	1. Befragung am 24.11.2017	2. Befragung am 25.05.2018
Antworten	Ich denke, dass sie sich 2050 nur noch von Fertigprodukten ernähren werden.	Die Menschheit wird sich vielleicht nur mehr von Fertigprodukten ernähren.
	nurnoch mit Fast food! - Mc* - Burger King - KFC - usw.	Sehr ungesund!
	Ich denke auf der einen Seite werden sie sich ungesund ernähren. Auf der anderen Seite wird es aber natürlich auch welche geben die gesund leben.	Ich glaube, dass sich viele Menschen zu ungesund ernähren werden. Auf der anderen Seite werden viele sich für die gesunde Ernährung entscheiden.
	Ich denke, dass sie sich von ungesunden Sachen ernähren werden	Von Insekten
	Sehr viel mit fettigen Lebensmitteln.	Kein Plan
	Ich habe keine Ahnung	Insekten wie Drohnen, Maden (Eiweiß) Weniger Fleisch Mehr Pflanzen
	Im Jahr 2050 glaube ich werden die Menschen viel Fast Food essen aber auch Sport machen	Sie wird sich teilweise gut aber auch schlecht ernähren. Viele werden auch dick senda wir immer Fauler werden.
	Sie werden sich schlecht ernähren.	Sie werden sich ungesunder ernähren.
	Sehr ungesund zum teil.	Kein Plan
	Normal wie jetzt	Mit Pillen
	Ich glaube, sie werden sich schlechter ernähren	Mit Hightec geräten und mit neuen Gerichten bzw. Spezialitäten
	Ich denke wir werden uns alle vegetarisch ernahren	So wie Heute
	Ich glaube sie werden sich nur ungesünder ernähren	Nur Burger und Pizza. Fettige Sachen.
	Man wird nur noch künstlich hergestellte gerichte essen	Ich glaube das alles nur noch künstlich hergestellt wird
	Ich denke es könnte zu einer Lebensmittel knappheit kommen.	Wenn es so weitergeht wie jetzt, dann befürchte ich das es zu einer Lebensmittelknappheit kommen wird.
	Ich glaube die Menschen werden keine Burger mehr essen sondern Tiere oder so.	Viele sagen mit getrocknen Tieren und ich glaub das auch und ich hab selber schon sowas probiert und mir schmeckt es gut.
	Die meisten wahrscheinlich mit Fast Food. Meiner Ansicht nach ist es das ich auch wenn wir Pause haben nur Fast Food esse weil es nur Subway, Burger King gibt neben der Schule. Im 2050 wird es auch so.	Sie werden Fastfood essen! Aber auch viel Süßes essen und trinken.
	Nur noch durch künstlich hergestellte produkte ohne Landwirtschaft	Durch Nahrungsmittel dir künstlich mit Atomen hergestellt werden.
	von Teigwaren, Brot, Semmel...	Von Insekten
	vielleicht auch noch vom Fleisch	Mit Tabletten.
	Mit Tabletten.	Mit Tabletten.
	Hoffentlich nicht mit Fertigprodukten oder Dosenprodukte. Ich hoffe, dass es im Jahr 2050 überhaupt noch Lebensmittel gibt.	Sie werden Lebensmittel mit vielen chemikalien haben
	normal wie jetzt hoffe ich	Wie heute zu tage

„Mc“ = McDonalds'

Frage Nr. 25 Nennen Sie die 3 Hauptbestandteile der menschlichen Ernährung:		
	1. Befragung am 24.11.2017	2. Befragung am 25.05.2018
Antworten	Vitamine Fette Kohlenhydrate	Kohlenhydrate Eiweiße Fette
	- Zucker - Fette - Kohlenhydrate	Eiweiß Fette Kohlenhydrate
	Eiweiß Fett Kohlenhydrate	Kohlenhydrate Fette Eiweise
	Gemüse Fleisch Obst	Kohlenhydrate Fette Eiweiße
	Gemüse Obst Fleisch	Wasser Fleisch Gemüse Eier
	Fette, Eiweiße, Kohlenhydrate	Kohlenhydrate Eiweiße Fette
	Kohlenhydrate, Eiweiße, Proteine	Proteine, Eiweiß, Kohlenhydrate.
	Obst, Brot, Eiweiß	Eiweiß Kohlenhydrate
	Fette Kohlenhydrate Eiweis.	Eier Brot Fleisch
	Obst, gemüse, fleisch	Fleisch Gemüse Obst
	Kohlenhydrate Zucker Eiweiß	Weiß ich nicht
	Eiweiße Protein Kohlenhydrate	Kohlenhydrate Vitamine Fett
	Wasser Gebäck Obst/Gemüse	Teigwaren und Kartoffeln Obst und Gemüse Milch
	Obst, Gemüse, Fleisch	Eiweiß Fett Kohlenhydrate
	Kohlenhydrate Proteine Fette	Kohlenhydrate Proteine Lipide
	Gesund Fastfood Junkfood	Weiß ich nicht
	Kohlenhydrate Eiweiß Fett	Kohlenhydrate Eiweiß Fett
	Protein Kohlenhydrate Fett	Protein Lipide Kohlenhydrate
	Vitamine Fette Proteine	Kohlenhydrate Eiweiße Fette
	Fastfood Kühlwaren Servis*	Weis ich nicht
	Kohlenhydrate Eiweiß Fett	Kohlenhydrate Proteine Fette
	Fleisch Gemüse Obst	Eiweiß Kohlenhydrate Fett

Evtl. war „Service“ gemeint, aber der Sinn dieser Antwort lässt sich nicht nachvollziehen.

8.4 Verschriftlichte Antworten zu geschlossenen Fragen des Fragebogens

1. Befragung mit Fragebogen

1. Block - Allgemein:

Allgemeine Fragen zur Person, zu Ernährungsgewohnheiten, und zum Lebensstil

Datum: 24.11.2017

TeilnehmerInnen gesamt: 28 (ausgeschieden: 6)

Für Auswertung relevant: 22

davon Mädchen: 11

davon Jungen: 11

1. Frage:	Geschlecht	Σ	
Antwort:	Männlich	11	50%
	Weiblich	11	50%
2. Frage:	Alter		
Antwort:	13	12	55%
	14	10	45%
	15	0	0%
3. Frage:	Höchste abgeschlossene Ausbildung des Vaters		
Antwort:	Pflichtschule	0	0%
	Lehre/Ausbildung	4	18%
	Matura (AHS, BHS)	1	5%
	Hochschulabschluss/FH-Abschluss	2	9%
	Keine Angabe	2	9%
	"Weiß ich nicht" (von SchülerIn hinzugefügt)	13	59%
4. Frage:	Höchste abgeschlossene Ausbildung der Mutter		
Antwort:	Pflichtschule	1	5%
	Lehre/Ausbildung	4	18%
	Matura (AHS, BHS)	2	9%
	Hochschulabschluss/FH-Abschluss	1	5%
	Keine Angabe	0	0%
	"Weiß ich nicht" (von SchülerIn hinzugefügt)	14	64%
5. Frage:	Wie ernähren Sie sich hauptsächlich?		
Antwort:	Vegetarisch (alles außer Fleisch & Fisch)	0	0%
	Vegan (nur pflanzlich, keine Fleisch- und Milchprodukte)	0	0%
	Pflanzenbetonte Mischkost (hauptsächlich pflanzliche Produkte, aber eigentlich alles)	2	9%
	Fleischbetonte Mischkost (hauptsächlich tierische Produkte, aber eigentlich alles)	16	73%
	Sonstiges	4	18%
6. Frage:	Welche der folgenden Mahlzeiten essen Sie täglich (unter der Woche)?		
Antwort:	Frühstück	6	27%
	Mittagessen	18	82%
	Abendessen	20	91%
	Jause	12	55%
	Sonstiges	2	9%

7. Frage	Welche der folgenden Mahlzeiten essen Sie täglich (am Wochenende)?		
Antwort	Frühstück	17	77%
	Mittagessen	19	86%
	Abendessen	20	91%
	Jause	4	18%
	Sonstiges	3	14%
8. Frage	Wer kocht bei ihnen zu Hause die Mahlzeiten?		
Antwort	Mutter	20	91%
	Vater	10	45%
	Oma	5	23%
	Opa	0	0%
	Schwester	6	27%
	Bruder	3	14%
	Sie selbst	9	41%
	Sonstiges	2	9%
9. Frage	Mit wem nehmen Sie hauptsächlich Ihre Mahlzeiten ein?		
Antwort	Familie	21	95%
	Freunde	6	27%
	Alleine	5	23%
	Sonstiges	0	0%
10. Frage	Wie oft gehen Sie/geht Ihre Familie Lebensmittel einkaufen?		
Antwort	1x wöchentlich	10	45%
	2x wöchentlich	7	32%
	3x wöchentlich	2	9%
	mehr als 3x wöchentlich	2	9%
	Keine Angabe	1	5%
11. Frage	Gibt es in Ihrer Schule ein Schulbuffet und/oder eine Cafeteria?		
Antwort	Schulbuffet	21	95%
	Cafeteria (vorwiegend warme Speisen)	0	0%
	Beides	1	5%
	Keines von beiden	0	0%
	Item-Nonresponse	0	0%
12. Frage	Wie oft bestellen Sie zu Hause Essen von einem Restaurant, bzw wie oft gehen sie in ein Restaurant essen?		
Antwort	Weniger als 1-2x wöchentlich	1	5%
	Öfter als 1-2x wöchentlich	5	23%
	Weniger als 1-2x monatlich	8	36%
	Öfter als 1-2x monatlich	0	0%
	Nur zu speziellen Anlässen (Geburtstag, Weihnachten, ...)	5	23%
	Sonstiges	3	14%

13. Frage	Welche Produkte kaufen Sie am häufigsten, wenn Sie Lebensmittel einkaufen gehen (alleine oder als Familie)?		
Antwort	Obst (frisch)	18	82%
	Gemüse (frisch)	13	59%
	Obst (tiefgekühlt)	0	0%
	Gemüse (tiefgekühlt)	3	14%
	Fisch	9	41%
	Fertigprodukte (Pizza, Fischstäbchen, etc.)	12	55%
	Knabberein (Chips, Soletti, o.ä.)	14	64%
	Süßigkeiten (Schokolade, Zuckerl, Gummizeug o. ä.)	15	68%
	Säfte (Apfelsaft, Orangensaft, Traubensaft, etc)	14	64%
	Softdrinks (Cola, Fanta, Sprite, Eistee, etc)	11	50%
	Teigwaren (Spaghetti, Penne, ...)	17	77%
	Brot (dunkel, das heißt Schwarzbrot)	15	68%
	Brot (weiß, das heißt Toastbrot, Baguette, ...)	15	68%
	Reis	10	45%
	weiß ich nicht	1	5%
	sonstiges	2	9%

2. Befragung mit Fragebogen**1. Block - Allgemein:**

Allgemeine Fragen zur Person, zu Ernährungsgewohnheiten, und zum Lebensstil

Datum: 25.05.2018

TeilnehmerInnen gesamt: 23 (ausgeschieden: 1)

Für Auswertung relevant: 22

davon Mädchen: 11

davon Jungen: 11

1. Frage:	Geschlecht	Σ	
Antwort:	Männlich	11	50%
	Weiblich	11	50%
2. Frage:	Alter		
Antwort:	13	7	32%
	14	12	55%
	15	3	14%
3. Frage:	Höchste abgeschlossene Ausbildung des Vaters		
Antwort:	Pflichtschule	5	23%
	Lehre/Ausbildung	7	32%
	Matura (AHS, BHS)	0	0%
	Hochschulabschluss/FH-Abschluss	4	18%
	Keine Angabe	1	5%
	"Weiß ich nicht" (von SchülerIn hinzugefügt)	5	23%
4. Frage:	Höchste abgeschlossene Ausbildung der Mutter		
Antwort:	Pflichtschule	0	0%
	Lehre/Ausbildung	11	50%
	Matura (AHS, BHS)	3	14%
	Hochschulabschluss/FH-Abschluss	1	5%
	Keine Angabe	1	0%
	"Weiß ich nicht" (von SchülerIn hinzugefügt)	6	27%
5. Frage:	Wie ernähren Sie sich hauptsächlich?		
Antwort:	Vegetarisch (alles außer Fleisch & Fisch)	0	0%
	Vegan (nur pflanzlich, keine Fleisch- und Milchprodukte)	0	0%
	Pflanzenbetonte Mischkost (hauptsächlich pflanzliche Produkte, aber eigentlich alles)	6	27%
	Fleischbetonte Mischkost (hauptsächlich tierische Produkte, aber eigentlich alles)	14	64%
	Sonstiges	2	9%
6. Frage:	Welche der folgenden Mahlzeiten essen Sie täglich (unter der Woche)?		
Antwort:	Frühstück	6	27%
	Mittagessen	16	73%
	Abendessen	20	91%
	Jause	8	36%
	Sonstiges	0	0%

7. Frage	Welche der folgenden Mahlzeiten essen Sie täglich (am Wochenende)?		
Antwort	Frühstück	16	73%
	Mittagessen	22	100%
	Abendessen	17	77%
	Jause	3	14%
	Sonstiges	0	0%
8. Frage	Wer kocht bei ihnen zu Hause die Mahlzeiten?		
Antwort	Mutter	20	91%
	Vater	8	36%
	Oma	5	23%
	Opa	0	0%
	Schwester	4	18%
	Bruder	2	9%
	Sie selbst	11	50%
	Sonstiges	3	14%
9. Frage	Mit wem nehmen Sie hauptsächlich Ihre Mahlzeiten ein?		
Antwort	Familie	20	91%
	Freunde	6	27%
	Alleine	9	41%
	Sonstiges	0	0%
10. Frage	Wie oft gehen Sie/geht Ihre Familie Lebensmittel einkaufen?		
Antwort	1x wöchentlich	8	36%
	2x wöchentlich	12	55%
	3x wöchentlich	1	5%
	mehr als 3x wöchentlich	1	5%
	Keine Angabe	0	0%
11. Frage	Gibt es in Ihrer Schule ein Schulbuffet und/oder eine Cafeteria?		
Antwort	Schulbuffet	17	77%
	Cafeteria (vorwiegend warme Speisen)	0	0%
	Beides	3	14%
	Keines von beiden	1	5%
	Item-Nonresponse	1	5%
12. Frage	Wie oft bestellen Sie zu Hause Essen von einem Restaurant, bzw wie oft gehen sie in ein Restaurant essen?		
Antwort	Weniger als 1-2x wöchentlich	1	5%
	Öfter als 1-2x wöchentlich	3	14%
	Weniger als 1-2x monatlich	9	41%
	Öfter als 1-2x monatlich	6	27%
	Nur zu speziellen Anlässen (Geburtstag, Weihnachten, ...)	3	14%
	Sonstiges	0	0%

13. Frage	Welche Produkte kaufen Sie am häufigsten, wenn Sie Lebensmittel einkaufen gehen (alleine oder als Familie)?		
Antwort	Obst (frisch)	21	95%
	Gemüse (frisch)	16	73%
	Obst tiefgekühlt	1	5%
	Gemüse (tiefgekühlt)	5	23%
	Fisch	7	32%
	Fertigprodukte (Pizza, Fischstäbchen, etc.)	13	59%
	Knabberein (Chips, Soletti, o.ä.)	15	68%
	Süßigkeiten (Schokolade, Zuckerl, Gummizeug o.ä.)	14	64%
	Säfte (Apfelsaft, Orangensaft, Traubensaft, etc)	14	64%
	Softdrinks (Cola, Fanta, Sprite, Eistee, etc)	10	45%
	Teigwaren (Spaghetti, Penne, ...)	12	55%
	Brot (dunkel, das heißt Schwarzbrot)	15	68%
	Brot (weiß, das heißt Toastbrot, Baguette, ...)	13	59%
	Reis	11	50%
	weiß ich nicht	1	5%
	sonstiges	0	0%

1. Befragung mit Fragebogen**2. Block - Ernährungsbewusstsein:**

Fragen zur Verwendung und zum Umgang mit Lebensmitteln im persönlichen Alltag.

Datum: 24.11.2017

TeilnehmerInnen: 28

davon Mädchen: 11

davon Jungen: 11

ausgeschieden 6

15. Frage Kreuzen Sie an, welche dieser Begriffe im Bezug auf Lebensmittel Ihnen bekannt sind:

Antwort	Regionalität	9	41%
	Superfood	4	18%
	Bio	21	95%
	Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD)	16	73%
	Gentechnik (frei)	8	36%
	Frei von "... " (z.B.: Laktose, Gluten, Zucker, etc.)	14	64%
	Gütesiegel/Biosiegel	16	73%
	Freiland-/Bodenhaltung	15	68%
	Zusatzstoffe (E-Nummern)	13	59%
	Item-Nonresponse	0	0%

16. Frage Beim Kauf von Lebensmitteln (tierisch und pflanzlich) achte ich auf die Herkunft

Antwort	1 (Trifft vollkommen zu)	4	18%
	2	5	23%
	3	7	32%
	4	2	9%
	5	1	5%
	6 (Trifft gar nicht zu)	3	14%

17. Frage Wie können Sie überprüfen ob Lebensmittel nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums immer noch genießbar sind?

Antwort	Riechen	20	91%
	Schmecken	11	50%
	Farbe	11	50%
	Nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums sind Lebensmittel sofort zu entsorgen	9	41%
	Konsistenz (Beschaffenheit)	12	55%
	Aussehen	18	82%

18. Frage Beim Kauf von Lebensmitteln (tierisch und pflanzlich) achte ich auf Bio-Siegel (Ja!-Natürlich, zurück zum Ursprung, SPAR Natur-Pur, etc)

Antwort	1 (gar nicht)	3	14%
	2	0	0%
	3	10	45%
	4	3	14%
	5	2	9%
	6 (sehr)	3	14%
	Item-Nonresponse	1	5%

20. Frage	Die Zukunft unserer Ernährung macht mir Sorgen		
Antwort	1 (sehr)	5	23%
	2	1	5%
	3	8	36%
	4	5	23%
	5	2	9%
	6 (überhaupt nicht)	1	5%
22. Frage	Ich achte auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung		
Antwort	1 (auf jeden Fall)	1	5%
	2	6	27%
	3	7	32%
	4	4	18%
	5	2	9%
	6 (Nein, eigentlich nicht)	2	9%
	Item-Nonresponse	0	0%
23. Frage	Wie oft konsumieren Sie Fertigprodukte? (TK-Pizza, Nudelfertiggerichte, Fischstäbchen, Mikrowellenprodukte, Dosenprodukte)		
Antwort	Mehrmals pro Woche	1	5%
	1-2-mal pro Woche	7	32%
	Mehrmals im Monat	7	32%
	1-2-mal im Monat	5	23%
	Gar nicht	1	5%
	Item-Nonresponse	1	5%

2. Befragung mit Fragebogen**2. Block - Ernährungsbewusstsein:**

Fragen zur Verwendung und zum Umgang mit Lebensmitteln im persönlichen Alltag.

Datum: 25.05.2018

TeilnehmerInnen gesamt: 23 (ausgeschieden: 1)

Für Auswertung relevant: 22

davon Mädchen: 11

davon Jungen: 11

15. Frage Kreuzen Sie an, welche dieser Begriff im Bezug auf Lebensmittel Ihnen bekannt sind:

Antwort	Regionalität	15	68%
	Superfood	5	23%
	Bio	20	91%
	Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD)	19	86%
	Gentechnik (frei)	10	45%
	Frei von "... " (z.B.: Laktose, Gluten, Zucker, künstliche Aromen, etc)	18	82%
	Gütesiegel/Biosiegel	16	73%
	Freiland-/Bodenhaltung	18	82%
	Zusatzstoffe (E-Nummern)	13	59%
	Item-Nonresponse	1	5%

16. Frage Beim Kauf von Lebensmitteln (tierisch und pflanzlich) achte ich auf die Herkunft

Antwort	1 (Trifft vollkommen zu)	2	9%
	2	2	9%
	3	7	32%
	4	4	18%
	5	2	9%
	6 (Trifft gar nicht zu)	5	23%

17. Frage Wie können Sie überprüfen ob Lebensmittel nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums immer noch genießbar sind?

Antwort	Riechen	17	77%
	Schmecken	8	36%
	Farbe	14	64%
	Nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums sind Lebensmittel sofort zu entsorgen	5	23%
	Konsistenz (Beschaffenheit)	16	73%
	Aussehen	15	68%

18. Frage Beim Kauf von Lebensmitteln (tierisch und pflanzlich) achte ich auf Bio-Siegel (Ja!-Natürlich, zurück zum Ursprung, SPAR Natur-Pur, etc)

Antwort	1 (gar nicht)	6	27%
	2	3	14%
	3	3	14%
	4	3	14%
	5	5	23%
	6 (sehr)	0	0%
	Item-Nonresponse	2	9%

20. Frage	Die Zukunft unserer Ernährung macht mir Sorgen		
Antwort	1 (sehr)	3	14%
	2	7	32%
	3	5	23%
	4	3	14%
	5	3	14%
	6 (überhaupt nicht)	1	5%
22. Frage	Ich achte auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung		
Antwort	1 (auf jeden Fall)	1	5%
	2	2	9%
	3	10	45%
	4	5	23%
	5	1	5%
	6 (Nein, eigentlich nicht)	2	9%
	Item-Nonresponse	1	5%
23. Frage	Wie oft konsumieren Sie Fertigprodukte? (TK-Pizza, Nudelfertiggerichte, Fischstäbchen, Mikrowellenprodukte, Dosenprodukte)		
Antwort	Mehrmals pro Woche	2	9%
	1-2-mal pro Woche	5	23%
	Mehrmals im Monat	8	36%
	1-2-mal im Monat	7	32%
	Gar nicht	0	0%
	Item-Nonresponse	0	0%

1. Befragung mit Fragebogen
 3. Block - Fachwissen:
 Fachwissenschaftliche Fragen zur Ernährung
 Datum: 24.11.2017
 TeilnehmerInnen: 28
 davon Mädchen: 11
 davon Jungen: 11
 ausgeschieden 6

26. Frage	Was sind Kohlenhydrate?	Σ	
Antwort	Lipide	9	41%
	Zucker	11	50%
	Monosaccharide	2	9%
	Disaccharide	2	9%
	Item Non-Response	1	5%
27. Frage	Welche der folgenden Punkte sind Folgen von Fehlernährung?		
Antwort	Übergewicht	21	95%
	Fettleibigkeit	17	77%
	Magersucht	10	45%
	Diabetes Typ II	9	41%
	Diabetes Typ I	12	55%
	Herz-Kreislauf-Erkrankungen	10	45%
28. Frage	Was stellt die folgende Abbildung dar?		
Antwort	Ernährungspyramide	20	91%
	Ernährungstabelle	2	9%
	Ernährungsempfehlung	6	27%
	Übersicht über alle Lebensmittel	1	5%
29. Frage	Warum müssen wir Kohlenhydrate zu uns nehmen?		
Antwort	Primärer Energielieferant	5	23%
	Muskelaufbau	10	45%
	Energiespeicher	4	18%
	Keine der genannten Gründe	0	0%
	Item-Nonresponse	3	14%
30. Frage	Wofür benötigt unser Körper Fette?		
Antwort	Gewichtszunahme	5	23%
	Energiespeicher	9	41%
	Energielieferant	3	14%
	Wasserspeicher	1	5%
	Item-Nonresponse	4	18%
31. Frage	Wofür braucht unser Körper Proteine?		
Antwort	Muskelaufbau	13	59%
	Gewichtszunahme	0	0%
	Energielieferant	3	14%
	Energiespeicher	0	0%
	Wasserspeicher	1	5%
	Item-Nonresponse	5	23%

32. Frage	Welche der folgenden Begriffe kennen Sie?		
Antwort	Spurenelemente	7	32%
	Nährstoffe	20	91%
	Vitamine	21	95%
	Aminosäuren	9	41%
	Item-Nonresponse	1	5%
33. Frage	Warum brauchen wir Vitamine?		
Antwort	Weil die Medien es sagen	0	0%
	Brauchen wir gar nicht! Ist alles nur Fake!	0	0%
	Werden benötigt um lebenswichtige Funktionen des Körpers aufrechtzuerhalten	15	68%
	Um Mangelerscheinungen vorzubeugen	0	0%
	Als Energieträger	1	5%
	Item-Nonresponse	6	27%

2. Befragung mit Fragebogen
3. Block - Fachwissen:
Fachwissenschaftliche Fragen zur Ernährung
Datum: 25.05.2018
TeilnehmerInnen gesamt: 23 (ausgeschieden: 1)
Für Auswertung relevant: 22
davon Mädchen: 11
davon Jungen: 11

26. Frage	Was sind Kohlenhydrate?	Σ	
Antwort	Lipide	7	32%
	Zucker	11	50%
	Monosaccharide	6	27%
	Disaccharide	5	23%
	Item Non-Response	0	0%
27. Frage	Welche der folgenden Punkte sind Folgen von Fehlernährung?		
Antwort	Übergewicht	19	86%
	Fettleibigkeit	15	68%
	Magersucht	13	59%
	Diabetes Typ II	10	45%
	Diabetes Typ I	12	55%
	Herz-Kreislauf-Erkrankungen	6	27%
28. Frage	Was stellt die folgende Abbildung dar?		
Antwort	Ernährungspyramide	22	100%
	Ernährungstabelle	0	0%
	Ernährungsempfehlung	3	14%
	Übersicht über alle Lebensmittel	1	5%
29. Frage	Warum müssen wir Kohlenhydrate zu uns nehmen?		
Antwort	Primärer Energielieferant	11	50%
	Muskelaufbau	3	14%
	Energiespeicher	5	23%
	Keine der genannten Gründe	0	0%
	Item-Nonresponse	3	14%
30. Frage	Wofür benötigt unser Körper Fette?		
Antwort	Gewichtszunahme	0	0%
	Energiespeicher	6	27%
	Ergielieferant	12	55%
	Wasserspeicher	2	9%
	Item-Nonresponse	2	9%
31. Frage	Wofür braucht unser Körper Proteine?		
Antwort	Muskelaufbau	16	73%
	Gewichtszunahme	0	0%
	Ergielieferant	2	9%
	Energiespeicher	2	9%
	Wasserspeicher	0	0%
	Item-Nonresponse	2	9%

32. Frage	Welche der folgenden Begriffe kennen Sie?		
Antwort	Spurenelemente	14	64%
	Nährstoffe	21	95%
	Vitamine	22	100%
	Aminosäuren	19	86%
	Item-Nonresponse	0	0%
33. Frage	Warum brauchen wir Vitamine?		
Antwort	Weil die Medien es sagen	0	0%
	Brauchen wir gar nicht! Ist alles nur Fake!	0	0%
	Werden benötigt um lebenswichtige Funktionen des Körpers aufrechtzuerhalten	17	77%
	Um Mangelerscheinungen vorzubeugen	1	5%
	Als Energieträger	3	14%
	Item-Nonresponse	1	5%

8.5 Interviewleitfaden blanko

1. Wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus?
 - I. Wie oft isst du?
 - II. Wann isst du?
 - III. Was isst du?
2. Erkläre, warum du folgende Begriffe angekreuzt hast (Frage 13 auf Fragebogen)!
 - I. Was ist Regionalität für dich?
3. Erkläre, warum du folgende Begriffe angekreuzt hast (Frage 15 auf Fragebogen)!
4. Wie findet das Einkaufen bei dir/in eurer Familie statt? (Wer, wann, wie oft, wo,...?)
 - I. Ist Einkaufen koordiniert (Einkaufszettel/App)?
 - II. Geht ihr/Gehst du zwischendurch einkaufen oder geplant?
5. Mit EP → 1x eigene Ernährung, 1x "gesunde" Ernährung auflegen lassen:
 - I. Welche Unterschiede fallen dir auf?
 - II. Wieso gibt es diese Unterschiede?
6. Wie sieht dein Frühstück/Mittag-/Abendessen aus?
 - I. Welche Bedeutung haben die Mahlzeiten für dich?
7. Was heißt für dich "gesunde Ernährung"?
 - I. Was ist gute/schlechte Ernährung?
8. Worauf achtest du bei deiner Ernährung?
 - I. Warum achtest du darauf?
9. Ist deine Ernährungsform zukunftsfähig?
10. Wie informierst du dich über das Thema?
 - I. Ist Ernährung ein Thema in deiner Familie? (Wenn ja/nein, warum/nicht?)
11. Machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung?
12. Wie denkst du werden wir uns in Zukunft ernähren?

Anm.: EP = Ernährungspyramide

Diese Version des in Kapitel 4.3 erläuterten Interviewleitfadens wurde während der Durchführung der Interviews dieser Diplomarbeit verwendet.

8.6 Transkripte der Interviews

Anm.: Bei den folgenden Transkripten wurde zum Zweck der Anonymisierung „S“ verwendet um SchülerInnenantworten zu markieren und „C“ für Aussagen von Cornelia Heider.

8.6.1 Interview Nr. 1 – Transkript

- C.: Okay, fang ma an! Ähm, wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus – sprich wie oft isst du? Wann isst du? Was isst du?
- S: Auf jeden Fall ich starte meinen Tag von ca. 06:15 Uhr, ich hab nicht wirklich ein Frühstück sondern eher nur Jause.
- C.: Mhm.
- S: Aber die ess' ich auch nicht unbedingt, sondern dann geh ich lieber nach Hause und dann ess ich dort was um 13 Uhr sowas und dann ähm snacke ich bisschen was und zu Abend ess' ich dann wieder.
- C.: „Snacken“ ist was für dich?
- S: Naja es ist unterschiedlich – manchmal da ess' ich eher sowas Süßes, manchmal eher Obst oder Gemüse
- C: Mhm.
- S: Ja.
- C: Was Süßes wären Süßigkeiten?
- S: Ja.
- C: Mhm, ähm... also Frühstück, äh, Mittagessen so um 13 Uhr hast du gesagt?
- S: Ja.
- C: Und was isst du dann zum Frühstück und zum Mittagessen?
- S: Naja, Frühstück hab' ich ja nicht jeden Tag, da mach ich mir ein Brot einfach und dann ess' ich das.
- C: Mhm.
- S: Und zu Mittag ist dann halt eher Kohlenhydrate – zum Beispiel Reis oder Nudeln.
- C: Mhm.
- S: Oder Kartoffeln.
- C: Mit Sauce?
- S: Ja.
- C: Ja – Abendessen unter der Woche?
- S: Selten.
- C: Okay – warum?
- S: Es... ich komm einfach nicht dazu.
- C: Ok, zu viel zu tun für die Schule?
- S: Ja.
- C: Am Wochenende aber...
- S: Am Wochenende schon, ja.
- C: Ok gut, dann... die zweite Frage bezieht sich auf deine Antworten im Fragebogen, und zwar die Nummer 13 und zwar bei beiden (man hört, wie Seiten umgeblättert werden) und da sollst du mir jetzt bitte erklären – das war der erste Durchgang, das war der zweite Durchgang – ähm... warum du die Begriffe die hier gelistet sind, äh, angekreuzt hast. Also, was sozusagen der ausschlaggebende Punkt war. Die Frage war: *„Welche Produkte kaufen sie am häufigsten, wenn sie Lebensmittel einkaufen gehen, alleine oder mit der*

Familie?“ Also da kannst du jetzt erzählen, ähm, ob du’s alleine kaufst, mit der Familie, wie oft ungefähr...

S: Es ist ja eigentlich so dass eher meine Eltern einkaufen gehen.

C: Mhm.

S: Und, dass ich eher zu Hause bleibe.

C: Mhm.

S: Aber wenn wir einkaufen gehen, dann ähm kaufen wir auch eher Brot also eher Weißbrot was ich also, meiner Meinung nach, schlecht finde weil es ungesünder ist als dunkleres Brot und Softdrinks hab ich da angekreuzt weil zum Beispiel wenn was in Aktion ist, dann äh schauen meine Eltern schon dass meine Eltern auch Softdrinks zu Hause haben, weil falls Gäste kommen oder so, dass die was zu trinken haben.

C: Mhm.

S: Ja und Knabberein, das ist halt Chips und so, und Gemüse ist eher tiefgekühlt, aber wir kaufen auch frisches, aber tiefgekühlt auch und Fisch ja.

C: Weißt du warum deine Eltern vor allem das tiefgekühlte Gemüse hauptsächlich kaufen?

S: Nein.

C: Nein, ok gut. Ok... ähm... Dann eine kleine Zusatzfrage, was ist Regionalität für dich?

S: Regionalität für mich ist, wenn es zum Beispiel aus der Region kommt.

C: Mhm.

S: Und wenn es nicht so einen weiten Weg da her hat.

C: Mhm, sehr gut... ähm... Dann zur nächsten Frage wo du Antworten gegeben hast, Frage Nummer 15: „*Kreuzen Sie an welche dieser Begriffe in Bezug auf Lebensmittel ihnen bekannt sind*“ – warum

hast du da die Antworten gegeben und, ähm, wie man sieht zwischen dem ersten Durchgang und dem zweiten Durchgang hast du einen Unterschied, nämlich beim zweiten Mal hast du mehr angekreuzt.

S: Also, beim ersten Mal war’s so, dass ich die Begriffe noch nicht wirklich kannte, weil wir wenig damit, äh, zu tun hatten.

C: Mhm.

S: Mit und da, ähm, sind mir die Begriffe dann schon besser eingefallen.

C: Hast du recherchiert wegen der Befragung oder hast du im Unterricht was dazu gelernt?

S: Nein, im – zum Beispiel – Workshops oder so da war das, da is das auch vorgekommen da hab’ ich mir das einfach gemerkt.

C: Okay, Workshops in der Schule?

S: Ja.

C: Mhm, gut, dass wars zum Fragebogen. (Pause) Ähm, Wie findet Einkaufen bei dir oder in eurer Familie statt? Wer kauft ein? Wann, äh, wie oft, wo?

S: Es ist meistens so, dass wir Samstag einkaufen gehen.

C: Mhm.

S: Und gleich einkaufen und jeden Tag oder jeden zweiten Tag im Supermarkt rennen.

C: Mhm, also mehr so einmal die Woche.

S: Ja.

C: Großeinkauf – gut, ähm, ist das Einkaufen koordiniert? Sprich, äh, wird sich abgesprochen innerhalb der Familie? Habt ihr einen Einkaufszettel? Eine App?

S: Nein.

C: Nein, Aber ihr geht meistens zusammen einkaufen?

S: Nicht wirklich.

C: Okay.

S: Einkaufen.

C: Das heißt, die Eltern kaufen für die Familie ein und entscheiden was gekauft wird!?

S: Ja.

C: Wenn sie dann im Supermarkt sind?

S: Ja.

C: Ok, ähm... gehst du oder geht ihr zwischendurch einkaufen? Sprich, nach der Schule, nach der Arbeit eben spontan oder mehr geplant?

S: Es ist öfters geplant.

C: Ok, Spontaneinkäufe eher nicht!?

S: Ja.

C: Gut. So, dann hab' ich dir was mitgebracht, ähm, die Ernährungspyramide kennst du schon. (Pause) Dann hätte ich gerne einmal von dir – ich hab' da die Felder ausgeschnitten und in Farbe – dass du deine eigene Ernährung als Pyramide auflegst. Unten sind die Dinge, die du ganz besonders oft isst oder trinkst und oben eher selten.

S: Ja.

C: Und achte darauf dass du wirklich, ähm, deine alltägliche Ernährung sozusagen, ähm, widerspiegelst. Da gib'ts auch kein Richtig oder Falsch – es muss nur passen.

(Pause bis 06:48; Geräusche von Karten, die verschoben werden)

C: Wenn du Fragen zu einem Feld hast, was das sein soll kannst du gerne fragen.

S: Mhm.

(Pause bis 08:06; Geräusche von Karten, die verschoben werden)

C: Die anderen Dinge kommen gar nicht vor?

S: Also...

C: Mhm.

S: Tee auch.

C: Mhm, passt. Käse, Pflanzenöle?

S: Die, ah, ich, auch nicht so oft.

C: Mhm, und das wären Gemüsesäfte.

Beide: Die nicht.

C: Okay, passt. Ähm... möchtest du noch ein bisschen was umordnen? Also dass etwas wirklich ganz selten ist? Dass das mehr eine Pyramide ist oder möchtest du's so lassen?

S: Ich mach das noch so um.

C: Mhm – ist beim ersten Mal nicht so einfach.

(Pause bis 09:04)

C: Okay.

S: Ja.

C: Zufrieden? Gut! Dann mach ich jetzt ein Foto davon.

(Pause bis 09:17)

C: Mhm... So, schau ma mal ob's noch aufnimmt... Ja, sehr gut! Dann möchte ich jetzt, äh, dass du mir einmal, äh, gesunde Ernährung auflegst, also was du denkst, was gesund wäre.

(Pause bis 09:40)

C: Wieder unten die Sachen die man häufig, ähm, essen oder trinken soll und oben eher selten.

(Pause bis 11:23; Geräusche von Karten, die verschoben werden)

C: Möchtest du das noch dazu einordnen?

S: Mh... die sind glaub ich schon enthalten in Tee und so.

C: Mhm. Ähm und den Gemüsesaft? (Pause) Du musst nicht! (Pause) Ja gut, dann mach ich wieder ein Foto (Pause). Muss mir nur dazuschreiben, welches Interview – hab ich vergessen! (Pause) So. Okay. Jap, kann man erkennen. Perfekt. Ähm... jetzt zeig ich dir das Foto von deiner Ernährung, ähm, schau's dir mal an, welchen Unterschied kannst du erkennen?

(Pause bis 12:48)

S: Also ich hatte ein paar gesündere Sachen in der zweiten Reihe von unten.

C: Mhm.

S: Und jetzt ist es umgekehrt und zum Beispiel Spaghetti, die waren zuerst ganz unten und jetzt sind die weiter oben.

C: Sprich das bedeutet in Bezug auf die Spaghetti?

S: Dass man sie weniger essen sollte.

C: Also, dass du denkst, dass man sie weniger essen sollte?

S: Ja.

C: Aber, dass du sie eigentlich häufiger isst!? Mhm, gut. Ähm... die oberste Reihe ist gleich, äh, unten auch fast. Die Milch hast du ein bisschen woanders hingegen und die Pflanzenöle auch.

S: Ja.

C: Mhm, warum?

S: Also, ich persönlich nehme nicht so viel Milch zu mir.

C: Mhm.

S: Ich vertrag das einfach nicht ganz gut.

C: Mhm.

S: Und die Pflanzenöle sind schon ein wichtiger Teil der Ernährung...

C: Mhm, gut. Ähm... Reis ist bei dir ganz unten, sprich das isst du häufig und bei der gesunden Ernährung hast du's eher so in der Mitte, das heißt Reis ist für dich im Vergleich zu Brot jetzt, zum Beispiel, das ist bei beiden unten.

S: Mhm, ich find das ist nicht so gesund.

C: Mhm... Okay, gut. Magst du sonst noch etwas dazufügen?

S: Und die Kartoffeln sind auch verschoben worden!

C: Mhm.

S: Und es heißt, dass man nicht zu viele Kohlenhydrate auch essen sollte.

C: Mhm.

S: Weil sie Dickmacher sind, glaub' ich.

C: Okay.

S: Ja.

C: Gut, das heißt deswegen die Kartoffeln nach oben!?

S: Ja.

C: Gut, ähm... das Wieso haben wir eigentlich schon. Eine Frage, nur weil du grad die Kartoffeln angesprochen hast, ähm, meinst du oder weißt du welches Lebensmittel mehr Kohlenhydrate hat? Das Brot oder die Kartoffeln, der Reis oder die Nudeln? Hast du dich damit schon beschäftigt?

S: Nicht wirklich.

C: Nicht wirklich, ok, gut. Das war noch zum Verständnis, von dem wie du es gelegt hast. Sehr gut, dann darf ich das wieder einsammeln für die Nächsten. Weiter geht's! (Pause; Karten werden weggelegt.) So, Moment... nimmt noch auf? Jap! Ähm, wie sieht dein Frühstück, Mittag-, Abendessen aus? Also das hatten wir am Anfang schon kurz, jetzt im Detail!

S: Mein Frühstück, also, ich hab' das jetzt eher umgestellt, weil früher bestand es eher aus Weißbrot und Wurst und so, aber jetzt mach ich mir eher Müsli, weil ich das gerne esse und mein Mittagessen da kocht eher meine Mutter und ich koch nur so ab und zu. Aber das versuch' ich jetzt auch eher gesünder zu halten und wenig Fett zu verwenden und mein Abendessen ist eigentlich fast wie das Mittagessen.

C: Mhm... Wenn du kochst und versuchst es gesünder zu halten – hast du gerade gesagt – mit weniger Fett!?

S: Ja.

C: Äh, was heißt für dich noch gesünder? Im Vergleich jetzt zu ungesünder?

S: Also ich esse auch weniger.

C: Weniger!?

S: Ja.

C: Okay, keine bestimmten Lebensmittel, die du weglässt oder dazu gibst?

S: Nein, aber halt beim Frittieren oder so da verwend ich jetzt nicht unbedingt das normale Sonnenblumenöl, da verwend ich eher Olivenöl oder so.

C: Okay, gut. Ähm... Welche Bedeutung haben die Mahlzeiten für dich? Wenn du jetzt an Frühstück, Mittag-, Abendessen denkst – ist das für dich wichtig, unwichtig?

S: Frühstück ist eigentlich schon wichtig, weil es gibt dir ja auch Energie für den Tag ich find das ist wichtiger als zum Beispiel Abendessen oder Mittagessen.

C: Mhm, gut. Ähm... Haben diese Mahlzeiten auch familiären Stellenwert?

S: Ne.

C: Nein, okay. Was heißt für dich gesunde Ernährung? Oder gute, schlechte Ernährung?

S: Gesunde Ernährung ist einfach, wenn man genug Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette zu sich nimmt.

C: Mhm.

S: Und dass man's nicht übertreibt.

C: Mhm, und gute beziehungsweise schlechte Ernährung?

S: Wenn man zum Beispiel zu viel Fett auch isst, dann schädigt das den Körper.

C: Okay und gut wäre im Vergleich dazu?

(Pause bis 17:50)

S: Muss ich jetzt überlegen!

C: (lacht)

S: (leise) Keine Ahnung...

C: Okay, wenn dir nichts einfällt, ist in Ordnung! Ähm... worauf achtest du bei deiner Ernährung?

S: Ich achte, dass ich mich wirklich ausgewogen auch ernähre und das ich jetzt nicht zu viel Fett oder zu wenig Fett...

C: Also du achtest vor allem auf den Fettgehalt!?

S: Ja.

C: Andere Nahrungsbestandteile auch?

S: Naja, zum Beispiel bei Süßwaren, da schau ich auch, dass nicht zu viel Zucker hineinkommt.

C: Mhm.

S: Ja.

C: Gut und warum achtest du darauf?

S: Weil's mir wichtig ist.

C: Okay... ähm, warum ist es dir wichtig?

S: Naja, Zucker – das ist halt – man könnte Diabetes davon bekommen oder Zuckerkrankheiten.

C: Mhm.

S: Und deswegen...

C: Also, dir geht's wirklich um deine Gesundheit?

S: Ja!

C: Mhm, gut... ähm... glaubst du ist deine Ernährungsform zukunftsfähig? Also so wie du dich täglich ernährst?

S: Nein.

C: Nein? Warum nicht?

S: Weil ich finde, ich könnte noch mehr daran arbeiten, dass es besser wird.

C: Mhm – besser für dich?

S: Ja.

C: Besser für die Umwelt?

S: Ja.

C: Okay. Wie informierst du dich über das Thema? Also Ernährung?

S: Ich schaue YouTube-Videos an.

C: (Lacht) Okay!

S: Darüber, und die Workshops helfen mir halt auch.

C: Mhm. Die Workshops sind von der Schule angeboten, gell?

S: Ja.

C: Ja, mhm, ist das so im Rahmen eines Wahlfachs, oder?

S: Nein.

C: Nein, einfach freiwillig? Ok, gut. Ist Ernährung ein Thema in deiner Familie? Wenn ja warum? Wenn nein warum nicht?

S: Also ich glaub nicht, dass es wirklich ein Thema in unserer Familie ist, weil es ist irgendwie... wir ernähren uns unterschiedlich.

C: Mhm, also ihr sprecht eher nicht miteinander darüber!?

S: Meine Mutter fragt schon ab und zu was wir essen wollen und manchmal kocht sie auch einfach so.

C: Mhm, okay. Ähm... machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung?

S: Schon.

C: Mhm.

S: Weil, wenn man zum Beispiel zu viel Rindfleisch isst, hab' ich hier auch gehört, dass da ein gewisser Stoff auch in die Atmosphäre kommt, aber ich weiß grad nicht wie der Stoff heißt.

C: Mhm. CO₂-Fußabdruck vielleicht?

S: Kann sein, ja.

C: Gut, ähm... sprich, du denkst da auch wirklich dann global?

S: Ja.

C: Die ganze Welt betreffend? Oder jetzt nur Österreich?

S: Nein, die ganze Welt.

C: Mhm, okay, ähm, und wie denkst du werden wir uns in Zukunft ernähren?

(Pause bis 20:58)

S: Das ist eine schwierige Frage. (Pause) Ich glaub schon, dass es vielleicht eher Dosen, ähm, Gerichte gibt oder so.

C: Mhm.

S: Weil die länger haltbar sind.

C: Also mehr auf Haltbarkeit ausgelegt.

S: Ja.

C: Mhm... glaubst du, dass, äh, die Form der Nahrung anders sein wird? Also abgesehen davon, dass es in der Dose sein wird, die, ähm, Verarbeitung sozusagen?

S: Mhhh.

C: Nein, also eh so wie jetzt!?

S: Ja.

C: Nur mehr auf Haltbarkeit?

S: Ja.

C: Und auf Dosen abgefüllt?

S: Ja.

C: Okay, gut. Das war's meinerseits, bitte den nächsten Schüler!

8.6.2 Interview Nr. 2 – Transkript

- C: Also, ich werde dir jetzt vertiefend zu dem Fragebogen, den du ausgefüllt hast, äh, ein paar Fragen stellen und du beantwortest die mir bitte nach bestem Wissen, es gibt kein Richtig, kein Falsch, erzähl einfach was dir einfällt und wenn du nichts mehr weißt oder auch so keine Antwort hast, dann einfach sagen, ok? Es kann sein, dass ich dir zwischendurch ein paar Zwischenfragen stell bezüglich Verständnis eventuell – einfach ganz normal antworten.
- S: Ja.
- C: Gut fangen wir an. Ähm, wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus – sprich wie oft isst du? Wann isst du und was isst du?
- S: Also ich ess' meistens in der Früh nichts weil ich im Stress bin vor der Schule, zu Mittag ess' ich in der Mittagspause.
- C: Mhm.
- S: Und abends nach dem Training ab und zu.
- C: Okay, ähm, am Wochenende ist das anders?
- S: Ja, am Wochenende Frühstück, Mittag ess' ich und am Abend ess' ich halt was anderes.
- C: Okay, was isst du da so normalerweise?
- S: Also wenn ich zu Hause bin schon etwas gesünder, aber bei der Schule bisschen ungesund.
- C: Okay! Jetzt geht's um deinen Fragebogen und zwar um die Frage 13. Das ist der Durchgang zwei, letzte Woche, und das war der erste Durchgang im November. Ähm, kannst du mir erklären warum du die Begriffe angekreuzt hast und, äh, vor allem warum beim 2. Durchgang weniger Kreuze sind?
- S: Ähm, beim ersten Durchgang hab' ich halt, da war ich noch ein bisschen dicker als ich jetzt bin.
- C: Mhm.
- S: Und beim zweiten hab' ich, also... ich mag, ich ess jetzt nicht mehr so viel Süßigkeiten und sowas, also Säfte trink ich auch nicht mehr so oft.
- C: Ok, also du hast deine Ernährung umgestellt und deswegen ähm ist beim zweiten Durchgang weniger angekreuzt. Gut, ähm, dann noch kurz schau'n, nein, ähm, was ist Regionalität für dich?
- S: Mhh... (Pause)
- C: Wenn du es nicht weißt, is' es auch okay, kannst es einfach sagen.
- S: Ich weiß es nicht.
- C: Okay, gut. Dann zur nächsten Frage, äh, warum hast du die Begriffe bei Nummer 15 angekreuzt beim ersten Durchgang? Bzw. beim zweiten Durchgang hast du gar nichts angekreuzt.
- S: Mhhh (Pause). Das weiß ich grad nicht.
- C: Sind dir die Begriffe, die du beim ersten Mal angekreuzt hast, bekannt?
- S: Ja.
- C: Weißt du was das ist? (Zeigt auf eine angekreuzte Antwort im Fragebogen)
- S: Ja.
- C: Kannst du's erklären?
- S: Ja, Bio ist... (Pause). Das sind Sachen, die nicht, also... die etwas gesünder produziert wurden.
- C: Mhm. Und Superfood?
- S: Und Superfood ist sowas wie... (Pause). Wenn man sich die ganze Zeit was bestellt.

C: Okay, gut und beim zweiten Durchgang hattest du das wieder vergessen?

S: Ja, ich hab das wahrscheinlich übersehen.

C: Oder übersehen. Okay, gut. Passt, das war's mit'n Fragebogen. Ähm... dann will ich wissen, wie findet das Einkaufen bei dir bzw. in eurer Familie statt? Wer kauft ein? Wann? Wie oft und wo?

S: Also meine Mutter kauft ein.

C: Mhm.

S: Also, meine Eltern sind geschieden und dann kauft halt meine Mutter ein. Ich geh ab und zu am Wochenende Semmeln kaufen und fürs Frühstück halt.

C: Wo kaufst du da die Semmeln für's Frühstück?

S: Beim Lidl.

C: Beim Lidl?

S: Ja

C: Okay.

S: Und wie oft? Äh... vielleicht einmal in der Woche...

C: Mhm.

S: ...geht meine Mutter einkaufen. Am Freitag.

C: Okay, ähm, Supermarkt oder?

S: Mhm.

C: Mhm.

C: Ähm, ist das Einkaufen koordiniert? Sprich gibt es einen Einkaufszettel, eine App, eine Absprache?

S: Ja, meine Mutter schreibt sich immer einen Zettel was sie alles braucht für's Essen.

C: Mhm.

S: Was sie kocht...

C: Spricht sie das mit dir ab, was gegessen wird?

S: Ja.

C: Okay, ähm... geht ihr oder gehst du zwischendurch einkaufen? Also während der Schule, nach der Schule, am Weg von der Arbeit – wenn's deine Mama ist?

S: Nein.

C: Nein, Also wirklich 1x die Woche Großeinkauf!?

S: Mhm.

C: Okay, gut. Dann hab' ich hier mitgebracht, äh, von der Ernährungspyramide, die du jetzt schon zwei Mal gesehen hast beim Fragebogen, äh, die Felder nur ausgeschnitten und dann hätte ich jetzt gerne von dir dass du mir einmal auflegst wie deine persönliche Ernährung aussieht. Ganz unten sind die Dinge, die du oft ist und ganz oben sind die Dinge, die du eher selten ist.

S: Soll ich jetzt auch eine Pyramide machen?

C: Ja, genau! Muss nicht unbedingt eine perfekte Pyramide sein (Pause) aber dass man wirklich erkennt was du wirklich häufig isst und was eher weniger.

S: Mh.

Pause bis 06:05

C: Und wenn du irgendwas nicht erkennst, kannst du mich gerne fragen.

S: Ja, was ist der Unterschied zwischen den drei?

C: Ähm, das ist glaub ich jedes Mal Wasser. Es ist nur relativ häufig dabei, weil es die Empfehlungspyramide ist die ich ausgeschnitten hab, das heißt es kommt öfter vor. (Pause) Kannst es aber auch nur einmal verwenden.

Pause bis 07:14; Geräusch von Karten, die verschoben werden

S: (nuschelt Unverständliches)

C: Mhm, richtig erkannt!

Pause, 08:09

C: Mhm, magst du's nochmal umstellen oder bist du so einverstanden? Unten die Dinge, die du häufig zu dir nimmst und oben das was eher selten ist.

S: Ja, das würde so passen.

C: Ja, gut. Dann mach ich jetzt ein Foto davon. (Pause) So, sehr gut! Und jetzt darfst du mir das Ganze noch einmal auflegen und zwar, äh, gesunde Ernährung. Also, was du denkst was gesunde Ernährung wäre in Form dieser Pyramide?

S: Also ganz vorn ist das Gesundeste.

C: Nein, also einfach unten was man häufig essen sollte oder trinken sollte und oben was man eher selten essen oder trinken sollte, ob links oder rechts ist egal, das hat keine Wertigkeit.

Pause bis 09:34; Karten werden verschoben

C: Magst du's vielleicht ein bisschen umlegen oder passt das so?

S: Das passt.

C: Also in der oberen Reihe magst du nicht noch differenzieren zwischen Dingen, die man häufiger essen soll als andere? Passt?

S: Ja.

C: Gut. So, nochmal ein Foto. (Kurze Pause) Ich zeig dir jetzt, ähm, das was du aufgelegt hast, was deine persönliche Ernährung ist, ähm, und du sagst mir bitte, ähm, ob dir Unterschiede auffallen und wenn ja äh warum es diese Unterschiede gibt.

Pause bis 12:07

S: Mh, ja das sind halt die Gesunden und oben die nicht so Gesunden.

C: Mhm und bei dir, bei deiner persönlichen Ernährung, ist das ja wirklich fast eine Pyramide und jetzt bei der gesunden Ernährung hast du eigentlich zwei Balken gelegt.

S: Ja.

C: Kannst du mir erklären warum?

S: Ähm, weil..., weil unten halt für mich das gesunde ist.

C: Und das hat alles den gleichen Stellenwert?

S: Ja.

C: Von Gesund?

S: Ja.

C: Mhm.

S: Und oben was man halt nicht so oft essen darf.

C: Und da gibt's auch eigentlich keinen Unterschied – etwas das man öfter oder weniger oft essen sollte!?

S: Mhm.

C: Okay, gut. Magst du noch etwas dazu sagen?

S: Mh.

C: Okay, passt. Dann, ähm, wie sieht dein Frühstück, Mittag- und Abendessen aus? Im Detail jetzt – also, wenn du frühstückst, was frühstückst du? Und dasselbe beim Mittagessen und Abendessen.

S: Also, Frühstück ess ich immer, wie gesagt, Semmeln und mit Gemüse also Paprika, ähm... also, Paprika schneid ich mir immer. Dann mach ich mir danach immer ein Joghurt mit Erdbeeren, Bananen und Müsli.

C: Mhm.

S: Und ja, also ich ess' generell nicht so viel in der Früh.

- C: Mhm.
- A: Mittagessen ess' ich meistens am Wochenende, wenn nicht mehr, also nicht mehr zu Hause bin, sondern irgendwas mache, ess' ich im Restaurant halt immer so ein Menü und Abendessen.
- C: Und was wäre bei so einem Menü meistens dabei? Was isst du da hauptsächlich?
- S: Kommt drauf an, auf das Restaurant.
- C: Okay, also es ist total unterschiedlich, mhm...
- S: Unterschiedlich, ja. Und Abendessen halt so eine Kleinigkeit. Halt einen Toast oder so.
- C: Mhm, warm, kalt?
- S: Warm.
- C: Warm, äh, unter der Woche, wenn du in der Schule bist, schaut das anders aus?
- S: Ja. Also, in der Früh vielleicht ein Kipferl oder so, aber sonst, also ich ess' fast gar nicht in der Früh.
- C: Mhm.
- S: Ähm, zu Mittag bisschen ungesund.
- C: Zum Beispiel?
- S: Burger King oder (Pause) McDonalds' was solche Fastfoodketten.
- C: Sprich, was in der Nähe von der Schule ist?
- S: Ja. Und am Abend hab' ich meistens fast jeden Tag Training, da ess' ich auch nur so eine Kleinigkeit, also ein so ein Müsli oder ein Toast.
- C: Mhm, ähm, weil du gesagt hast Training, ähm, hat das Einfluss darauf was du isst? Und wieviel du isst? Wenn du trainierst? Nein, okay, gut, ähm, (summt) dümdümdüm... Welche Bedeutung haben diese Mahlzeiten für dich? Frühstück, Mittag-, Abendessen?
- S: Soll ich jetzt die drei in eine Reihenfolge bringen, was mir am wichtigsten ist?
- C: Was dir am wichtigsten ist, warum's dir am wichtigsten ist, genau...
- S: Also für mich wär das Abendessen das wichtigste, weil es halt die letzte Mahlzeit ist vorm Schlafengehen.
- C: Mhm.
- S: Ähm, dann kommt das Frühstück, wenn man mit Hunger aufsteht und dann das Mittagessen.
- C: Ok, aber du hast jetzt selbst gesagt, dass das Abendessen meist eher nur eine Kleinigkeit ist.
- S: Ja.
- C: Und Frühstückessen, äh, Frühstück lässt du meist aus.
- S: Ja.
- C: Das heißt, sie sind vom Stellenwert ein bisschen anders, als du's meistens dann tust.
- S: Ja.
- C: Ähm...mhm. Gut. Hat das auch eine emotionale Bedeutung für dich? Frühstück, Mittag-, Abendessen? Eine familiäre Bedeutung?
- S: Mhh. (verneinend)
- C: Okay, gut, dann erklär mir mal, was heißt für dich gesunde Ernährung?
- S: Also, gesunde Ernährung heißt für mich, wenn ich jeden Tag aufstehe' und zum Frühstück, Mittag- und Abendessen etwas gesundes esse.
- C: Mhm.
- S: Also, zum Beispiel so wie in der Früh – Paprika aufschneiden, ein Müsli machen, ähm, ja...

C: Was wäre im Vergleich dazu ungesund?

S: Äh, wenn man aufsteht und von Kasten eine Chipspackung rausnimmt oder Schokolade oder...

C: Mhm.

S: Ja.

C: Gut. Und eine etwas ähnliche Frage, ähm, was ist gute bzw. schlechte Ernährung für dich?

S: Ähm, also wie gesagt, schlechte Ernährung ist für mich, wenn man sich etwa eine Chipspackung nimmt in der Früh und die zum Frühstück isst.

C: Mhm.

S: Oder zu Mittag jeden Tag zum Burger King geht.

C: Mhm.

S: Oder solche Dinge.

C: Okay, ähm, glaubst du, ist deine Ernährung zukunftsfähig?

S: Mhhh... nein.

C: Warum nicht?

S: Weil man, weil ich das sicher ändern kann, dass ich nicht jeden Tag Fastfood esse.

C: Mhm wie stellst du dir das vor, wenn du mal zum Beispiel arbeiten gehst, also nach der Schule?

S: Ähm, dass ich gesünder essen geh oder halt in der Arbeit wenn's was gibt.

C: Mhm, gut. Ähm, wie informierst du dich über das Thema, sprich Ernährung als Ganzes?

S: Ich versteh die Frage nicht.

C: Also wir ham ja jetzt das Thema Ernährung im Fragebogen und auch jetzt beim Interview... ähm, wenn du dich darüber informierst, wo bekommst du die Informationen her oder woher hast du das Wissen, das du bisher angehäuft hast zum Thema?

S: Ähm, also von meiner Mutter...

C: Mhm.

S: Und bei uns war so eine Ernährungsfrau und die hat uns auch die Ernährungspyramide gezeigt und wir haben sogar mal mit der Dame gefrühstückt. Da war auch so ein Müsli-Paprika-Orangensaft.

C: Also, die hat euch ein bisschen was zu gesunder Ernährung beigebracht sozusagen?

S: Ja.

C: Hast du dich schonmal privat mit dem Thema beschäftigt?

S: Nein.

C: Nein, ähm, ist Ernährung ein Thema in deiner Familie?

S: Ähm, nein.

C: Eher nicht, gut. Sprichst du nicht so oft mit deiner Mutter oder Geschwistern darüber?

S: Nein.

C: Gut, ähm, weißt du vielleicht warum's kein Thema ist?

S: Wir essen in der Früh gesund und deswegen reden wir glaub ich darüber nicht.

C: Okay.

S: Sonst fang ich das Thema nicht an.

C: Ok, ähm, machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung?

- S: Ähm, ja, weil ich glaub, dass... keine Ahnung, in 20 Jahren vielleicht nicht, ich meine, Burger King oder solche Fastfoodketten gibt sondern vielleicht essen wir Heuschrecken oder so.
- C: Mhm.
- S: Dinge, also, auf Insekten umsteigen. Ja.
- C: Hast du eine Idee, was es sonst noch für alternative, äh, Ernährungsmethoden gäbe? Nein?
- S: Nein.
- C: Okay, kannst du dir irgendwas Spezielles vorstellen? Wenn du dir jetzt was ausdenken müsstest, was du denkst, was gut wäre in der Zukunft?
- S: Vielleicht so Brötchen und Insekten drinnen.
- C: Mhm, okay, gut. Äh, wie denkst du werden wir uns in Zukunft ernähren? Wird's so sein wie jetzt? Wird's anders sein?
- S: Ich glaub, es wird anders sein.
- C: Inwiefern?
- S: Dass wir halt in Insekten umsteigen oder in andere Dinge.
- C: Ähm, umsteigen, im Sinne von, wir werden Insekten anstelle von was essen?
- S: Ähm, Knabberzeug oder...
- C: Also mehr so als Snack!?
- S: Ja.
- C: Mhm, gut. Ähm, magst du sonst noch was dazu sagen? Nein? Gut, dann sag ich danke und du kannst die nächste Schülerin holen! Danke!

8.6.3 Interview Nr. 3 – Transkript

- C: Gut, also wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus?
- S: Also, in der Früh ess' ich da eigentlich ein Joghurt, also mit Erdbeer oder auch Kakao, dann in der Pause ess' ich eigentlich nichts, weil ich kein Hunger hab. Zu Mittag, am Montag ess' ich zu Hause und am Dienstag, Mittwoch muss ich hier essen weil Nachmittagsunterricht hab und Donnerstag Freitag ess' ich auch zu Hause, meistens ess' ich da Salat aber auch manchmal Schnitzel und sonst am Abendessen ess' ich ein Brot mit Avocado.
- C: Mhm, ist das unter der Woche anders als am Wochenende?
- S: Ja, unter der Woche mach' ich's mir selber, also schnell so Brot oder Müsli und am, am Wochenende macht's meine Mutter so was Warmes.
- C: Mhm, zum Frühstück.
- S: Ja.
- C: Und Mittag, Abendessen ist am Wochenende auch anders?
- S: Mittag, nein, ist dasselbe, aber Abendessen ess' ich unterschiedlich also ja.
- C: Mhm ok, ähm, wann ungefähr esst ihr? Also wann ungefähr Frühstück, Mittag, Abendessen?
- S: Frühstück so um 7 Uhr, Mittag um 13 und Abendessen um 19.
- C: Und das ist unter der Woche und am Wochenende immer gleich?
- S: Ja.
- C: OK, ähm, dann zu deinen Fragebögen und zwar: Das ist der erste Durchgang und das ist der zweite Durchgang, es geht jetzt um Frage 13, „Welche Produkte kaufen Sie am häufigsten, wenn sie Lebensmittel einkaufen gehen?“. Ähm, kannst du mir erklären warum du die Sachen angekreuzt hast und vor allem, ähm, hast du ein Paar Unterschiede zwischen ersten und zweiten.
- S: Also, Obst hab' ich frisch ein, weil es mir schmeckt und gesund ist, Gemüse auch, ähm, ähm, dann hab ich Fertigprodukte. Da kauf ich auch Fertigprodukte, weil's schnell geht und ja, Süßigkeiten, ja, da kauf ich auch Knabbereien, da kauf ich auch, ja, eigentlich ess' ich eher so Schokolade und Gummizeug. Chips manchmal aber, ähm, dann trink ich Cola. Also Cola und Fanta, ja, manchmal aber ich sollte mehr Wasser trinken. Spaghetti, ja, meine Mutter kocht oft Spaghetti und Brot ess' ich, ja, dunkel und weiß unterschiedlich, aber meistens dunkel und weiß.
- C: Mhm gut, kannst du mir vielleicht erklären was Regionalität für dich ist?
- S: Also, in Österreich gibt's, äh... ist... gibt's jetzt... ist jetzt eine Region und da gibt's so spezielle Sachen, zum Beispiel in einem anderen Land gibt es andere also, zu Tradition zum Essen und so, ich weiß nicht ob das richtig ist.
- C: Wie gesagt, es geht nicht um richtig oder falsch. Also du verbindest Regionalität mit Kultur und Landesgrenze, also was sich auf ein Staatsgebiet beschränkt? Gut, was wär' für dich zum Beispiel was typisch regionales österreichisches im Vergleich zu einem anderen Land?
- S: Kaiserschmarrn.
- C: Kaiserschmarrn ok gut, ähm, dann Frage 15.
- S: Ja.
- C: Warum hast du diese Begriffe angekreuzt? Und vor allem sehe ich, dass du beim zweiten Mal mehr angekreuzt hast. Kannst du mir erklären warum?
- S: Ähm ja, also ähm, also weil ich, also in Biologie haben wir, sind wir das durchgegangen und daher kenn ich die Begriffe und weil vor, also, den ersten Test wusst' ich noch nicht alle, aber wie wir dann das Thema Ernährung durchgegangen sind, hab ich die gekannt.

- C: Mhm.
- S: Wegen dem Unterricht.
- C: Ok gut, sprich da kommt Regionalität vor, Bio hast du bei beiden und dann hast du nachher, nach, äh, quasi der Zusatzinformation durch den Unterricht noch das Mindesthaltbarkeits-datum und „frei von...“ diversen Stoffen. Ok gut, ähm, wie findet einkaufen bei dir bzw. bei eurer Familie statt? Wer kauft ein, wann, wie oft und wo?
- S: Also, ich und meine Mutter kaufen ein, also meine Mutter und ich kaufen meistens ein zusammen, äh, da machen wir also keine Einkaufsliste sondern nehmen was wir halt Lust haben und wir kaufen so zwei Mal in der Woche ein.
- C: Mh gut, also das heißt du hast gerade gesagt keine Liste, also kein Einkaufszettel, keine App, ähm, gehst du oder geht ihr zwischendurch einkaufen oder mehr geplant? Sprich nach der Schule, nach der Arbeit oder mehr geplant?
- S: Ja, mehr geplant.
- C: Mehr geplant, zwei Mal die Woche. Gut, ähm, dann hab' ich hier mitgebracht... Wir haben jetzt schon die Ernährungspyramide zweimal gehabt bei Fragebogen. Die hab' ich ausgedruckt und ausgeschnitten und hätte jetzt gerne von dir, dass du die einmal bitte deine eigene Ernährung auflegst. Unten sind die Dinge, die du häufig isst und oben sind die Dinge, die du eher selten isst. Wenn du Fragen hast, bitte fragen.
- Pause bis 07:52
- C: Schau nochmal was gibt... ja. Na gut, und jetzt bitte hinlegen und zwar so, dass du gesunde Ernährung darstellst, auch wieder unten die Dinge die man häufig essen und trinken sollte, oben das was man seltener essen sollte.
- Pause bis 10:19
- C: Gut, passt. Dann zeig' ich dir jetzt das Foto von deinem, deiner ersten eigenen Pyramide, ähm... gibt's Unterschiede und wenn ja welche?
- S: Ähm, nein, eigentlich nicht also, ähm, zum Beispiel der Käse, ähm... Unterschiede, ja... Käse, weil ich kein Käse mag, deswegen, aber es ist auf jeden Fall gesund.
- C: Ok.
- S: Ähm, Eier und, äh, mag ich auch nicht, aber das sollte man schon essen, deswegen probier' ich, also zum Beispiel, Palatschinken ess' weil da welche drinnen sind.
- C: Mhm.
- S: Ähm, ja... ja, sind schon paar Unterschiede. Zum Beispiel, ähm, eigentlich hab' ich jetzt Joghurt ganz nach oben gegeben, weil ich glaub, es ist gesund.
- C: Aber bei dir ist es eher weiter unten.
- S: Ja.
- C: Und zum Beispiel, wenn du dir die Spitze anschaust, wie es sein sollte und wie es bei dir ist?
- S: Ja.
- C: Magst du was dazu sagen?
- S: Also ich, ääh... ich bin, probier' nicht so viel Süßigkeiten zu essen und Fast Food, aber hier gibts nichts, ähm, wo ich anders, also, wo ich anders hingehen kann. Also am Mittwoch, Dienstag, ähm, da muss ich halt Fast Food gehen, deswegen ess' ich halt, ja, Pommes.
- C: Also, wenn du in der Schule bist geht's gar nicht anders sozusagen?
- S: Ja.
- C: Gut, ist sonst noch etwas was besonders auffällig ist? Ähm, Kartoffeln und Brot sind da auch woanders, bei deiner eigenen ist es ganz unten, sprich ganz häufig und...
- S: Ja, ich glaub, manchmal tu ich zu viel Brot essen, ich weiß jetzt nicht ganz genau ob das stimmt oder nicht, aber sowas wie ich ess' und Kartoffeln schon, weil Gemüse.

C: Gut, passt dann hätten wir das. Hoppla, das ist nicht gut, so, ähm, perfekt, äh wie sieht dein Frühstück, Mittag, Abendessen aus? Das hast du mir am Anfang schon ein bisschen erzählt, bitte nochmal im Detail!

S: Also, Frühstück ess' ich meistens ein Joghurt mit Erdbeeren oder Himbeeren, also mit Obst oder Cornflakes manchmal auch.

C: Ist das Obst frisch reingeschnitten?

S: Ja, frisch.

C: Naturjoghurt mit Früchten?

S: Ja.

C: Ok, gut.

S: Dann zum Mittagessen, also wie gesagt, ess' ich am Dienstag, Mittwoch Fast Food, aber zu Hause versuche ich, ähm, mich besser und gesünder ernähren als am Mittwoch und Dienstag. Deswegen esse ich manchmal Salat, manchmal aber auch Schnitzel und Spaghetti.

C: Mhm.

S: Und zum Abendessen ess' ich auch Cornflakes oder Brot, meistens mit Avocado weil's mir schmeckt.

C: Mhm, ok, und das wars. Ähm, welche Bedeutung haben die Mahlzeiten für dich?

S: Ähm...

C: Also, einerseits wie wichtig sind dir die Mahlzeiten und andererseits gibts da auch eine emotionale, familiäre Bindung?

S: Also, ich finde Frühstück, ist, sollte man essen, weil es ist die wichtigste Mahlzeit und, äh, so... äh, familiäre Bedeutungen haben eigentlich eher nicht.

C: Eher nicht?

S: Nein.

C: Ok, was heißt für dich gesunde Ernährung?

S: Gesunde Ernährung heißt für mich, Gemüse, Obst also Frisches, dann auch Fleisch, auch, ähm, auf jeden Fall so und, ähm, ja also, Gemüse und so.

C: Mhm

S: Und sonst...

C: Und was ist gute oder schlechte Ernährung?

S: Ähm, schlechte Ernährung, äh, Fast Food, Pommes, Burger, Süßigkeiten, Schokolade und...

C: Mhm, und gut wäre dann was?

S: Ähm, das Gegenteil, also Salat und Tomaten und ja...

C: Mhm.

S: Gemüse, Kartoffel...

C: Okay, ähm, worauf achtest du bei deiner Ernährung?

S: Also, bei meiner Ernährung, also, achte ich, dass es schon gesund, klappt aber nicht immer aber also gesund eher.

C: Und warum?

S: Also, es klappt nicht immer, weil ich dann Lust auf was Süßes habe, oder ja, auf Fast Food Lust hab, aber ja.

C: Aber wenn du jetzt zum Beispiel darauf achtest, äh, bei deiner Ernährung, auch jetzt bestimmte Dinge, warum achtest du darauf?

S: Ähm, ich achte darauf, ähm, weil ich mich gesund ernähren will und ja.

C: Für dein Wohlbefinden und Gesundheit?

S: Ja, genau.

C: Mhm. Glaubst du, dass deine Ernährungsform zukunftsfähig ist?

- S: Ähm, ich glaub schon.
- C: Ja?
- S: Ich glaub schon.
- C: Gut. Ähm, wie informierst du dich über das Thema Ernährung?
- S: Ähm, zum Beispiel im Biologieunterricht. Da können wir immer nachfragen, aber auch durchs Internet kann man auch viele Informationen, ja, kriegen und ja.
- C: Okay, ähm, wenn du's dann im Internet nachschaust, eher so spezielle Seiten, Videos, Blogs?
- S: Ja, Videos.
- C: Videos, YouTube?
- S: Ja.
- C: Ähm, ist Ernährung ein Thema in deiner Familie?
- S: Ja, also jeder in meiner Familie, also die meisten, wollen sich gesund ernähren und achten auch darauf, also, keine Süßgetränke, sondern Wasser und kein Fast Food, ja.
- C: Also, ihr sprecht auch öfter darüber?
- S: Ja.
- C: Okay, ähm, und warum, ach, also warum sprecht ihr darüber? Also, warum achtet ihr darauf?
- S: Also, auch für's Wohlbefinden, also gesund ernähren und ja.
- C: Aber es hat jetzt keinen speziellen Grund?
- S: Nein.
- C: Ähm, machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung?
- S: Nein, eigentlich nicht, weil ähm, ich glaub sie wird gleich sein, also manche Menschen werden sich gesund ernähren, aber manche auch nicht, also Fast Food essen.
- C: Ok, äh, und wie denkst du werden wir uns in Zukunft ernähren?
- S: Also, ja, die meisten Menschen mit Fast Food, aber auch manche, die sich gesund ernähren aber zum Beispiel wie heute, so, ja.
- C: Also, es wird kein großer Unterschied sein?
- S: Nein, ich glaub nicht.
- C: Ähm, auch nicht in der Herstellung oder in dem was wir essen?
- S: Doch, in der Herstellung kann sicher eine Veränderung sein, aber das, ja das weiß ich jetzt nicht.
- C: Ok, gut. Und dann hätt' ich noch eine letzte Bitte, ich muss nur schnell was nachschauen...
- Pause bis 18:40
- C: Ja, genau. Könntest du mir bitte ganz schnell aufschreiben, so einen Einkaufszettel, auch wenn ihr das nicht wirklich machts, wie so ein typischer Einkauf aussieht bei euch!?
- S: Soll ich auch Himbeeren oder Obst überhaupt schreiben?
- C: Wie du möchtest, was ihr häufiger kauft.
- S: Dann schreib ich Obst und dann eben was.
- C: Mhm.
- Pause bis 20:07
- C: Ähm, Mineralwasser?
- S: Ja.
- C: Kannst du's dazuschreiben? Danke, mhm.
- Pause bis 20:42

S: Das war's eigentlich.

C: Das war's?

S: Ja.

C: Super, danke. Dann hab ich eine Bitte und zwar kannst du den ersten beiden sagen sie sollen nochmal kommen? Bei denen hab ich das nämlich vergessen und denen sagen sie sollen die nächste Person schicken. Und, äh, frag bitte bei deiner Geschichtslehrerin nach, ob sie eh informiert ist oder ob sie mich nochmal sehen möchte wegen den Interviews!

8.6.4 Interview Nr. 4 – Transkript

- C: Gut beginnen wir und zwar wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus? Wie oft isst du, wann ist du und was isst du?
- S: Also meistens halt steh ich, also, in der Schule esse ich meistens hier beim Schulbuffet, kauf mir meistens so ein Brot mit Schinken, Käse und Gurken drin und auch Salat ist drin und auch Mozarellabrot mit Tomaten. Am Wochenende schlaf ich meisten bist 12 Uhr.
- C: Mhm.
- S: Und dann ess' ich halt meistens zwei Semmeln so mit Leberaufstrich oder, und Wurst.
- C: Mhm.
- S: Ja.
- C: Mittagessen?
- S: Ja, das Mittagessen hab' ich in der Schule, kommt drauf an was es in der Schulkantine gibt.
- C: Mhm.
- S: Heute hätte es, ähm, gebratene Berner mit Kartoffelbrei gegeben Aber, äh, Berner Knacker, aber weil wir heute auf Wanderschaft waren, hab ich vorher schon, äh, zwei Leberkäsemmeln gegessen.
- C: Okay, gut. Abendessen?
- S: Ja, also ich versuch meistens jetzt im Sommer werden's Melonen sein, Wassermelonen, aber auch ein, zwei Brötchen mit Wurst und Aufstrich.
- C: Und du hast gerade gesagt am Wochenende stehst du später auf, sprich, äh, verschiebt sich da Mittag-/Abendessen oder lässt du eines von beiden aus?

- S: Also eigentlich ist das mein Frühstück auch gleichzeitig mein Mittagessen.
- C: Okay.
- S: Aber Abendessen ist normal.
- C: Gut. Ähm, bezüglich deines Fragebogens und zwar Frage Nr. 13, das war der erste Durchgang im November, das war der zweite vor einer Woche, ähm, erklär mir mal warum du die Begriffe angekreuzt hast, die du angekreuzt hast und wie ich sehe jetzt letzte Woche hast du einige weniger angekreuzt. Kannst du mir sagen warum?
- S: Äh, wir arbeiten daran, dass ich halt ein bisschen abnehmen, weil ich bin ein bisschen zu dick.
- C: Wer ist wir? Wer arbeitet daran?
- S: Ich und meine Eltern, also hauptsächlich meine Mama.
- C: Okay.
- S: Also, wir schauen jetzt, dass wir nicht mehr so viele Süßigkeiten und so Säfte nehmen oder auch Chips, dass wir halt weniger nehmen.
- C: Okay.
- S: Und auch nicht so viele fettige Produkte nehmen, wie Pizza.
- C: Okay, sprich, äh, was gleichgeblieben ist, sind Obst und Gemüse frisch. Trotzdem noch Knabbereien.
- S: Ja, ab und zu.
- C: Aber keine Fertigprodukte, ähm, die Säfte sind auch noch geblieben, Softdrinks auch noch.
- S: Cola.
- C: Cola und, äh, Brot.

S: Ja.

C: Also das dunkle Brot.

S: Ja.

C: Sonst. Teigwaren seh' ich ist weggefallen, Weißbrot...

S: Wir kaufen schon ab und zu mal Teigwaren, aber wir haben schon so viele, dass wir jetzt nicht mehr brauchen.

C: Pause eingelegt?

S: Ja

C: Süßigkeiten seh' ich, habt ihr anscheinend weggelassen.

S: Ja, also früher hab' ich mehr gegessen, heute bin ich nicht so ein Schokofan.

C: Okay, gut. Ähm, dann, ähm, noch eine Zwischenfrage. Was ist Regionalität für dich?

S: Also wenn's halt im Umkreis von 30km angebaut wird.

C: Mhm.

S: Und das halt dann auch frisch von dort kommt und ohne Pestizide und so.

C: Okay, gut. Äh, Frage Nr. 15; ebenfalls erklären warum du das angekreuzt hast. Ich sehe im ersten Durchgang hast du, bis auf eines, alles angekreuzt und beim zweiten Mal hast du sogar wirklich alles angekreuzt.

S: Äh, ich hab' eine Doku angeschaut von Galileo und da hab ich den Begriff dann gehört.

C: Okay, der Begriff war Super Food?

S: Ja.

C: Kannst du mir erklären was das ist?

S: Öhm, ich glaub, das ist so schnelle Energielieferant, der schnell fit macht.

C: Mhm.

S: Und ja und der halt länger anhält.

C: Mhm.

S: Diese Wirkung.

C: Und die anderen Begriffe kennst du auch? Regionalität hast du mir gerade erklärt. Bio?

S: Das ist halt, wenn keine Pestizide da sind und gleich so wie's dort angepflanzt wird auch gegessen wird.

C: Aha.

S: Oder keine Chemikalien sind.

C: Mhm. Mindesthaltbarkeitsdatum?

S: Wie lange man es halten darf, bevor man's weggeben, bevor's abläuft, bevor's schlecht wird.

C: Gentechnik bzw. gentechnikfrei?

S: Also, dass das halt ohne irgendwelche Versuche da gemacht worden ist, dass eine grüne Karotte nicht blau ist oder so.

C: Mhm. Frei von Laktose, Gluten, Zucker und ähnliches?

S: Laktose weiß ich, dass das Milchzucker ist, Aromen sind auch oft in Chips dabei und Gummibärchen und ja.

C: Frage oder noch was dazu? Mhm. Gütesiegel, Biosiegel kennst du welche?

S: Da, AMA Gütesiegel kenn ich, zählt auch dieses Ja-Natürlich? Ja, das kenn ich auch, dann dieses Zurück zum Ursprung von Spar kenn ich auch, ja.

C: Okay, also prinzipiell weißt du, was das ist. Freiland/Bodenhaltung sagt dir auch was?

S: Das halt die Hühnchen nicht in Käfigen, Brutkästchen gehalten werden, sondern halt frei herumlaufen können und die Eier in ihre Nester legt.

C: Weißt du auch was der Unterschied zwischen Bodenhaltung und Freilandhaltung ist?

S: Mhh, na das weiß ich leider nicht.

C: Okay, na is kein Problem. Und Zusatzstoffe? E-Nummern? Hast du auch angekreuzt.

S: Also ich hab' sie oft gelesen.

C: Aber wirklich so was es ist, weißt du nicht? Aber du kennst sie von den Inhalten. Okay, d.h. du schaust dir auch oft die Inhaltstoffe an bei Lebensmitteln. Gut, das wars zum Fragebogen. Soda. Ähm... Wie findet einkaufen bei dir in eurer Familie statt? Wer kauft ein? Wann? Wie oft und wo?

S: Also, meistens kaufen ich und die Mama ein.

C: Mhm.

S: Und, also, kommt drauf an, wahrscheinlich wenn wir heute einkaufen gehen, weil morgen ein Feiertag ist und dann aber meistens gehen wir am Freitag einkaufen, das wir halt übers Wochenende haben und dann geh ich halt ab und zu mal zum Billa Brot holen oder einen kleinen Aufstrich oder bisschen Gemüse oder Obst, aber den größten Einkauf haben wir so am Freitag immer.

C: Also ihr macht meistens einen Wocheneinkauf.

S: Ja.

C: Und dann ab und zu zwischendurch.

S: Ja, je nachdem was man braucht.

C: Gehst dann nur du, nachdem was du brauchst oder kauft deine Mama auch zwischendurch ein?

S: Nein, ich geh meistens für die Mama.

C: Okay, sehr brav! Ähm, ist das Einkaufen koordiniert, habt ihr einen Einkaufszettel, eine App? Besprecht ihr was ihr einkaufen werdet?

S: Also, wir schauen halt meistens, naja eigentlich gehen wir, schauen wir kurz nach Hause und schauen ob was fehlt oder wir gehen gleich zum Billa und kaufen ein.

C: Mhm, mhm.

S: Ja.

C: Also keine Liste, ähm, zwischendurch war der Plan. Passend dazu hätte ich gerne, dass du mir einen Einkaufszettel schreibst, was ihr so bei einem typischen Einkauf einkauft. So wenn ihr jetzt zum Beispiel heute einkaufen geht, was würdet ihr da einkaufen?

Pause bis: 09:20

C: Wenn dir nichts mehr einfällt ist's okay.

Pause bis 09:32

C: Super, danke schön! Dann ist die nächste Aufgabe: Ich hab hier von der Ernährungspyramide die auch schon auf euren Fragebögen drauf war, die Felder ausgeschnitten und hätte gern, dass du mir einmal auflegst ein Pyramide von deiner eigenen Ernährung, alles was unten ist, isst du häufig und alles was oben ist, isst du eher selten. Ok?

Pause bis 12:20

S: So

C: Okay, sehr gut. Das ist deine Ernährung. Unten das, was du oft isst und oben das, was du selten isst. Ja?

S: Mhm.

C: Möchtest du was umstecken noch?

S: Was ist das da?

C: Tomatensaft, Gemüsesaft. Weil es gibt, äh, Obstsäfte und es gibt Gemüsesäfte. Okay, passt. Gut. Dann mach ich jetzt ein Foto davon. So, und jetzt hätt' ich gerne dass du eine Pyramide legst von gesunder Ernährung. Unten das, was man oft essen soll und trinken soll und oben das, was man nicht so oft essen soll

Pause bis 14:20

C: Zufrieden?

S: Jo.

C: Ja, gut. Dann mach ich ein Foto. Gut. Und jetzt zeig ich dir das Foto von deiner eigenen Ernährung und du schaust bitte ob's einen Unterschied gibt oder mehrere und wenn ja welche und warum.

S: Ähm, Gemüse ist weiter oben.

C: Mhm.

S: Weil ich zu wenig esse und Eier und Mayonnaise, weil ich fast gar nichts esse

C: Ok, schmeckt's dir nicht?

S: Ich bin nicht der Eierfan.

C: Okay.

S: Und...

C: Und die Untere Reihe? Das was du häufig isst und trinkst!?

S: Das ist (unverständlich).

C: Aber auch relativ weit unten, mhm. Süßigkeiten, zum Beispiel?

S: Ja, die sind ganz schlecht.

C: Sind bei dir recht weit unten.

S: Ja.

C: Ja, aber prinzipiell glaubst du, oder findest du, dass es bei einer gesunden Ernährung ganz oben sein sollte!?

S: Ja.

C: Ja, gut.

S: Weil's schlecht ist. Ähm...

C: Weißt du, warum's schlecht ist? Oder warum glaubst du, dass es schlecht ist?

S: Weil es sehr viel Zucker hat oder weil man den Zucker nicht verbrennt, weil dann speichert das der Zucker in Fett.

C: Mhm, okay.

S: Ja.

C: Möchtest du sonst noch was dazu sagen?

S: Na.

C: Na, passt. Gut, dann die nächste Frage. Ähm, Wie sieht dein Frühstück, Mittag-, Abendessen aus? Also ein bisschen was hast du schon erzählt, ein bisschen im Detail erzählt.

S: Also, wenn ich mit den Eltern esse am Sonntag ist mein Frühstück meistens besteht aus Frankfurtern mit so frischen Gebäck, Semmel oder Kornspitz.

C: Mhm.

S: Und mit Aufstrich, mit Leberpastete oder so Kräuteraufstrich.

C: Mhm.

S: Mit Wurst.

C: Mhm .

S: Und Tomaten oder Gurken dazu. Käse dazu und meistens ein Tee.

C: Okay und unter der Woche?

S: Unter der Woche ist halt meistens das gleiche wie, da ist meistens ein Vollkornbrötchen mit Schinken, Käse, Salat und Gemüse.

C: Okay, Mittagessen?

S: Also, das Mittagessen ist unter der Woche halt, kommts halt drauf an, was will ich gern haben. Also es ist eigentlich sehr verschieden, aber zu Hause eigentlich auch recht verschieden. Manchmal gibt's Lasagne manchmal Kartoffelpüree.

C: Ja, also abwechslungsreich. Ja und Abendessen?

S: Da schau ma, dass wir nicht so viel essen meistens. Vielleicht ein Brot oder halt meistens ist dem Sommer über Melonen.

C: Also eher kalt auch?

S: Ja.

C: Ja, ähm, welche Bedeutung haben die Mahlzeiten für dich? Gibt's welche die wichtiger sind als andere? Hat's einen familiären, emotionalen Stellenwert?

S: Eigentlich keine.

C: Frühstück, Mittag-, Abendessen sind gleichbedeutend?

S: Ja.

C: Ok, was heißt für dich gesunde Ernährung, gute/schlechte Ernährung?

S: Dass man wenige nicht fettige Sachen isst, ist gesund; dass man wenige Süßigkeiten isst, dass man nicht so viel Chips isst. Nicht zum Beispiel Burger King geht oder so. Und dass man mehr auf Gemüse achtet, mehr Obst isst und auch so leichte Sachen wie Joghurt oder so.

C: Das wäre jetzt gesunde, gute Ernährung?

S: Ja.

C: Und schlechte Ernährung?

S: Das wären zum Beispiel die Burger, die dann wär' glaub ich Süßigkeiten, Chips, was gibt's noch? Also alles fettiges oder so Sachen.

C: Mhm. Worauf achtest du bei deiner Ernährung? Und warum?

S: Also, ich pass' schon auf, dass ich nicht so viel fettiges esse. Ich muss auch abnehmen. Um auch, mein Traumberuf ist Pilot und ich möchte abnehmen.

C: Schön, okay.

S: Ja.

C: Und du meinst, als Pilot muss man eine gewisse Figur haben?

S: Ja, sonst würde man ja nicht ins Cockpit passen.

C: Okay. (Lacht) Okay, gut. Ist deine Ernährungsform zukunftsfähig? Also, so wie du dich jetzt ernährst, hat das Zukunft?

S: Nein. Also es werden halt immer mehr Menschen dicker, aber ich werd's nicht empfehlen. Weil ist's schlecht.

C: Schlecht, warum?

S: Weil man halt nicht so gut in Sport ist, dass man weniger Ausdauer hat und wenn man nicht aufpasst, kann man Herzinfarkt kriegen.

C: Also wirklich gesundheitliche Probleme. Mhm. Wie informierst du dich über das Thema Ernährung?

S: Ähm, wir haben über Biologie, also, Biologie haben wir jetzt viel gelernt.

C: Aus der Schule?

S: Ja Schule, sonst.

C: Privat schaust du was nach, im Internet oder Fernsehen?

S: Eigentlich nicht.

C: Eigentlich nicht, okay. Ist Ernährung ein Thema in deiner Familie?
Und wenn ja warum? Wenn nein warum nicht?

S: Ja, weil wir müssen alle abnehmen bisschen.

C: Okay.

S: Ja, aber und ja, wir haben ein bisschen zu viel.

C: Also ihr habt das gemeinsame Ziel abzunehmen, euch gesünder zu ernähren?

S: Ja.

C: Unterstützt ihr euch auch gegenseitig?

S: Ja.

C: Machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung?

S: Ja, dass ich halt nicht zu viel Süßes esse, oder nicht zu viel Chips esse, oder Fettiges und mehr Gemüse und Obst, also.

C: Also, für deine persönliche Zukunft, und jetzt allgemein gesehen? Auch oder eher nicht?

S: Na, eher nicht.

C: Eher nicht... und wie denkst du werden wir uns in Zukunft ernähren?

S: Ich denk, das wird in den Magen teleportiert.

C: In den Magen teleportiert?

S: Das wird dann so ein Brei hineinteleportiert Also, ein Brei, der wird dann gar nicht mehr aufgenommen über den Mund, sondern so wie in einer Mikrowelle aufgelöst und dann gleich im Magen ist.

C: Also so mit Teleportation wie man es aus Star Trek kennt?

S: Oder so kleine Pillen, das sind dann so ganze Menüs.

C: Und die füllen dann auch den Magen aus gleich? Oder bleiben die kleine Pillen?

S: Die bleiben dann kleine Pillen, aber man hat das Gefühl man hätte was Großes gegessen.

C: Also Sättigungsgefühl und auch Nährstoffe und alles wird durch die Pille geliefert!?

S: Ja.

C: Wann glaubst du circa, dass das soweit sein wird? Hast du eine Idee?

S: 2100, 2050 vielleicht

C: Ok gut, wunderbar. Das wars, danke schön. Dein Soll ist erfüllt.

8.6.5 Interview Nr. 5 – Transkript

- C: Okay – also ich habe Fragen an dich. So. Genau. Wir fangen an. Ähm, wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus? Also wie oft isst du, wann isst du und was isst du?
- S: Drei Mal am Tag; Frühstück, Mittagessen und Abendessen und zwischendurch Snacks.
- C: Und das jeden Tag?
- S: Ja.
- C: Egal ob unter der Woche oder Wochenende?
- S: Egal.
- C: Okay, ähm, immer zu geregelten Zeiten? Immer die gleichen Zeiten?
- S: Nein.
- C: Unterschiedlich... ungefährer Zeitrahmen?
- S: Äh, Frühstück um 08:00 Uhr. Also, Frühstück ist immer fix eigentlich.
- C: Okay und Mittagessen? Ca. von wann bis wann?
- S: Ähm, 13:00 – 14:00 Uhr.
- C: Und Abendessen?
- S: Eher um 19:00 oder 20:00 Uhr
- C: Okay, gut. Ähm... das nächste bezieht sich auf deinen Fragebogen oder deine beiden Fragebögen besser gesagt.
- S: Ja.
- C: Das wäre der erste und zwar hama da die Frage Nr. 13 und auch beim zweiten die Frage Nr. 13. Ähm... erklär mal warum du die Begriffe angekreuzt hast, ich schau jetzt ob es irgendwelche Diskrepanzen gibt, aber bei dir war das ziemlich einheitlich. Da, beim zweiten Durchgang hast du ein bisschen weniger angekreuzt.
- S: Ja.
- C: Also, kaufen sie in letzter Zeit mehr Gemüse. Okay...
- S: Ja.
- C: Und die Dinge, die hier fehlen und beim ersten Durchgang noch angekreuzt waren?
- S: Mh...
- C: Oder was hier dazugekommen ist zum Beispiel?
- S: Teigwaren ist dazugekommen.
- C: Na, die sind weggefallen.
- S: Aja.
- C: Das ist der zweite Durchgang. (Schülerin zeigt auf den richtigen Begriff) Mhm, Brot.
- S: Also, ich, wir versuchen, also ich versuche gerade vegan zu leben aber...
- C: Okay.
- S: Aber ich versuche es.
- C: Okay, das heißt also Eier und so Dinge versuchst du wegzulassen!?
- S: Ja.
- C: Mh, spannend. Ähm... warum unbedingt vegan?
- S: Weil so, wollt's ausprobieren.
- C: Mhm.

S: Wollte probieren ob es mir gelingt oder nicht.

C: Aber du bist keine Vegetarierin?

S: Nein.

C: Der Sprung von Mischkost zu vegan war für dich schwer?

S: Ja.

C: Ja. Okay, gut hast du es bis jetzt durchgehalten oder bist du schon schwach geworden?

S: Eine Woche hab' ich bis jetzt.

C: Eine Woche, nicht schlecht! Ähm, dann hab' ich noch die Frage, was ist Regionalität für dich?

S: Es kommt aus dem Land also Österreich. Wenn ich, zum Beispiel, ich als Österreicherin kaufe Obst und da steht regional, dann kommt's aus Österreich.

C: Okay, dann äh... Frage Nr. 15 auf den Fragebögen. Ebenfalls, warum hast du diese Begriffe angekreuzt? Ähm... da ist beim zweiten Durchgang viel mehr zum Beispiel angekreuzt.

S: Ja, wir waren in einem Workshop, da haben wir Wörter halt erklärt bekommen.

C: Okay, d.h. dir war mehr bekannt beim zweiten Durchgang!?

S: Ja.

C: Okay, gut. Ähm... gut, das war's zu den Fragebögen.

S: Ja.

C: Sehr gut. Ähm... wie findet eigentlich einkaufen bei dir bzw. in eurer Familie statt? Wer kauft ein? Wann? Wie oft? Wo?

S: Ähm, wir kaufen... wir kaufen Obst und Gemüse eher auf einem Bauernhof ein.

C: Mhm.

S: In Niederösterreich, aber sonst die anderen Produkte kaufen wir im Supermarkt ein und das macht die Mama oder manchmal die Angestellte, die wir haben.

C: Mhm... Und das Gemüse und Obst vom Bauernhof, fahrt ihr da extra raus?

S: Ja, wir fahren da extra raus.

C: Also, ihr kriegt's das nicht geliefert?

S: Nein.

C: Okay, ähm... wie ist bei euch das einkaufen koordiniert? Habt ihr einen Einkaufszettel, eine App?

S: Nein, wir... also, wir kaufen ein, was wir jetzt nötig haben, also nötig, jetzt brauchen fürs Essen. Also, wir gehen jeden Tag einkaufen, halt fürs Essen, was wir brauchen.

C: Okay. Ähm und wenn zum Beispiel nicht deine Mutter einkaufen geht, sondern die Angestellte, die ihr habt?

S: Ja.

C: Sagt deine Mutter ihr dann, was sie kaufen soll? Oder macht sie das selbstständig?

S: Sie fragt uns einen Tag davor was wir essen wollen.

C: Okay und kauft dann nach dem ein?

S: Ja.

C: D.h. sie wird sich im Moment auch daranhalten, dass du vegan essen möchtest.

S: Ja.

C: Okay, ähm... geht ihr so zwischendurch einkaufen oder ist das immer geplant?

S: Zwischendurch.

C: Zwischendurch, deswegen auch täglich?

S: Ja.

C: Also, so große Wocheneinkäufe machts ihr schon auch oder?

S: Wir machen das so bei Festen, weil wir Leute haben.

C: Wenn ihr Besuch bekommt, gut. Also, dann hab ich hier mitgebracht, äh... kennst du jetzt schon vom Fragebogen... die Ernährungspyramide, nur halt ausgeschnitten.

S: Mhm.

C: Und dann hätt' ich gern von dir, dass du einmal bitte deine eigene Ernährung auflegst, also wie du dich ernährst. Wobei du, äh, unten Sachen hinlegst, die du häufig isst.

S: Ja.

C: Und oben Sachen, die du weniger oft isst, okay?

S: Okay.

C: Ich tu dir das so jetzt ein bisserl auseinander. Ist nicht so einfach, genau. Wenn du irgendwas nicht erkennst, kannst du gerne fragen, ja?

S: Ja.

Pause bis: 11:06

C: Dann hätte ich jetzt gerne, dass wir uns das (Anm.: „gesunde“ Ernährung) gemeinsam anschauen im Vergleich zu deiner eigenen Ernährung.

S: Mhm.

C: Und dass du mir ein bisschen was zu den Unterschieden sagen kannst.

S: Also, ähm... wir essen also, Reis essen wir halt öfters.

C: Mhm.

S: Mit Fisch.

C: Mhm.

S: Und ich trinke öfters jetzt Tee, ich trinke keinen Saft mehr.

C: Mhm.

S: Und Wasser halt wegen Tee und die Snacks sind öfter bei mir Obst oder Gemüse.

C: Trinkst du den Tee mit Zucker oder...?

S: Mit Honig.

C: Aber sonst auch Wasser?

S: Ja.

C: Mhm, ok.

S: Ähm, (unverständlich), weil die werden, äh, fetten Fisch ja ein.

C: Mhm.

S: Braten?

C: Zum Kochen also.

S: Jaja, ähm... Paprika, Bananen und Fisolen. Haben wir auch öfters in unseren Essen. Obstsalat auch oder halt so frisch. Und sonst Apfelsaft. Ich habe' da gedacht so wegen dem, wegen Smoothies halt.

C: Mhm, ja stimmt Smoothies sind bei der Ernährungspyramide jetzt so nicht wirklich drinnen.

S: Genau.

C: Aber du kannst ja... man kann's so sehen, auf jeden Fall, Fruchtsäfte in allen Varianten.

S: Ja, mhm. Zum Frühstück und Tomatensaft. Öhm ich muss, ich werde halt gezwungen Tomatensaft zu trinken bei meiner Oma.

C: Okay und die siehst du regelmäßig?

S: Ja.

C: Okay.

S: Die hat eh einen eigenen Tomatensaft.

C: Okay, macht sie den selber?

S: Ja.

C: Ahja. Ähm... Süßigkeiten sind so häufig wie die Tomaten.

S: Zwischendurch. Zwischendurch, weil wenn nix gescheites zu essen.

C: Mhm, okay und dass du von zu Hause eine Jause mitnimmst? Kommt eher selten vor oder?

S: Kommt eher selten vor.

C: Okay.

S: Spaghetti, Nudeln... Ja, so...

C: Auch eher selten und Eier?

S: Mag ich keine Eier.

C: Fleisch, Käse... okay und da du dich ja jetzt vegan ernährst sind die ja jetzt ganz oben, weil...?

S: Ich mag auch keinen Käse.

C: Okay.

S: Bei Fleisch spür ich irgendwie die Fasern und das schmeckt mir nicht.

C: Okay, also ist es jetzt für dich gar nicht so schlimm dich umzustellen?

S: Nein.

C: Da eh viele Dinge wegfallen, die du nicht magst. Gut. Ähm, jetzt bei gesunder Ernährung. für die Allgemeine hast du's ein bisschen anders gelegt.

S: Ja.

C: Ich seh' z.B., dass da Eier und Brot und Fleisch schon in der zweiten untersten Reihe sind.

S: Äh, Eier wegen den Proteinen.

C: Mhm.

S: Und dann halt ganzes Gemüse und Obst als Obstsorten.

C: Mhm.

S: Reis hab' ich gehört ist sehr wichtig.

C: Mhm.

S: Ähm...

C: Weißt du auch warum?

S: Ich weiß nicht, welche Vitamine es is, es ist auch für Ballaststoffe wichtig.

C: Kommt auf die Reissorte an, aber ja, mhm.

S: Ich hab' so gehört, dass es wichtig ist.

C: Jaja, es gibt kein richtig oder falsch, was du weißt, sag. Ja?

S: Fisch ist auch ein bisschen, weil Vitamin A, D glaub ich. Nein... oder... nein.

C: Weiß ich jetzt auch gerade nicht.

S: Vitamin D!

C: Omega-3-Fettsäuren. Kommt auch auf den Fisch an. Ich mein, natürlich sind Vitamine auch irgendwo enthalten, haben wir im Fleisch ja auch. Im Fleisch sind's welche? Weißt du das? Was das

typische Fleischvitamin ist? Wo eben gerade Veganer und Vegetarier aufpassen müssen?

S: Das Vitamin. F? Nein.

C: Fast.

S: E?

C: Nein.

S: Okay, vergess' ich's.

C: B12. Das B12-Vitamin ist ein Vitamin, das eigentlich nur in Fleisch vorkommt. Ähm... und grad' wenn man vegan lebt, muss man da eben aufpassen...

S: Mhm.

C: ..., dass man da eben keine Mangelerscheinung bekommt. Also wenn du dich jetzt vegan ernährst, ähm, warte einmal, ich muss schauen ob das nicht eh auch eine Frage ist... da kommen wir noch dazu, aber ich behalt das im Hinterstübchen. Gut. Äh, und sonst, ähm, ist es relativ ähnlich. Was jetzt so wirklich, ähm, groß ins Gewicht fällt ist, dass du die Süßigkeiten bei gesunder Ernährung ganz oben hingetan hast, mit gleich darunter gefolgt Mayonnaise und Käse und bei deiner eigenen Ernährung hast du eben ganz oben den Käse und die Eier sind dann gleich darunter und die Süßigkeiten isst du sogar häufiger als Eier und Käse.

S: Ja.

C: Okay gut ähm magst du noch was dazu sagen?

S: Eigentlich nicht.

C: Okay, gut dann war's des. Mhm. Dann weiter zur nächsten Frage! Ähm, wie sieht dein Frühstück, Mittag-, Abendessen aus? Also, da geht's jetzt darum was du isst.

S: Ah, zum Frühstück haben wir jetzt öfters Schwarzbrot.

C: Mhm.

S: Oder eher Dinkelbrot.

C: Mhm.

S: Und mit Aufstrichen selbstgemachten.

C: Wer macht die?

S: Die Angestellte aber...

C: Okay. Also keine gekauften?

S: Nein. Ähm und dazu haben wir dann auch Tomaten, Tomatensalat, also verschiedene Salatsorten und manchmal haben wir auch Obstsalat als Salat.

C: Mhm, gut. Mittagessen?

S: Mittagessen ist verschieden, manchmal sind wir in Restaurants zu Mittag.

C: Wann? Zu speziellen Anlässen oder...?

S: Wenn wir einfach keine Zeit, weil keine Zeit haben.

C: Mhm, okay.

S: Und sonst... Abendessen... es ist eher gering das Essen, also nicht so viel wie zu Mittagessen, sondern eher weniger.

C: Aber warm?

S: Warm, ja.

C: Mhm.

S: Suppe zum Beispiel.

C: Okay, ähm... deine Mama ist wahrscheinlich berufstätig!?

S: Ja.

C: Hat sie deswegen... und hat deswegen wahrscheinlich die Angestellte?

S: Ja.

C: Damit ihr gut versorgt seid. Okay, gut. Nur damit ich mich auskenn'. Welche Bedeutung haben die Mahlzeiten für dich? Hat sie mehr Bedeutung als jetzt sich nur zu ernähren? Gibt's da emotionalen Bezug? Wichtig in der Familie?

S: Nein, eigentlich nicht.

C: Nicht, okay. Also, es kann auch vorkommen, dass ihr jetzt z.B. Mittagessen ohne die Mama habt?

S: Ja.

C: Ja, ist aber nicht dramatisch?

S: Nein.

C: Gut. Ähm... was heißt für dich „gesunde Ernährung“?

S: Wie gesagt, Obst, Gemüse, ähm, also mehr... Proteine halt... von jedem, von Kohlenhydraten muss man nehmen, von Proteinen muss man nehmen und von den Fetten auch ein bisschen.

C: Mhm, also ausgewogene Ernährung.

S: Ja.

C: Mhm. Hast du da schon was gehört, ähm, was so empfohlen wird? In welcher Zusammensetzung?

S: Ähm, Proteine werden für Muskelaufbau benötigt.

C: Mhm.

S: Kohlenhydrate für... man wird eher, man bekommt Energie von Kohlenhydraten.

C: Mhm.

S: Von bei Fetten, da gibt's pflanzliche und tierische Fette.

C: Welche sind besser?

S: Die pflanzlichen.

C: Kommt eben sehr drauf an.

S: Also, z.B. die, das Fischfett, die...

C: Ja?

S: Omega3 Fettsäuren sind auch gute Fette, aber sind halt tierisch, aber prinzipiell kann man sagen, pflanzliche Fette sind die besseren.

C: Weißt du warum?

S: Äh, Fette also, im Winter brauchen wir sehr viel Fett.

C: Mhm.

S: Wegen unser Körper warmgehalten wird.

C: Mhm, so war's evolutionär gesehen.

S: Ja.

C: Heute haben wir unsere dicken Daunenmäntel, Gott sei Dank. Gut. Äh, was ist schlechte Ernährung? Oder ungesunde Ernährung?

S: Jeden Tag zum Mc Donalds oder Burger King zu gehen.

C: Okay, also viel Junkfood essen.

S: Ja.

C: Mhm. Und in Bezug, z.B. auf die Fette? Hast du da schon was gehört? Was ist jetzt der Unterschied zwischen, äh, Fett, das in Junkfood drinnen ist und z.B. Olivenöl?

S: Olivenöl ist das pflanzliche Öl und dort (Anm.: Fast Food/Junk Food) wird tierisches Fett, glaub ich, verwendet.

C: Muss gar nicht sein.

S: Das glaub ich auch gar nicht, aber es sind, äh, erstens die Durchgänge, die das äh Fett erhitzt wird. Ja, und ähm, mh... grad im Junkfood und so Fertigessen.

C: Ja?

S: So, ähm, eben anders gesättigte Fette.

C: Da gibt's ungesättigte und gesättigte Fette und da gibt's eben einen Unterschied. Ist jetzt nicht dramatisch.

S: Jaja.

C: Ähm, das war nur für mich interessant zu wissen, ob du das weißt. Jetzt mit der veganen Ernährung. Gut, worauf achtest du bei deiner Ernährung?

S: Ähm, dass ich halt Fleisch und Eierprodukte und Milchprodukte irgendwie rausbekomme aus meiner Ernährung. Sonst ist... ess ich eigentlich... ich esse eigentlich schon mein Leben lang, also, Obst und Gemüse.

C: Mhm, von klein an dran gewöhnt.

S: Mhm.

C: Und eben, warum achtest du drauf? Wir hatten's zwar schon, aber jetzt nochmal explizit.

S: Also weil...

C: Und weil du jetzt vegan leben möchtest. Gut. Ähm... glaubst du, ist deine Ernährungsform zukunftsfähig?

S: Also, ich hoffe es.

C: Okay, was spricht dafür?

S: Äh, dass ich... äh... Milchprodukte wie, z.B. Palatschinken mit Nutella, dass ich das halt vermissen werde und...

C: Mhm. Mh... und wenn du daran denkst, quasi dich in Zukunft so zu ernähren, ähm... was spricht dafür das zu tun?

S: Ich glaube, jetzt in Zukunft werden wir uns sicher nicht so ernähren wie heute.

C: Mhm.

S: Weil z.B. ich glaub wir werden Insekten essen.

C: Mhm.

S: Mir sagen das sehr viele und ich glaub daran auch.

C: Okay dann greifen wir jetzt gleich vor. Ähm, auf die Frage 12. Wie denkst du, werden wir uns in Zukunft ernähren? Also Insekten hast du gesagt.

S: Ja, also ich hab' schon so eine Biene gegessen, also so eine gekochte.

C: Okay?

S: Die für's Essen jetzt ist.

C: Okay, wo?

S: Die (Name unverständlich) hat's mitgenommen von ihrer Freundin.

C: Mhm.

S: Und (belustigt) es ist... sehr nussig geschmeckt.

C: D.h., du weißt, dass es Länder gibt, in denen man Insekten isst?

S: Ja.

C: Und werden wir Insekten zusätzlich essen oder als Ersatz für etwas?

S: Zusätzlich.

C: Zusätzlich. Sonst bleibt's eher gleich? Wenn du dich jetzt so einmal umschaut was wir zu uns nehmen, Tag ein, Tag aus...

S: Ich glaub, Fleisch wird es nicht mehr solange geben.

C: Warum?

S: Weil wir zu... wir haben eine Massenproduktion an Fleisch. Die werden sehr viele... tonnenweise Fleisch am Tag halt verkauft und die werden häufiger gegessen.

C: Mhm.

S: Und Tiere gibt's immer weniger und weniger.

C: Also du meinst, irgendwann sterben uns die Tiere weg und...?

S: Ja. Wir haben nicht mehr genug Fleisch.

C: Ok, ähm. Dann mach ma mit Frage 11 weiter, weil's gut dazu passt. Ähm... machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung? Allgemein. Nicht nur deine eigene.

S: Ähm, noch nicht.

C: Noch nicht? Glaubst du wird einmal ein Punkt wo du dir vielleicht Gedanken machst? Und wenn ja, was muss da passieren?

S: Ähm... da... wenn's kein Fleisch im Supermarkt mehr gibt.

C: Okay, spätestens dann.

S: Ja.

C: Mhm, gut. Äh, und jetzt die letzte Frage. Nummer 10: Wie informierst du dich über das Thema Ernährung?

S: Mh... in Biologie, im Fach, da hatten wir mehrere Stunden, die wir über Ernährung halt gelernt haben.

C: Mhm.

S: Und dann sind wir letzte Woche zu einem Workshop gegangen, auch über Ernährung und da merkt man sich halt einfach was.

C: Okay. So Internetrecherche, eigenständige...?

S: In der Zeitung, das überflieg ich halt.

C: Da liest du drüber, okay. Ähm, ist Ernährung ein Thema in deiner Familie?

S: Ähm... in letzter Zeit schon, denn wir alle, also, wollen uns gut ernähren. Also, gut ernähren und gesund.

C: Mhm.

S: Und, ähm, wir fasten auch öfters. Zu Weihnachten fasten wir, zu Ostern...

C: Okay, also baut ihr da dann auch so ein bissl die religiösen Aspekte ein?

S: Ja.

C: Okay. Seid ihr Christen?

S: Ja.

C: Okay, gut. Das tut jetzt so nichts so zur Sache, weil es gibt ja an und für sich – hast du sicher schon gehört – bei Moslems, die halten ja Ramadan. Fasten gibt's in vielen Religionen, auch die Buddhisten fasten sehr oft.

S: Ja.

C: Okay, gut. Das wär's von meiner Seite, vielen Dank.

S: Ich danke Ihnen auch!

C: Ja und die nächste Person kann kommen.

8.6.6 Interview Nr. 6 – Transkript

- C: So, gut, starten wir. Ähm, wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus? Was isst du, wie oft isst du? Wann isst du?
- S: Am Tag ess' ich nur zwei Mal, am Tag, ich hab kein Frühstück, weil sich das mit der Zeit nicht ausgeht und in der Schule kauf ich mir dann auch nichts, weil das ungesund ist und zu teuer für mich.
- C: Mhm.
- S: Weil ich in der Woche nur 10€ bekomme.
- C: Mhm.
- S: Das muss ich für Nachmittag, weil wir zwei Mal Nachmittag in der Woche haben, deshalb ess' ich nur mittags und abends.
- C: Mhm und ist das am Wochenende auch so?
- S: Nein, am Wochenende ess' ich schon manchmal drei Mahlzeiten.
- C: Okay gut, äh... wann ungefähr isst du, also wenn du Frühstück isst am Wochenende, wann ungefähr?
- S: Ähm, so um 12, also vor 12.
- C: Vor 12, okay. Mittagessen unter der Woche und am Wochenende? Wann circa?
- S: Nach der Schule das ist, ähm, Mittagessen um 15 Uhr.
- C: Mhm.
- S: Und Abendessen ist dann etwas später 20 Uhr oder so.
- C: Mhm.
- S: Und am Wochenende, da geh ich Frühstück kaufen, nicht wie an Wochentagen, da ess' ich früher Mittagessen.
- C: Mhm.
- S: Um 14 Uhr oder so und Abendessen um 19 Uhr.
- C: Okay, ähm... dann bzgl. deines Fragebogens. Da hat's ja zwei gegeben. Und zwar geht's jetzt um die Frage Nummer 13, ähm... und zwar hätt ich gern von dir, dass du mir erklärst warum du diese Begriffe angekreuzt hast. Also, ähm, beim Einkaufen, äh, welche Produkte ihr so einkauft. Ich schau jetzt nur... ihr habt's da eigentlich ziemlich deckungsgleiche Antworten, also...
- S: Also...
- C: Also, erzähl ein bisschen!
- S: Meine Mutter sie kommt aus Asien und sie kocht da jeden Tag frisches Essen.
- C: Mhm.
- S: Dazu braucht sie frisches Obst und frisches Gemüse.
- C: Mhm.
- S: Und wir haben auch öfters Fisch zum Essen. Sie bratet es und Säfte wie Sirup Himbeersirup haben wir. Ähm...Teigwaren haben wir auch, Spaghetti haben wir auch öfters
- C: Mhm.
- S: Immer, wenn Freunde da sind, haben wir dann öfters bei uns und Reis essen wir am meisten.
- C: Mhm.
- S: Und Brot auch, das ess' ich manchmal auch zum Mittagessen, wenn meine Mutter nichts kocht.
- C: Ok, ähm dann eine Zwischenfrage, was ist Regionalität für dich?
- S: Essen das in diesem Land, ähm... hergestellt wurde.
- C: Mhm.
- S: Und, also, gepflanzt wurde und auch geerntet.
- C: Mhm, in diesem Land in dem du dich gerade befindest?

S: Ja, in so ner... ich weiß jetzt nicht wieviel Kilometer.

C: Aber auf jeden Fall im Land!?

S: Mhm.

C: In er Landesgrenze, okay. Ähm... dann weiter zu Frage 15. Äh, das ist sehr interessant, weil du da eigentlich auf beiden ziemlich viele Begriffe angekreuzt hast. Ein Unterschied ist hier bei Regionalität.

S: Ja.

C: Genau. Zusatzstoffe hast du beim zweiten Mal nicht angekreuzt, dafür aber Regionalität. Ähm... hast du davor dich schon ein bisschen mit den Themen auseinandergesetzt, bevor die erste Fragerunde im November war?

S: Nein.

C: Nein!? Aber die Begriffe haben dir trotzdem was gesagt?

S: Mhm, weil ich gehe auch öfters einkaufen für unsere Mutter.

C: Mhm.

S: Ich sag unsere, weil meine Schwester auch auf dieser Schule ist.

C: Kein Problem.

S: Und deshalb seh' ich halt, das da öfter auf den Verpackungen.

C: Okay und da achtest du dann auch drauf?

S: Mhm.

C: Was du kaufst? Und Regionalität, ähm, ist neu gewesen dann?

S: Ja, erst nach dem Test hab ich...

C: Okay hast du nachgeforscht?

S: Ja.

C: Okay spannend gut. Ähm, wie findet bei euch einkaufen statt? In der Familie, wer geht da einkaufen, wie oft und wo?

S: Mein Vater geht einmal in der Woche einkaufen, kauft öfters Sachen wie Naturjoghurt, Obst wie Äpfel Bananen, aber nicht so viele Äpfel, weil ich Äpfel nicht so ertrage. Weil ich davon immer Halsschmerzen und so bekomme.

C: Bist du allergisch auf Äpfel?

S: Das glaub ich schon, aber ich habe keinen Allergietest gemacht.

C: Okay, aber du hast immer Beschwerden?

S: Mhm.

C: Wenn du welche isst.

S: Und er kauft schon paar Fertigprodukte, aber er kauft nicht viele und...

C: Einfach weiterreden! Kauft immer nur dein Papa ein?

S: Ja, weil meine Mutter arbeitet ganztags.

C: Okay.

S: Und mein Vater nicht.

C: Okay, aber du kaufst auch manchmal ein, hast du gesagt!?

S: Ja, wenn meine Mutter zu Hause ist und etwas kocht und etwas braucht was wir noch nicht im Haus haben.

C: Mhm. Ähm... wenn eingekauft, ist das koordiniert, also mit Einkaufszettel oder App?

S: Manchmal.

C: Manchmal, aber nicht immer?

S: Mein Vater schaut sich öfters an, was wir im Kühlschrank haben.

C: Mhm.

S: Und falls unser Kühlschrank diese Woche vielleicht noch voll ist, geht er nicht einkaufen, wartet er...

C: Mhm

S: ...bis nächste Woche und ja, er schaut in den Kühlschrank und schaut was wir noch nicht haben.

C: Mhm, gut.

S: Und das merkt er sich, aber aufschreiben tut er's nicht.

C: Okay, gut. Ähm... und du gehst eben einkaufen, wenn deine Mutter spontan noch was braucht?

S: Mhm.

C: Dann hab' ich jetzt mit der Ernährungspyramide, die ich ausgeschnitten habe, hätte ich gerne dass du einmal auflegst wie deine Ernährung aussieht. Unten sind Dinge, die du oft isst und oben Dinge, die du nicht oft isst.

S: Mhm.

C: Okay, da jetzt wirklich so wie du's wirklich isst. Da gibt's kein Richtig kein Falsch, kein Gut, kein Schlecht.

S: Wie viele dürfen unten sein?

C: Es muss keine perfekte Pyramide sein, ok? Und wenn Dinge dabei sind die du gar nicht isst, dann kannst du die auch weglassen. Also, du musst nicht alles einbauen und wenn du Fragen hast die du nicht erkennst, dann frag einfach.

S: Okay.

Pause bis 07:06

S: Ich kapiert nicht wieso's so viel Wasser gibt!

C: Okay. Ja, das ist halt eine Standard-Ernährungspyramide mit der Empfehlung.

S: Das ist wie viele Gläser oder Liter ich am Tag trinke?

C: Das kommt auf jeden Fall öfter vor, weil man's halt wirklich oft trinken sollte.

Pause bis 08:17

S: Also, ich bin fertig!

C: Fertig? Super. Das wird' ich jetzt fotografieren. Sehr gut, dann darfst du mir jetzt im zweiten Durchgang einmal gesunde Ernährung auflegen. Unten die Dinge, die man häufig essen und trinken sollte, und oben die Dinge, die man nicht so häufig essen und trinken sollte

S: Also sehr viel Wasser!

C: (lacht) Zum Beispiel, genau!

Pause bis 10:04

C: Und jetzt hätte ich gerne im Vergleich... zeig ich dir jetzt deine eigene Ernährung und, dass du mir ein bisschen was darüber erzählst, welche Unterschiede es gibt und warum es die gibt. Also jetzt z.B. auf Süßigkeiten bezogen: Bei gesunder Ernährung hast du die ganz oben. In deiner eigenen ist es in der 2. Reihe gleichauf mit Fisch und Butter und Milch.

S: Jetzt, da Sommer ist, stehe ich jetzt mehr auf Süßigkeiten.

C: Mhm.

S: Und ich finde ich brauche die.

C: Mhm.

S: Weil Süßigkeiten machen glücklich.

C: Mhm.

S: Und deshalb ess' ich sie mehr, aber nicht so viel, das kostet ja auch Geld und wenn ich mir jetzt, ähm, versuche die gesunde Ernährungspyramide zu merken, da waren Süßigkeiten ganz oben.

C: Weißt du warum?

S: Weil sie ungesund sind.

C: Mhm, okay. Ähm... das pflanzliche Öl hast du bei beiden ganz oben eingeordnet, also bei deiner eigenen Ernährung und bei der gesunden Ernährung. Ähm... verwendet ihr eher weniger Öl?

S: Mhm.

C: Okay, was verwendet ihr sonst zum Kochen?

S: Eher... (kichert).

C: Wenn du's weißt, wenn nicht, ist's kein Problem!

S: Ich weiß es nicht.

C: Ähm... ganz unten bei dir hama eben sehr viele Kohlenhydrate, also Nudeln Reis Brot Kartoffeln. Das hast du bei der gesunden Ernährung eher so in die Mitte gegeben.

S: Ja, weil wir hatten auch, wir hatten so einen Ernährungsworkshop.

C: Mhm.

S: Und die Getränke waren ganz unten.

C: Mhm.

S: Und die gesunden... keine Ahnung, wie das jetzt hergekommen ist. Und dann eine Stufe höher waren Früchte, Bohnen und Gemüse.

C: Mhm.

S: Und davon sollte man mehr essen.

C: Okay, also du hast sozusagen einen Ernährungsworkshop schonmal gehabt, wo du über gesunde Ernährung gelernt hast!?

S: Ja, in der Schule.

C: In der Schule!? Okay. Und deine, hat das deine eigene Ernährung beeinflusst ein bisschen?

S: Schon ein bisschen.

C: Okay.

S: Sie hat uns gesagt wir sollen mehr Wasser...

C: Mhm.

S: ...trinken, weil früher da hab ich nicht so viel Wasser getrunken, wenn ich nicht durstig bin und sie hat gesagt, das ist wichtig für das Gehirn, dass wir uns mehr konzentrieren.

C: Mhm.

S: Deshalb trink ich jetzt mehr Wasser und nicht so viele Säfte.

C: Mhm.

S: Und auch Tee.

C: Und Tee, okay. Gut dann geh ma weiter! Ähm, wie sieht dein Frühstück, Mittag Abendessen aus? Also was isst du so? in der Früh zu Mittag und am Abend

S: In der Früh wenn ich kann dann ess' ich Cornflakes.

C: Mhm.

S: Oder eine, oder eine Semmel.

C: Okay.

S: Mit Wurst.

C: Und zu Mittag?

S: Und zu Mittag ist es meistens Toast, oder etwas Asiatisches.

C: Mhm.

S: Keine Ahnung, wie es heißt. Auch meistens Suppe oder letztens haben wir auch sehr viel Salat zum Abendessen.

C: Mhm.

S: Da unsere Mutter auf unsere Ernährung achten will, deshalb will sie, dass wir gesünder essen, kauft sie sehr viel Salat ein. Nicht nur Salat sondern auch anderes und das wir in Salat reingeben können.

C: Mhm.

S: Und zum Trinken, ess', trink ich hauptsächlich nur Wasser.

C: Okay.

S: Und manchmal Saft.

C: Okay, Saft dann verdünnt oder?

S: Ja.

C: Und so Dicksäfte, die man aufspritzt, oder so einen Apfelsaft in der Packung zum Beispiel?

S: Diesen Dicksaft.

C: Dicksaft. Okay. Welche Bedeutung haben die Mahlzeit für dich?

S: Was soll das heißen?

C: Ähm... ist das für dich rein, damit du keinen Hunger hast, oder hat das auch eine familiäre Bedeutung, dass man zusammen isst? Ist das wichtig oder nicht?

S: Das man mit der Familie zusammen isst?

C: Zum Beispiel, ja.

S: Frühstück essen wir nicht zusammen, weil meine Mutter ist schon ab 5 Uhr wach.

C: Mhm.

S: Und mein Vater ist da auch schon wach.

C: Mhm.

S: Wir sind erst viel später auf, deshalb essen wir Abendessen öfters gemeinsam. Mittagessen, da ist sie auch nicht zu Hause.

C: Mhm.

S: Deshalb... aber ich hab' zwei Geschwister.

C: Mhm.

S: Wir essen meistens, öfter Mittagessen gemeinsam.

C: Ist dir das wichtig, dass du mit deinen Geschwistern zusammen essen kannst?

S: Ja, schon.

C: Schon, okay. Ähm... was heißt für dich gesunde Ernährung bzw. im Vergleich dazu schlechte Ernährung?

S: Ähm... (Pause) Ich weiß es nicht.

C: Okay. Also gibt's für dich nicht wirklich gesund oder schlecht?

S: Doch das schon, ähm... bei gesunderer Ernährung kann man viel von dem Essen als bei ungesunder Ernährung.

C: Mhm.

S: Zum Beispiel, man isst was vom McDonald. Da kann man sich nur wenig nehmen, weil das viele, ähm... viele Kohlenhydrate hat.

C: Mhm.

S: Und wenn man so etwas Gesünderes isst, was wenig Kohlenhydrate hat, dann kann man mehr essen. Man wird auch weniger satt.

C: Mhm.

S: Man hat auch weniger Kohlenhydrate aufgenommen.

C: Okay, also quasi das was drinnen ist, muss man sich anschauen und dann abwägen, ob man davon mehr oder weniger essen darf, was die Inhaltsstoffe sind!?

S: Ja.

C: Mhm, gut. Ähm.... ist deine Ernährungs-... äh, nein, hoppala. Falsch! Eine Frage übersprungen. Worauf achtest du bei deiner Ernährung und warum achtest du darauf, wenn du darauf achtest?

S: Also, dieses Jahr hab ich begonnen auf meine Ernährung zu achten.

C: Mhm.

S: Dann, das heißt, ich geh weniger Fast Food essen und achte mehr auf die frischeren Sachen.

C: Mhm.

S: Und ob ich das zu Hause auch nicht selber machen kann.

C: Mhm.

S: Gesünder.

C: Mhm und warum achtest du drauf?

S: Wegen meinem Gewicht.

C: Okay, ähm... ist deine Ernährungsform zukunftsfähig?

S: Wie bitte?

C: Ist deine Ernährungsform zukunftsfähig? Also denkst du, dass du dich so wie du dich jetzt ernährst, auch in Zukunft ernähren kannst? Oder dass sich andere in Zukunft so ernähren können?

S: Das glaub ich nicht, weil Ernährung ist für jeden anders. Meine Freundin sollte sich anders ernähren als ich. Sie hat auch schon einen anderen Körper. Sie verträgt auch nicht das gleiche wie ich. So finde ich, jeder sollte, ähm, selber experimentieren mit der Ernährung und schauen was er essen soll und was nicht.

C: Mhm, gut. Ähm... wie informierst du dich über das Thema Ernährung? Ich mach die Fenster zu. Du kannst ruhig reden, es ist nur laut. (Schließt die Fenster)

S: In der Schule, in Biologie, da haben wir nicht viel über Ernährung gelernt. Wir haben nur über Vitamine gelernt, ähm, und über Mineralstoffe. Deshalb musste ich mich sehr oft im Internet informieren, weil wir nur die zwei Themen gemacht haben und die Ernährungspyramide, also drei Themen. Ähm... und zum Beispiel,

musst ich mich informieren über die Ernährung, also Fälle von schlechter Ernährung zum Beispiel, wie Magersucht oder so.

C: Mhm.

S: Und was man essen, lieber essen sollte, davon hab ich auch sehr viel im Internet gelernt. Und in der Schule haben wir gelernt, wie man, was für Vitamine es gibt und in welchen Essen, in welchen Nahrungsmitteln sie enthalten sind. Die Mineralstoffe, ähm... und die Ernährungspyramide und die 3 Grundstoffnähr... äh, Grundstufe...

C: Grundnährstoffe.

S: Ja.

C: Okay, also das ist jetzt hauptsächlich über die Schule gelaufen. Du hast aber schon auch Internet und andere Medien genutzt?

S: Ja.

C: Okay. Ist Ernährung ein Thema in deiner Familie?

S: Mhm.

C: Warum?

S: Ähm... weil wir uns alle gesünder Ernähren sollten.

C: Okay.

S: Außer meine Mutter, meine Mutter ist okay.

C: Geht's da eher ums Gewicht verlieren oder geht's da ums gesund ernähren?

S: Ums gesund ernähren.

C: Okay. Machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung? Global gesehen! Also, wie die Ernährung der Weltbevölkerung ist?

S: Ja.

C: Wie die Zukunft ist? Was denkst du dir da dazu?

S: Ich finde, wir sollten nicht so viele chemische Produkte herstellen, weil das nicht gut ist für die Menschen und das bringt uns nichts.

C: Mhm.

S: Und es ist auch gesundheitsschädlich.

C: Mhm.

S: Vielleicht, ich bin kein Arzt. Und es könnte auch gefährlich sein.

C: Gut und wie denkst du werden wir uns in Zukunft ernähren?

S: Hoffentlich nur mit gesunden Sachen. Außer Eiscreme. Das passt.

C: Eiscreme willst du beibehalten? (Lacht)

S: (Lacht) Ja und Kekse!

C: Und Kekse. Gut. Passt, dann hätt' ich zum Schluss noch eine Bitte! Schreib mir zum Schluss noch einen Einkaufszettel, was ihr bei einem typischen Einkauf einkauft!

S: Okay.

8.6.7 Interview Nr. 7 – Transkript

- C: Können wir anfangen? So... und zwar, wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus?
- S: Ich, Frühstück esse ich gar nix.
- C: Okay.
- S: Nachmittag geh ich meistens Fast Food und dann esse ich zu Hause noch ein Zwischenbeilage.
- C: Mhm.
- S: Und am Abend ist ganz normal Abendessen. Meine Mutter kocht immer für mich.
- C: Und ist das unter der Woche und am Wochenende gleich?
- S: Äh... so, Samstag und Sonntag kocht immer meine Mutter, wenn wir zusammen sind. Da ist so normal Frühstück und alles.
- C: Okay, da isst du dann auch Frühstück.
- S: Ja.
- C: Okay, ähm... wann ungefähr isst du? Frühstück, Mittag-, Abendessen?
- S: Frühstück ist so, es hängt ab von, wann ich aufsteh', weil ich frühstück' immer so, wenn ich zum Beispiel aufsteh', geh ich um zwei Stunden dann spielen oder so.
- C: Mhm.
- S: Verschiedene Sachen zu machen und ersten zwei Stunden geh ich dann essen. Am Anfang hab ich so (unverständlich).
- C: Okay, gut. Und unter der Woche fällt Frühstück aus. Mittagessen? Wann circa?
- S: Äh, nach der Schule so Ende der Schule. 12 Uhr circa.

- C: Okay, und am Wochenende auch?
- S: Am Wochenende, da hängt's ab, wann wir hungrig sind. So mit meiner ganzen Familie.
- C: Okay, dann wird gemeinsam entschieden. Ähm... und Abendessen?
- S: Abendessen ist ca. zwischen 20 Uhr.
- C: Um 20 Uhr herum, okay. Ähm... bei deinen Fragebögen, äh, das ist die erste Version, das ist die zweite Version, möchte ich jetzt bitte, dass du erklärst warum du bei der Frage 13 Dinge angekreuzt hast, bzw. beim zweiten Durchgang hast du eigentlich nur „weiß ich nicht“ angekreuzt. Also im November warst du dir noch relativ einig, was ihr so einkauft, wenn ihr einkaufen geht und, äh, jetzt vor zwei Wochen auf einmal unsicher.
- S: Mh, vorher war ich immer öfter mit meiner Mutter einkaufen und jetzt kocht, experimentiert meine Mutter mit kochen, weil wir haben immer fixe Essen.
- C: Mhm.
- S: Wir hatten immer fixe, mh...
- C: Gerichte?
- S: Gerichte!
- C: Mhm.
- S: Und jetzt, wie ich gesagt habe, experimentieren wir so. Es ist immer...
- C: Unterschiedlich?
- S: Ja.
- C: Okay.
- S: Man weiß einfach jetzt nicht mehr was kommt.
- C: Okay, deswegen. Verstehe. Ähm... dazu habe ich noch eine Zusatzfrage: Was ist Regionalität für dich?

S: Äh...genau?

C: Was stellst du dir unter dem Begriff Regionalität vor?

S: So das Essen von meinem eigenen Land ist.

C: Mhm.

S: Zum Beispiel (unverständlich).

C: Okay, also landbezogen. Mhm, und wenn du jetzt in Österreich polnisches Essen isst, dann?

S: Schmeckt's erstens ein bisschen anders und es schmeckt nicht mehr so, weil es auch ein anderes Land, so Gericht, essen auch ganz anders.

C: D.h. sind sie dann noch regional?

S: Für mich nicht mehr ganz, so die Hälfte ist nicht mehr für mich.

C: Okay, gut. Äh... Frage 15, äh, erkläre warum du folgende Begriffe angekreuzt hast! Das ist bei beiden gleich, nur Bio, ähm... hast du zwischen den beiden Fragebogenrunden was dazugelernt zu dem Thema oder gehört oder gar nichts? Also ist...

S: Schon irgendwie.

C: Aber die Begriffe sagen dir jetzt so nicht viel?

S: Nicht viel, aber man kann sich jetzt schon mehr vorstellen.

C: Mhm.

S: Weil...

C: Kannst du mir erklären was „Bio“ ist?

S: Wenn es auf jeden Fall gesund ist und es ist auch, äh, find ich, mit Sprays oder so, es ist einfach ganz normal zuge...

C: Kein Stress, es ist keine Wissensüberprüfung.

S: Ja.

C: Es interessiert mich nur. Da du es bei beiden angekreuzt hast, ist da eine Übereinstimmung und deswegen geh' ich davon aus, dass du dir unter dem Begriff was vorstellen kannst, was das jetzt ist. Ist was anderes...

S: Weil ich, äh, es ist auch so, weil meine Mutter die ganzen Biosachen kauft und ich bin auch schon mehr auf Bio fixiert,

C: Mhm.

S: Weil es auch natürlicher, weil es ist gibt keine, es sollte keine heimischen Substanzen drin sein.

C: Mhm.

S: Und ich stell mir das auch frischer irgendwie vor, weil...

C: Okay.

S: ...weil es dem Körper irgendwie schadet, die Impfstoffe, so Fast Food.

C: Du hast schon angesprochen, du achtest auf Bio, d.h. du siehst sozusagen einem Lebensmittel an, dass es Bio ist, weil...?

S: Äh, durch die, so, durch die kleinen Kästchen, weil da „Bio“ steht.

C: Durch die Gütesiegel!?

S: Und es schmeckt auch anders, wenn ich ehrlich sein soll.

C: Okay.

S: Natürlicher oder frischer.

C: Okay, gut, passt. Ähm... das war's zu den Fragebögen, dankeschön. Ähm... wie findet das Einkaufen bei dir bzw. in eurer Familie statt?

S: Meine Mutter, äh, wir wohnen genau über einem Merkur, darum gehen wir immer frisch einkaufen.

C: Praktisch.

S: So, eigentlich meine Mutter, weil mein Vater geht arbeiten. Meine Mutter ist Hausfrau.

C: Okay, ähm... ist das Einkaufen dann koordiniert, habt ihr einen Einkaufszettel, eine App?

S: Sie nimmt sich manchmal Einkaufszettel mit oder einfach nur vom Kopf, weil sie geht jeden Tag einkaufen, so sie weiß schon, wo alle Produkte sind.

C: Mhm.

S: Deswegen braucht sie nicht so viel Zeit.

C: Okay.

S: Sie ist schon koordiniert.

C: Okay, und äh, geht ihr, oder gehst du zwischendurch einkaufen oder gibt's...?

S: Öhm, meine Mutter krank ist, geh ich öfters einkaufen und ich kauf mir Süßigkeiten ein, weil beim Spielen, ähm ist dann manchmal zuerst was Süßes, weil was... sonst geht meine Mutter immer, wenn sie krank ist, dann geh ich.

C: Okay und ähm... ist das geplant oder ist das eher so zwischendurch?

S: Zwischendurch.

C: Spontan. Mhm, gut. Dann habe ich hier mitgebracht, kennst du schon vom Fragebogen, die Ernährungspyramide. Nur hab' ich sie ausgeschnitten und ich hätte jetzt eine Bitte an dich, und zwar: Leg mir bitte einmal auf, was für dich deine eigene Ernährung ist. Äh, unten liegen die Dinge, die du häufig isst und oben die Dinge, die du nicht so oft isst. Wenn Sachen dabei sind, die du gar nicht isst, dann kannst du die auf die Seite geben, ja? Ich tu dir das ein bisschen auseinander. Wenn da was dabei ist, was dir unklar ist, dann kannst du mich gerne fragen.

S: Nein, es ist schon schwer zu sagen, weil meine Mutter kocht die ganze Zeit verschiedene Sachen.

C: Genau, dann kannst du unten Dinge hinlegen, die wirklich regelmäßig am Tisch kommen und oben Sachen, die eher selten sind.

S: Aso.

C: Zum Beispiel, wenn du in der Früh, äh, Brot isst, dann kannst du das eben...

S: Ah, wir essen immer zur Suppe!

C: Mhh, mhm.

S: Das ist...?

C: Tomatensaft oder andere Gemüsesäfte!

S: Ja. Am Abendessen trinken wir eben.

C: Mhm.

S: Wasser ist öfter da:

C: Ja. (Nießt)

S: Gesundheit!

C: Danke! (Nießt nochmal)

S: Gesundheit!

C: Danke, ich bin ein bisschen allergisch...

S: Ja, Ich auch ein bisschen mit dem ganzen...

C: Pollen? Ja,...

S: Was ist eigentlich überall dabei?

C: Wie meinst du das?

S: So, eigentlich sollte Wasser überall dabei sein. Wir haben immer Wasser.

C: Jetzt geht's eben darum was du isst.

S: Ja.

C: Und wenn du viel Wasser trinkst, dann kannst du's gern zwischendurch einbauen.

Pause bis 09:08

C: Und es muss auch keine perfekte Pyramide sein!

S: Gut. Käse ist auch sehr schwer, ja...

C: Zufrieden?

S: Ja.

C: Gut, dann mach ich jetzt schnell ein Foto davon. Mhh... Ja, sehr gut. Und jetzt im zweiten Durchgang bitte, legst du mir auf, wie gesunde Ernährung aussieht. Unten die Dinge, die man häufig essen sollte und oben die Dinge, die man nicht so häufig essen sollte.

S: Eigentlich ist hier alles richtig, außer Flade.

C: (Lacht) Aber vielleicht gibt's Dinge die wichtiger sind als andere, oder die man häufiger essen sollte. Also es besteht ein Unterschied zwischen Dingen, die man einmal wöchentlich essen sollte, Dinge, die man täglich essen sollte... vielleicht nach dem Muster einordnen.

S: Mhm.

Pause bis: 12:02

S: Jup.

C: Gut, dann wird ich das auch nochmal fotografieren. Hoppala... ah, okay, gerettet! (Lacht) Gut und jetzt zeig ich dir, ähm, im Vergleich dazu deine eigene Ernährung. Das, wie du das dargestellt hast, äh, im Vergleich zu gesunder Ernährung, die du aufgelegt hast. Was für Unterschiede gibt's und warum gibt's die? Kannst du mir das ein bisschen erklären?

S: Also, meine Mutter kocht sehr oft mit vielen Produkten, mit gesunden Produkten, mit Bio. Da zählen auch die gesunden Produkte meistens dazu.

C: Mhm.

S: Butter und so zählt auch dazu ,obwohl es auch nicht sehr, ähm viele... es hat schon viele Vitamine und zu viele ist auch nicht gut, aber ich esse es jeden Tag so.

C: Mhm, und bei gesunder Ernährung hast du Butter so in die Mitte eingeordnet.

S: Ja, weil ich denke, es man sollte es damit nicht übertreiben.

C: Mhm.

S: Ich denke, meine Mutter übertreibt es auch mit Butter auch manchmal so, deswegen.

C: Ja die polnische Küche ist ziemlich heftig, das stimmt, ja. (Lacht) Und du meinst ein bisschen weniger Butter wäre...?

S: Ja, zum Beispiel (unverständlich, wahrscheinlich ein polnisches Gericht), äh... äh... da braucht man sehr viel Butter.

C: Mhm.

S: Und das ohne Butter, ist das fast kein Essen in Polen.

C: Mhm.

S: Deswegen.

C: Schmeckt halt auch anders. Habt ihr schonmal probiert statt Butter was anderes zu verwenden? Öl zum Beispiel?

S: Öl schon, aber es ist gesünder manchmal und manchmal auch nicht. Von einer Seite sieht man, dass es auch anders, dass es auch anders schmeckt, aber von anderer Seite ist es auch gesünder, so dass es ist manchmal gemischt.

C: Mhm.

S: Es ist schwer zu sagen.

C: Okay, ähm... jetzt ist es dunkel geworden! (Anm.: der Bildschirm des Smartphones) Müsst ma uns nochmal anschauen. Ähm...

andere Richtung. Ähm.... was bei beiden unten vorkommt ist Fleisch, Brot Reis, Wasser, ähm, Tee und die pflanzlichen Öle. Also da bist du der Meinung gesunde und deine Ernährung ist da relativ deckungsgleich. Das sollte man häufig verzehren. Ähm... was ein großer Unterschied ist ist, dass du die Süßigkeiten bei der gesunden Ernährung ganz oben hast, und bei deiner eigenen ist es schon in der zweiten untersten Reihe, also ist schon relativ häufig noch. So häufig wie Käse und Eier und ein paar andere Dinge.

S: Ähm Eier werden oft bei mir als Salat benutzt zu, deswegen ess' ich sehr oft Eier.

C: Mhm.

S: Obwohl ich es nicht gesund finde, schmecken sie mir auch nicht wirklich sehr gut. Zu Salaten sind sie okay.

C: Mhm, Warum findest du Eier nicht gesund?

S: Äh...

C: Hat das einen Grund?

S: Eigentlich von den Geschmacksrichtung erstens, dass es mir nicht schmeckt, gehört es zu meiner Lieblingsphase nicht dazu.

C: Mhm.

S: Und vom Gesundheit, da hamma so einen Spruch in Polen, dass die Eier manchmal nicht gesund sind. So, ich kanns jetzt genau nicht erklären.

C: Mhm. Aber hat das einen Grund?

S: Nicht wirklich so, ich glaub nicht, aber damals hat's sozusagen einen Grund. Ich weiß es nicht mehr genau...

C: Aber es gibt ein Sprichwort, ein polnisches und das ist so ein bisserl im Hinterkopf?

S: Ja, bei mir, bei meiner Oma wohnt in Polen auf einer Farm und da reden viele über Eier obwohl sie eh Eier, Hühner haben.

C: Mhm, hat das mit Krankheiten zu tun, die man vom Ei bekommt?

S: Ja, so damals haben sie mir auch erzählt, es gab auch Hühnerkrankheiten.

C: Ja?

S: Und da haben sie keine Eier, es gab auch sagen so, es gab sehr viele Sagen bei Hühnern.

C: Zum Beispiel? Äh, bzgl. Krankheiten, vielleicht Salmonellen, kann das sein?

S: Genau kann ich das jetzt nicht sagen.

C: Kannst du nicht sagen, okay.

S: Weil es ist mir nicht genau erklärt, ich war nur auf Besuch.

C: Okay, aber du...

S: Ich hab's aber gehört.

C: Okay, gut na passt, äh, kenn mich aus. Aber zurück zu den Süßigkeiten. Ähm... isst du selber dann doch relativ häufig, obwohl du es bei der gesunden Ernährung ganz oben hingetan hast.

S: Ja.

C: Sprich, da ist ein bisschen eine Diskrepanz zwischen „ich weiß was gesund ist“ und „ich tu was anderes“.

S: Ja.

C: Kannst du's erklären?

S: Da ich mich sehr gut, das ich zufrieden bin, bei meiner Ernährung da glaub ich schon, dass ich mir ab und zu was Süßes was essen kann.

C: Mhm.

S: Und obwohl ich auch Sport mache und ich bis jetzt nicht dicker geworden bin, bin ich eigentlich damit recht zufrieden und ich glaub es kann, wenn es so bleibt, weiter gehen.

C: Also so als Belohnung?

S: Ja.

C: Für das, dass du sonst gesund lebst und auch Sport machst, kannst du auch Süßes essen?

S: Genau!

C: So lang du deine Figur behältst, ja? Okay, gut. Magst du sonst noch was dazu sagen?

S: Relativ nicht.

C: Okay, passt. Dann war's das mit der Ernährungspyramide, vielen Dank. Weiter, ähm, im Fragebogen. Moment, ich muss das nur schließen. So, also ähm... Genau! Nummer 6: Wie sieht dein Frühstück, Mittag-, Abendessen aus? Sprich, was isst du, wenn du Frühstück isst oder Mittagessen oder Abendessen?

S: Frühstück meistens Brot oder Toast mit Eieraufstrich.

C: Okay. Da hamma die Eier wieder, okay, spannend. Und Mittag?

S: Mittag is mehr mit Fleisch oder Spaghetti und so mehr Gerichte wie man in verschiedene Restaurants finden kann.

C: Mhm, gut und beim Abendessen?

S: Äh, Suppe und dann wieder wie im Restaurant Abendessen.

C: Geht ihr viel Essen oder kocht deine Mutter eher selber?

S: Meine Mutter kocht sehr viel, würd ich mal sagen. So, wir gehen auch samstags, Sonntag, geht meine Mutter keine Lust hat, sie krank ist, gehen wir oft in Restaurants, weil wir haben ein Lieblingsrestaurant, wo sie gutes Essen kochen und wir denken, wir können dorthin gehen.

C: Und, äh, welche Art Restaurant ist das?

S: Chinesisch.

C: Chinesisch okay, gut. Ähm... welche Bedeutung haben Mahlzeiten für dich?

S: Eigentlich hab ich wirklich keine Bedeutung zu Mahlzeiten oder ich ess es einfach wenn ich hungrig bin oder...

C: Okay, keine emotionalen Beziehungen?

S: Nein.

C: Nichts, nichts familiär Bedeutsames? Okay, gut. Macht's für dich einen Unterschied, ob deine Mama kocht oder ob du wo außerhalb isst, zum Beispiel?

S: Nichts außer, dass es hausgemachtes essen ist. Da kann ich nicht mehr sagen, das schmeckt mir nicht und im Restaurant sag ich das einfach nicht, da glaub ich einfach, dass ich das falsche Essen bestellt habe oder dass ich im falschen Restaurant bin.

C: Okay und das merkst du dir dann für die Zukunft?

S: Ja.

C: Ja, gut. Ähm... kannst du mir bitte erklären, was heißt für dich gesunde Ernährung?

S: Wie ich gesagt habe, Bio und auch, dass etwas schmeckt, das auch nicht gesund wäre, aber es soll halt schmecken.

C: Okay.

S: Es soll halt frisch sein.

C: Und es soll frisch sein... Und im Vergleich dazu, was ist schlechte Ernährung?

S: Schlechte, naja schlechte schmeckt gut, aber es ist leider nicht gesund. Das ist ein Nachteil, aber auch wenn man zufrieden ist, wie man ausschaut und wenn man so keine Probleme mit Gesundheit hat so kann man sich ernähren wie man möchte. Man sollte einfach Ziele haben wie man einfach sich präsentieren möchte.

- C: D.h. wenn man sozusagen, das Wohlbefinden und das äußere Erscheinungsbild passen, gibt's sowas wie schlechte Ernährung nicht wirklich?
- S: Mh, ja und nein, weil für manche finden's schlimm, wenn manche ein Paar Eiscremes essen und manche finden's okay so, wenn man so ab und zu etwas isst, ist es ja nicht schlimm und wenn man's häufiger isst und man trotzdem in Form bleibt, ist es trotzdem für mich relativ okay, weil...
- C: Mhm.
- S: ...wenn man gesund ist ,dann kann man eigentlich alles machen, wie ein Fisch.
- C: Okay, gut. Ähm... worauf achtest du bei deiner Ernährung, und warum?
- S: Äh, ich achte so darauf, auf meine Form und das ich gesund bleibe. So weil meine Mutter sagt immer, wenn ich viel Gesundes esse, darf ich auch mehr Süßes essen, weil wenn man gesund bleibt und in der Form ist, wieso darf man dann halt nichts Süßes essen?
- C: Mhm.
- S: Das denk ich auch so, weil das relativ korrekt ist. Glaub ich zumindest und ja.
- C: Ähm, d.h. wann würdest du deine Ernährung umstellen? Also wann würdest du zum Beispiel auf Süßes verzichten?
- S: Wenn ich entweder Probleme, zum Beispiel Blut zu wenig, äh, Vitamine habe.
- C: Mhm.
- S: Oder mich, äh, sehe, dass ich übergewichtig werde, da sollte ich damit stopp.
- C: Okay. Ähm... glaubst du, ist deine Ernährungsform zukunftsfähig? Also so wie du dich jetzt ernährst, äh, glaubst du, dass das Zukunft hat oder musst du in Zukunft was anders machen?
- S: Ich glaub es kann so bleiben, weil wenn ich die ganze Zeit auf meine Form achte, dass ich keine Probleme habe mit meine Gesundheit, dann bin ich relativ zufrieden.
- C: Und wenn du jetzt z.B. ähm, ähm, an die Herstellung der Lebensmittel und so denkst, glaubst du wird das in Zukunft auch noch möglich sein, dass du dich so weiter ernährst?
- S: Es wird schwieriger sein, weil jetzt sie haben, ähm, auch anders den Lebensmitteln herzustellen und es ist auch heikel damit. Man weiß einfach jetzt noch nicht genau, wie das alles ausschauen wird, weil das alles noch Zukunft ist und Fantasien. Man kann sich das einfach noch nicht wirklich gut vorstellen.
- C: Mhm.
- S: Weil so weit sind wir auch noch nicht.
- C: Okay. Wie informierst du dich über das Thema Ernährung?
- S: Eigentlich informier ich mich nicht sehr viel, sondern ich schau einfach was in meiner Umgebung passiert.
- C: Mhm.
- S: Und ja.
- C: Und da hältst, da passt du dich dann an
- S: Jo.
- C: Ähm... ist Ernährung ein Thema in deiner Familie?
- S: Naja, so meine Mutter achtet schon auf meine Haut oder meine Gesundheit, wie ich mich ernähre. Ab und zu lässt sie mich auch Dürüm kaufen oder so im Kino, oder aber sie schaut schon damit ich mehr gesundes Essen.
- C: Mhm, äh und sonst, mit Papa oder Geschwistern oder so, ist es kein Thema?
- S: Eigentlich nicht, nein. Meine Mutter achtet auf meinen Vater und mich, was wir brauchen.

C: Okay, passt. Ähm, machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung? Da geht's jetzt so um das Globale...

S: Manchmal hab ich's mir schon gedacht, weil wenn man sich über die Öplantagen nachdenkt, das ist auch heftig für Klima, Wärme und so. Das alles, das macht mir schon ein bisschen Sorge, weil jetzt denke ich schon, dass Winter wird mal Sommer kommen, weil jetzt ist Winter sehr spät gekommen und ich glaub das wird immer so zurückkommen.

C: Mhm.

S: Und ich glaub, das kann wirklich heftig werden in Zukunft, wenn das so weiter geht.

C: Und das wird sich dann auf unsere Ernährung auswirken?

S: Auf unsere Ernährung auch, unsere...

C: Mhm, gut. Ähm... wie denkst du werden wir in Zukunft ernähren?

S: Mit Tabletten, glaub ich auch ein bisschen.

C: Mhm.

S: In vielen Filmen hat man schon gesehen, dass das Essen einfach geschrumpft wird.

C: Mhm.

S: Und ich glaube schon, dass das relativ möglich wäre, dass man das Essen einfach in kleine Tabletten umsetzen könnte und man einfach satt hat und alle Vitamine hat, die man braucht.

C: Sprich, irgendwie eine Technik finden, die entweder die Tabletten aufgehen lassen im Magen oder quasi...?

S: Aufgehen lassen, ja. Noch schnell die Vitamine zu den verschiedenen Körperzellen hin, ja.

C: Aber auf jeden Fall technisch?

S: Ja.

C: Ja? Okay. Gut. Ähm... dann hätt' ich gern zum Schluss von dir noch einen Einkaufszettel geschrieben, auch wenn's im Moment ein bisschen schwierig vielleicht ist, was ihr so bei einem typischen Einkauf einkauft. Und das war's dann!

8.6.8 Interview Nr. 8 – Transkript

C: Gut, fangen wir an! Ähm... wie sieht ein typischer Ernährungstag für dich aus? Also wie oft isst du und was isst du?

S: Ungefähr drei- bis viermal.

C: Am Tag?

S: Ja.

C: Mhm, also Frühstück, Mittag-, Abendessen?

S: Ja und dazwischen Snacks.

C: Ähm wann circa isst du?

S: In der Früh, wenn ich in der Schule komme, dann in der 15-Minuten-Pause.

C: Mhm.

S: Dann, wenn wir zum Beispiel Freistunde haben und wenn ich hause komme.

C: Ok, also Frühstück nicht zu Hause, sondern in der Schule.

S: Ja.

C: Okay, ähm... die nächste Frage geht gleich auf den Fragebogen ein, äh, und zwar ist die Frage 13, die ist hier eh markiert, und zwar war die Frage: „*Welche Produkte kaufen sie im, ähm, am Häufigsten wenn sie Lebensmitteln einkaufen gehen, alleine oder in der Familie?*“ Öhm, da hast du ein bisschen unterschiedliche Sachen angekreuzt, ähm, beim ersten Mal, äh, Gemüse, Säfte, Teigwaren, Brot, äh, weiß und hell und dunkel und sonstiges Fleisch. Beim zweiten Mal hast du angekreuzt, äh, zusätzlich Obst und das Fleisch hast du weggelassen. Kannst du erklären warum?

S: Nein.

C: Nein, okay also hast du nicht deine Ernährung umgestellt auf vegan oder vegetarisch?

S: Nein.

C: Okay, gut. D.h. es spiegelt mehr den aktuellen Stand von damals wieder.

S: Ja.

C: Okay, ähm... dann eine Zusatzfrage: Was ist Regionalität für dich?

S: Wenn ich Essen aus der Regierung kommt zum Beispiel aus Österreich.

C: Okay, gut. Dann die nächste Frage bezieht sich auf die Frage 15 am Fragebogen. „*Kreuzen Sie an welche Begriffe in Bezug auf Lebensmittel...*“, ähm, da sollst du eben erklären, warum du die Begriffe angekreuzt hast. Das sind fast dieselben, beim zweiten Durchgang hast du mehr angerkreuzt, nämlich „Regionalität“ und „Zusatzstoffe/E-Nummern“. Kannst du ein bisschen was dazu sagen?

S: Zu Regionalität und...?

C: Genau! Also, ähm, warum du sozusagen beim zweiten Mal mehr angekreuzt hast, ähm, was sich geändert hat, zwischen den beiden Durchgängen.

S: Ich habe halt mehr erfahren zwischen den Jahren oder...

C: Und wie?

S: Ich hab halt, ich fahr' öfters alleine einkaufen.

C: Mhm.

S: Und hab mir halt die Sachen genau angeschaut.

C: Ok, war das, weil du, äh, da bei diesen Fragebögen mitgemacht hast?

S: Nein.

C: Nein, einfach so!? Okay. In der Schule ist was durchgenommen worden, in Richtung Ernährung oder so?

S: Äh, Kochen.

C: Kochen? Ah, ihr habt ein Fach „Kochen“!? Ist das Pflicht oder Wahl?

S: Pflicht.

C: Pflicht okay, d.h. das haben jetzt alle gemacht?

S: Ja.

C: Okay, spannend. Und da habt ihr das durchgenommen?

S: Nein, wir haben gesünder gekocht. Wir mussten halt immer zwei Personen eingeteilt, die waren halt einkaufen.

C: Ah und dann habt ihr darauf geschaut!

S: Ja, genau.

C: Ah, gut, verstehe. Perfekt, das war's zum Fragebogen. So. Dann die nächste Frage. Ähm... wie findet einkaufen bei dir bzw. in deiner Familie statt? Wer kauft ein? Wann? Wie oft und wo?

S: Ok, in meistens immer alle zam.

C: Mhm.

S: Ähm... (räuspert sich) circa zwei Mal in der Woche oder weniger sogar.

C: Mhm.

S: Ähm wo...in der Nähe.

C: Mhm, musst jetzt auch keinen speziellen Supermarkt nennen. Ähm... und alle zusammen heißt, mit den Eltern und Geschwistern?

S: Ja.

C: Okay, ähm... ist das Einkaufen koordiniert? Habt ihr einen Einkaufszettel?

S: Nein.

C: Nein, d.h. ...?

S: Wir schauen einfach zu Hause, was wir haben und was uns fehlt und das kaufen wir einfach ein.

C: Okay und wird vielleicht vorab besprochen was ihr essen wollt?

S: Ja.

C: Ja, also so wird das abgesprochen. Ähm... gehst du oder geht ihr, also deine Familie oder teile deiner Familie, zwischendurch einkaufen? Also ungeplant? Oder geht ihr wirklich immer nur die ein-, zweimal die Woche?

S: Manchmal, selten ungeplant.

C: Okay, aber sonst eher...

S: Ja.

C: ...regelmäßig? Mhm... gut das Nächste ist mit der Ernährungspyramide, die hast du jetzt zweimal schon gesehen beim Fragebogen. Und zwar hab ich die Kästchen ausgeschnitten und hätte jetzt gern von dir dass du mir mal eine Ernährungspyramide auflegst, so wie deine Ernährung aussieht, sprich die Sachen die du häufig isst bitte ganz unten und die Dinge die du eher selten isst oder trinkst ganz oben. Ähm... wenn du irgendetwas nicht erkennst, kannst du gerne fragen.

S: Ja.

C: Ist kein Problem, wenn Dinge dabei sind, die du gar nicht isst, äh, dann kannst du die zur Seite geben. Ja? Gut. Und es muss auch keine perfekte Pyramide sein.

S: Ja.

C: Es soll ungefähr deine Ernährung widerspiegeln.

Pause bis 07:10

C: Mhm, gut, äh, nochmal kurz anschauen. Wenn du was ändern willst, kannst du gern noch machen und wennst sagst, du bist so zufrieden dann...

- S: Ja.
- C: ...passt, gut. Ich werd das nur ein bisschen da dazu schieben. Ich mach jetzt nämlich ein Foto davon. So, gut. Und dann hätt' ich jetzt gerne im Vergleich dazu, dass du, äh, mir einmal auflegst gesunde Ernährung. Also was du denkst, wie gesunde Ernährung aufgebaut ist. Eben auch in Pyramidenform.
- S: Okay.
- Pause bis 08:34
- C: Ähm... magst du vielleicht den Fisch und...
- S: Ich ess keinen Fisch.
- C: Okay. Findest du auch nicht, dass es für gesunde Ernährung dazu gehört?
- S: Eigentlich schon, aber ich mag's einfach nicht.
- C: Okay, gut. Dann werde ich das so auch fotografieren. Dann hätt' ich jetzt trotzdem gerne, dass du mir ein bisschen erklärst, ähm... quasi warum ist das für dich gesunde Ernährung, was macht für dich gesunde Ernährung aus? Wenn's eigentlich eh deiner Ernährung entspricht, ob du dann denkst, dass du trotzdem was verbessern könntest, oder ob du es so lassen würdest.
- S: Ich find, ich kann das so lassen, weil ich esse gesund und alles was ich für's Leben brauch.
- C: Mhm.
- S: Ja.
- C: Würdest du, ähm, von der Häufigkeit, Sachen umschichten? Also manche Dinge öfter essen? Manche weniger? Weil unten sind ja die Dinge, die du häufig zu dir nimmst und oben die, die du eher selten isst. Gibt's da was, was du umschichten wollen würdest oder wo du dir denkst oder weißt, gelernt hast, das gehört eher nach unten oder nach oben?
- S: Eigentlich nicht.
- C: Eigentlich nicht. Okay und Fisch, ähm , hast du gesagt, magst du nicht und...
- S: Ja.
- C: Und schmeckt dir nicht, ähm...
- S: Mir schmeckt es, ich hab früher Fisch gegessen.
- C: Mhm.
- S: Und im Kindergarten.
- C: Mhm, und warum magst du ihn jetzt nicht mehr?
- S: Ich fühl mich halt übergeben und seitdem...
- C: Ah ok, verstehe.
- S: Ja.
- C: Ähm, wenn ich jetzt sagen würde, Fisch gehört zu gesunder Ernährung dazu, wo würdest du es einordnen?
- S: Würd ich eher oben, statt Käse.
- C: Statt Käse oder einfach dazu in die Reihe?
- S: Einfach dazu in die Reihe.
- C: In die zweite Reihe von unten. Okay, passt. Ähm... gut. Dann hätten wir das alles abgehakt. Dann die nächste Frage wäre: Wie sieht dein Frühstück, Mittag-, Abendessen aus? Also, da geht's jetzt wirklich darum, was isst du zum Frühstück, Mittag-, Abendessen? Musst jetzt nicht eine ganze Woche aufzählen, aber so ungefähr.
- S: In der Früh mach ich mir halt, mach ich, meine Mutter macht mir, ein Schwarzbrot mit Wurst und Aufstrich für die Schule.
- C: Mhm.
- S: Zu Mittag ich ess' oft Hühnerfleisch.
- C: Mhm.

- S: Und zum Abend irgendwas leichtes, Obst oder auch so kleine Sandwiches.
- C: Mhm und, äh, zu Mittag das Hühnerfleisch, was isst du da dazu?
- S: Reis oder Kartoffeln.
- C: Okay, kaufst du dir das, oder gehst du nach Hause Mittagessen? Oder ist das hier in der Schule, in der Mensa?
- S: Ich geh Mittagessen, halt nach der Schule.
- C: Mhm, okay. Aber nicht zu Hause sondern...?
- S: Zu Hause.
- C: Schon zu Hause!?
- S: Ja.
- C: Okay, gut. Äh, und wenn du zwischendurch sozusagen Snacks isst, hast du erwähnt, was ist das meisten?
- S: Keine Ahnung.
- C: Was du... sind das mehr Süßigkeiten?
- S: Ja, aber selten. Das echt nicht so oft.
- C: Mhm, sonst eher Obst oder...?
- S: Ja.
- C: Sandwiches? Sowas?
- S: Ja.
- C: Okay und hast du die dann schon mit oder kaufst du die wo?
- S: Ich hab sie mit. Die Süßigkeiten.
- C: Also überhaupt so Snacks, wenn du's zwischendurch isst?
- S: Die kauf ich.
- C: Okay, gut. Ähm... haben Mahlzeiten, also jetzt Frühstück, Mittag-, Abendessen eine Bedeutung für dich?
- S: Ja, das gehört zum Tag, zum Leben halt.
- C: Mhm und familiär, emotional? Gibt's da auch eine Bindung?
- S: Dasselbe.
- C: Dasselbe, okay. Weil, es gibt Leute, die sagen Abendessen ist ihnen wichtig, weil das ist mit der Familie zusammen und...
- S: Ja, Wochenende frühstücken wir halt immer alle zusammen.
- C: Mhm und das ist dir auch wichtig, dass ihr das macht?
- S: Ja, eigentlich schon.
- C: Mhm, gut. Äh, genau, das ist dann die nächste Frage. Schaut deine Ernährung am Wochenende anders aus, als unter der Woche?
- S: Nein.
- C: Auch nicht von der Zeit?
- S: Oja, von der Zeit.
- C: Von der Zeit schon, oder?
- S: Ja, bisschen später.
- C: Aber trotzdem auch Frühstück, Mittag-, Abendessen?
- S: Ja.
- C: Gut, ähm... was heißt gesunde Ernährung für dich?
- S: Dass man sich gesund ernährt zum Beispiel, nicht oft draußen isst, sondern mehr zu Hause und gesunde Sachen, Obst, Gemüse, Fleisch, halt nicht zu viel.
- C: Mhm, gut. Und im Vergleich dazu, was ist schlechte Ernährung?
- S: Keine Ahnung. So Fastfood.

C: Mhm, gut. Ähm... worauf achtest du bei deiner Ernährung? Wenn du auf etwas achtest.

S: Wo... ich komm nicht zu. Es soll bisschen gesünder sein also...

C: Also du versuchst Süßigkeiten, Fastfood eher zu vermeiden?

S: Ja, genau.

C: Und warum? Warum achtest du darauf? Hat das einen Grund?

S: Ich geh in eine Sportschule nächstes Jahr.

C: Ah und quasi als Vorbereitung. Aber du machst jetzt keine spezielle Diät?

S: Nein.

C: Gut, okay, ähm... hast du dich schon, ähm, irgendwie informiert bezüglich... für Sportler, weil das ist ja ein sehr spezielles Thema.

S: Nein.

C: Auch nicht. Okay, aber du möchtest unbedingt dort auf diese Schule?

S: Ich bin schon.

C: Bist du schon aufgenommen? Herzlichen Glückwunsch! Cool! Ähm... denkst du, dass deine Ernährungsform, so wie es jetzt ist, zukunftsfähig ist? Also, dass du und andere Menschen sich in Zukunft so ernähren können?

S: Ja.

C: Ja? Okay. Ähm... dann wäre die nächste Frage, wie informierst du dich über das Thema Ernährung? Wenn du dich informierst?

S: Durch die Eltern.

C: Durch die Eltern? Mhm. Internet? Fernsehen? Schule?

S: Fernsehen seh' ich fast nie.a

C: Okay, aber auch kein nachschauen oder Googlen?

S: Das mach ich nicht.

C: Auch nicht? Okay. Weil du deine Eltern angesprochen hast: ist Ernährung ein Thema in deiner Familie? Wenn ja, warum? Wenn nein, warum nicht?

S: Ja und bisschen ja, weil wir ja bisschen übergewichtiger sind und ja, deswegen halt.

C: Und ihr setzt euch jetzt gemeinsam damit auseinander?

S: Ja.

C: Wollt ihr auch gemeinsam abnehmen?

S: Ja.

C: Habt ihr einen Plan?

S: Kein Plan, halt wir versuchen das halt gemeinsam.

C: Um euch zu motivieren? Mhm, sehr schön. Ähm... machst du dir Gedanken über die Zukunft der Ernährung?

S: Nein.

C: Okay, auch nicht auf globaler Ebene, wie es mit der Welternährung aussieht? Mit der Nahrungsverteilung?

S: In manche Länder ist halt, haben die nicht so viel wie wir.

C: Mhm.

S: Zum Beispiel, Afrika haben die halt fast gar nix.

C: Mhm.

S: Ja.

C: Aber es ist jetzt nichts, was dich akut beschäftigt?

S: Nicht, aber Volksschule in Afrika, die Kinder sollten schon was bekommen zum Essen, ja.

C: Mhm ähm... hast du schon mal drüber gehört, oder dir Gedanken darüber gemacht, dass es alternative Wege geben würde, sich zu ernähren oder neue Arten von Lebensmitteln die vielleicht in der Zukunft öfter...?

S: Hab ich schon mal gehört.

C: Zum Beispiel?

S: Essen in Dosen.

C: Mhm.

S: Nur, zum Beispiel, was man auf der Straße kauft, kann man jetzt in Dosen kaufen.

C: Mhm, glaubst du, dass das in Zukunft häufiger werden wird?

S: Also ich nicht, aber vielleicht andere Leute.

C: Okay, gut. Ähm... und wie denkst du, werden wir uns in Zukunft ernähren also, wenn wir uns jetzt grad so in diesen Zukunftsszenarien drin sind? Die Allgemeinheit?

S: Eh wie jetzt, gleich eigentlich.

C: Kein großer Unterschied?

S: Nein.

C: Mhm, gut. Dann als letzten Punkt, ähm, hätte ich gerne, dass du mir einen Einkaufszettel schreibst und zwar ungefähr mit den Dingen die ihr, wenn ihr in der Woche einkaufen geht, so einkauft. Einen typischen Einkauf. Müssen jetzt auch keine spezifischen Produktnamen sein, also keine Marken, sondern einfach allgemein.

Pause bis 19:32

C: Fertig?

S: Ja.

C: Passt, dann sag ich vielen Dank! Ich schreib mir jetzt noch auf wer du bist, damit ich das nachvollziehen kann. Super. Perfekt, dann sag ich auf jeden Fall danke, du warst mein letztes Interview!

8.7 Tabellen zur Auswertung der Interviews

Anm.: „S.“ steht für „SchülerIn“

Ernährungsverhalten					
	Mahlzeiten		Wie oft/Wann	Was	Anmerkungen der SchülerInnen
Interview Nr. 1	Frühstück	(X)	nur am Wochenende	früher Weißbrot + Wurst, jetzt Müsli	
	Mittagessen	X	zu Hause, ca. 13:00 Uhr		Meistens kocht die Mutter, Schülerin kocht auch manchmal und versucht dabei gesünder zu kochen, indem sie Oliven- statt Sonnenblumenöl zum Frittieren/Braten verwendet
	Abendessen	(X)	selten, v.a. am Wochenende		Unter der Woche oft keine Zeit für Abendessen; hat seit 1. Befragung ihre Ernährung umgestellt → isst am Abend weniger und gesünder
	Jause	(X)	nicht jeden Tag		
	Snacks	X	v.a. am Nachmittag	Süßes, Rohkost	
Interview Nr. 2	Frühstück	(X)	nur am Wochenende	Semmel + Rohkost, danach Müsli mit frischem Obst	zu stressig vor der Schule
	Mittagessen	X	zu Hause um ca. 13:00 Uhr	In der Schule/unterwegs → Fast Food; zu Hause gesünder (keine genaue Angabe)	
	Abendessen	(X)	selten, v.a. am Wochenende	Kleinigkeiten (Müsli oder Toast), v.a. nach dem Training	
	Jause				
	Snacks	X			

Interview Nr. 3	Frühstück	X		Schulzeit → Cornflakes oder Fruchtjoghurt (Naturjoghurt mit frischen Früchten) oder Kakao; am Wochenende macht die Mutter etwas Warmes	
	Mittagessen	X		Di, Mi → Fast Food restl. Woche → verschieden	Di, Mi → Nachmittagsunterricht; in der Umgebung gibt es nur Fast Food Restaurants
	Abendessen	X			
	Jause				
	Snacks				
Interview Nr. 4	Frühstück				unter der Woche keine Zeit (Schule); am Wochenende schläft er bis 12:00 Uhr
	Mittagessen	X		je nachdem was es in der Schulkantine gibt; zu Hause auch abwechselnd	Am Wochenende ist das Frühstück gleichzeitig das Mittagessen und umgekehrt
	Abendessen	X		Kleinigkeit	abhängig von Jahreszeit (Sommer → Melone, Winter → belegtes Brot)
	Jause	X		Belegtes Brot (Schulbuffet)	Ist Ersatz für das entfallene Frühstück
	Snacks				
Interview Nr. 5	Frühstück	X	ca. 08:00 Uhr	v.a. Schwarzbrot und selbstgemachte Aufstriche	
	Mittagessen	X	13:00 - 14:00 Uhr	verschieden	manchmal geht sie mit der Mutter auch in ein Restaurant
	Abendessen	X	19:00 - 20:00 Uhr	Suppe o.ä.	auf jeden Fall weniger als beim Mittagessen
	Jause				
	Snacks	X	zwischendurch		

Interview Nr. 6	Frühstück	(X)	selten	Brot mit Aufstrich oder Toast	
	Mittagessen	X		Fleischgerichte, Spaghetti oder Chinesisch (Restaurant)	
	Abendessen	X		Suppe o.ä.	„wie im Restaurant“
	Jause				
	Snacks	X			
Interview Nr. 7	Frühstück	(X)	selten (vor 12:00 Uhr)	wenn, dann Cornflakes oder Wurstsemmel	unter der Woche keine Zeit, am Wochenende auch nur manchmal (wenn, dann vor 12:00 Uhr)
	Mittagessen	X	15:00 Uhr (Schule) oder 14:00 Uhr Wochenende	Toast oder etwas Asiatisches	Mutter ist Asiatin; oft zusammen mit Geschwistern
	Abendessen	X	20:00 Uhr (Schule) oder 19:00 Uhr (Wochenende)	Suppe, Salat	wird als einzige Mahlzeit öfter mit der ganzen Familie zusammen eingenommen
	Jause				
	Snacks				
Interview Nr. 8	Frühstück	(X)	= Jause, nach 08:00 Uhr	Schwarzbrot mit Aufstrich und Wurst	am Wochenende frühstückt die Familie gemeinsam
	Mittagessen	X		oft Huhn mit diversen Beilagen	in der Schule, zu Hause oder woanders (Restaurant?)
	Abendessen	X		„was Leichtes“ = Obst oder kleine Sandwiches	
	Jause	X	in der 15 Min.-Pause	restl. „Frühstück“	
	Snacks	X		Süßigkeiten (von zu Hause mitgenommen) oder etwas vom Schulbuffet	

Bedeutung der Mahlzeiten für die einzelnen SchülerInnen	
Interview 1	Das Frühstück ist die wichtigste Mahlzeit am Tag, da es die Energie für den restlichen Tag liefert. Ansonsten haben die Mahlzeiten keine Bedeutung.
Interview 2	Frühstück ist die erste Mahlzeit nach dem Aufstehen und Abendessen die letzte vor dem Schlafengehen → Zusammenhang mit Hungergefühl. Ansonsten haben die Mahlzeiten keine Bedeutung.
Interview 3	Das Frühstück ist die wichtigste Mahlzeit am Tag (→ geflügeltes Wort). Ansonsten haben die Mahlzeiten keine Bedeutung.
Interview 4	Die Mahlzeiten haben keine Bedeutung.
Interview 5	Die Mahlzeiten haben keine Bedeutung, aber die Schülerin achtet auf vegane Ernährung (probiert sie gerade aus). Tlw. spielt Religion eine Rolle (Fasten zu Weihnachten und Ostern).
Interview 6	Die Mahlzeiten haben keine Bedeutung.
Interview 7	Das Mittagessen gemeinsam mit den Geschwistern ist der Schülerin wichtig, ansonsten haben die Mahlzeiten keine Bedeutung.
Interview 8	Die Mahlzeiten haben keine besondere Bedeutung, aber am Wochenende frühstückt die Familie gemeinsam.

Wissen zum Thema Ernährung				
	Interview 1	Interview 2	Interview 3	Interview 4
zu Frage 13:	Keine genaue Angabe, da v.a. die Eltern alleine einkaufen gehen.	1) Durch eine Ernährungsumstellung des S. wurden zum Zeitpunkt der 2. Befragung weniger Süßigkeiten und Säfte gekauft	Keine wirkliche Erklärung zu den unterschiedlichen Angaben, sondern eher eine Begründung warum manche Produkte gekauft werden.	Die Unterschiede zwischen 1. und 2. Befragung ergeben sich durch eine Ernährungsumstellung → Mutter achtet darauf, dass S. ein bisschen abnimmt
"Regionalität" =	„... wenn es aus der Region kommt.“ „... wenn es nicht so einen weiten Weg da her hat.“	Begriff ist nicht bekannt, wurde auch nicht angekreuzt (beim 2. Durchgang wurde die Frage gar nicht beantwortet).	Definiert sich durch Staatsgrenzen und Kultur; Bezug v.a. auf regionale Küche, nicht auf die Herkunft der Lebensmittel	„... wenn es im Umkreis von 30 km angebaut wird.“ „... dass es frisch vom Anbauort kommt.“ Wenn beim Anbau auf Pestizide verzichtet wurde.
zu Frage 15:	Beim 2. Durchgang mehr Begriffe angekreuzt durch: 1) Workshop	1) Wurde nur bei der 1. Befragung ausgefüllt; bei der 2. Befragung „wahrscheinlich übersehen“. 2) Die Begriffe konnten im allg. nicht sinngemäß wiedergegeben werden (Bsp.: Superfood mit Fast Food verwechselt).	Beim 2. Durchgang mehr Begriffe angekreuzt durch: 1) Workshop 2) Biologieunterricht	Beim 2. Durchgang waren alle Begriffe bekannt, da der S. eine Dokumentation über Superfood im Fernsehen gesehen hat. Die Erklärung der Begriffe war im allg. gut, tlw. waren Einzelheiten nicht korrekt.
gesunde/gute Ernährung =	1) genug Kohlenhydrate 2) genug Eiweiß 3) genug Fett 4) man darf es bei allem nicht übertreiben 5) ausgewogene Ernährung	1) den ganzen Tag gesundes Essen essen (Bsp.: Müsli, Rohkost,...)	Das Gegenteil von ungesunder Ernährung (v.a. Salat, Tomaten,...)	1) wenig Fett 2) wenig Kohlenhydrate 3) wenig Chips 4) kein Fast Food 5) mehr Obst und Gemüse 6) mehr „leichte Sachen“ (Joghurt u.ä.)

ungesunde/schlechte Ernährung =	1) zu viel Fett	1) den ganzen Tag Knabbereien, Süßigkeiten und Fast Food essen.	1) Fast Food 2) Süßigkeiten	1) Burger 2) Süßigkeiten 3) Chips 4) fettige Sachen
Anmerkungen:	„Von zu viel Zucker bekommt man Diabetes oder Zuckerkrankheiten“ „Zu viel Fett schädigt den Körper“		Bei „ungesunder Ernährung“ wurden Überbegriffe (z.B.: Fast Food) zusammen mit einzelnen Bestandteilen (z.B.: Pommes, Burger,...) genannt.	
Infos zum Thema durch:	1) YouTube-Videos 2) Ernährungsworkshop in der Schule 3) nicht über die Familie	1) Mutter 2) Ernährungsworkshop in der Schule	1) Biologieunterricht 2) YouTube-Videos 3) teilweise durch die Familie	1) Biologieunterricht 2) Fernsehen

Wissen zum Thema Ernährung				
	Interview 5	Interview 6	Interview 7	Interview 8
zu Frage 13:	S. ernährt sich zum Zeitpunkt des Interviews seit einer Woche vegan, deshalb die Unterschiede in den Angaben zw. 1. und 2. Befragung	Da die Mutter des S. bei der 2. Befragung etwas experimentierfreudig in der Küche war, konnten keine genauen Angaben gemacht werden	Da die Mutter viel frisch kocht, ergeben sich die vielen Angaben	keine Erklärung für die unterschiedlichen Angaben
"Regionalität" =	„... wenn es aus Österreich kommt.“	„... das Essen kommt aus dem eigenen Land.“	Das Lebensmittel wird im eigenen Land angebaut und geerntet.	„... wenn es aus der Regierung kommt, z.B. aus Österreich“
zu Frage 15:	Beim 2. Durchgang mehr Begriffe angekreuzt durch: 1) Workshop	Die Definition der Begriffe fiel dem S. schwer. (Bsp.: Bio = gesund, „natürlicher“, frischer, durch Gütesiegel erkennbar und es sollten keine „heimischen“ Stoffe drin sein.)	S. geht manchmal selbst einkaufen und kennt daher viele Begriffe	Im Unterrichtsfach „Kochen“ müssen die SchülerInnen selbst einkaufen gehen, deshalb kennt der S. jetzt mehr Begriffe.
gesunde/gute Ernährung =	1) ausgewogene Ernährung (von allem ein bisschen)	1) Bio 2) es schmeckt gut 3) es ist frisch	1) davon kann man viel essen	1) man isst v.a. zu Hause, nicht oft außerhalb 2) gesunde Sachen (Obst, Gemüse, Fleisch in Maßen)

ungesunde/schlechte Ernährung =	1) viel Fast Food	1) schmeckt gut, ist aber nicht gesund	1) davon sollte man wenig essen (wegen der vielen Kohlenhydrate)	1) Fast Food
Anmerkungen:		In Bezug auf un-/gesunde Ernährung: Auch wenn etwas nicht gesund ist, ist es gut, solange es schmeckt und solange man fit ist und nicht zu dick wird, ist alles erlaubt.		Wie man an „Regierung“/„Region“ sehen kann, ist dem S. teilweise nicht bewusst, welcher Begriff welche Bedeutung hat.
Infos zum Thema durch:	1) Biologieunterricht 2) Ernährungsworkshop in der Schule 3) Familie (man möchte gemeinsam gesünder essen) 4) manchmal Zeitungsartikel	k. A.	1) Biologieunterricht (wenig) 2) Ernährungsworkshop (viel) 3) Internet 4) Familie (alle außer die Mutter sollten sich gesünder ernähren)	1) Eltern/Familie (wollen zusammen abnehmen)

Ernährungspyramidenvergleich – „eigene Ernährung“ vs. „gesunde Ernährung“				
	Interview 1	Interview 2	Interview 3	Interview 4
Anm.:	1) Spaghetti sollte man laut S. seltener essen, S. isst sie aber selbst oft. 2) S. vermeidet Milch, weil sie sie nicht gut verträgt. 3) Pflanzenöle sind ein wichtiger Teil der Ernährung, sind daher bei ihrer eigenen Ernährung weit oben, bei gesunder Ernährung in der Mitte. 4) Man sollte Lebensmittel mit vielen Kohlenhydraten eher meiden, da Kohlenhydrate „Dickmacher“ sind.	1) 1) Der S. hatte Schwierigkeiten bei der Umsetzung der Aufgabe und der Konstruktion einer Pyramide. 2) Die Ernährungspyramide für die eigene Ernährung ist eine Pyramide, für gesunde Ernährung wurden einfach zwei Reihen gelegt (Trennung in „gesund/gut“ bzw. „ungesund/schlecht“)	1) Die S. mag zwar weder Käse, noch Joghurt oder Eier, weiß aber, dass diese Lebensmittel gesund sind. 2) Die S. versucht sich gesund und ausgewogen zu ernähren, scheitert aber oft, v.a. wenn sie Nachmittagsunterricht hat (dann wird oft Fast Food gegessen).	1) Der S. weiß, dass er zu wenig Gemüse isst. 2) Auch Eier bzw. Mayonnaise ist er wenig, weil er sie nicht mag. 3) Obwohl der S. weiß, dass Süßigkeiten schlecht sind, isst er viel davon. Laut S. wird Zucker als Fett gespeichert, deshalb ist er ungesund.
	Interview 5	Interview 6	Interview 7	Interview 8
	1) Die S. mag keine Eier, keinen Käse und kein Fleisch, deshalb... 2)... sind Süßigkeiten bei ihrer Ernährungspyramide weiter unten als Eier und Käse. 3) Durch die zum Zeitpunkt des Interviews vegane Ernährung, versucht S. auf Fleisch, Eier und Milch zu verzichten.	1) Großer Unterschied bei Süßigkeiten (bei eigener Ernährung weiter unten), denn solange der S. Sport macht, fit bleibt und nicht dicker wird, darf er mehr Süßigkeiten essen (laut seiner Mutter). 2) Eier mag der S. nicht, isst sie aber trotzdem oft.	1) Die S. weiß, dass Süßigkeiten nicht gesund sind (bei gesunder Ernährung sind sie ganz oben), isst sie aber oft (bei eigener Ernährung sind sie in der 2. Reihe von unten). (Anm.: laut der S. machen Süßigkeiten sie glücklich)	1) Der S. ist der Meinung, dass er sich gesund ernährt, weshalb die Ernährungspyramide für gesunde Ernährung sich an seiner eigenen Ernährung orientiert. 2) Fisch wurde bei beiden Pyramiden weggelassen (s. Punkt 1); müsste er ihn allerdings hinzufügen, dann in derselben Reihe wie Käse (2. Reihe von unten).

Fotos der Ernährungspyramiden für „eigene Ernährung“



Abbildung 42 - 1. Interview



Abbildung 43 - 2. Interview



Abbildung 44 - 3. Interview



Abbildung 45 - 4. Interview



Abbildung 46 - 5. Interview



Abbildung 47 - 6. Interview



Abbildung 48 - 7. Interview



Abbildung 49 - 8. Interview

Fotos der Ernährungspyramiden für „gesunde Ernährung“



Abbildung 50 - 1. Interview



Abbildung 51 - 2. Interview



Abbildung 52 - 3. Interview



Abbildung 53 - 4. Interview



Abbildung 54 - 5. Interview



Abbildung 55 - 6. Interview



Abbildung 56 - 7. Interview



Abbildung 57 - 8. Interview

Einkaufsverhalten								
	Interview 1	Interview 2	Interview 3	Interview 4	Interview 5	Interview 6	Interview 7	Interview 8
Wer?	Eltern	Mutter	Mutter und S.	Mutter und S.	Mutter und Angestellte	Mutter; S. nur, wenn Mutter krank ist	Vater; S., falls Mutter spontan etwas braucht	meistens die ganze Familie
Wie oft?	1x/Woche samstags	1x/Woche freitags	2x/Woche	1x/Woche freitags; bei Bedarf zwischendurch	mehrmals die Woche bis täglich	täglich	1x/Woche	1-2x/Woche
Modus?	keine Absprache; kein Einkaufszettel	nach Absprache mit der Familie; mit Einkaufszettel	kein Einkaufszettel; „auf was wir Lust haben“	keine Absprache; kein Einkaufszettel	Obst und Gemüse vom Bauernhof; restliche Lebensmittel im Supermarkt; tlw. mit Absprache; kein Einkaufszettel	selten mit Einkaufszettel	manchmal mit Einkaufszettel	nach Absprache mit Familie; kein Einkaufszettel

Interview Einkaufszettel					
Nr. 1	Brot Eier Wurst Käse Eisbergsalat Fruchtsaft (Orangen-, oder Apfelsaft) Toast Milch Müsli, Cornflakes Softdrinks (7up)	Nr. 4	Vollkornbrot Wurst Aufstrich Obst (Bananen, Äpfel, Melonen) Gemüse (Tomaten, Gurken, Paprika) Milch Softdrinks Knabbereien Joghurt Frankfurter	Nr. 7	Wasser Eistee Schokolade Fleisch Salami Brot Toast Milch Eier Bananen Äpfel Soletti Joghurt
Nr. 2	Brot Gemüse Wurst Milch Fleisch Obst Wasser Soft Drinks Chips	Nr. 5	Hühnerfleisch Tomaten Gurken Salat Öle (Kürbiskernöl) Brot Joghurt Mineralwasser Wurst	Nr. 8	2L Milch 1 Pkg. Spaghettinudeln Bananen Mandarinen Salat Toastschinken Gewürze Schwarzbrot Vollkornbrot Reis Joghurt Wasser
Nr. 3	Obst (Erdbeeren, Bananen) Gemüse (Salat, Tomaten, Gurken) Fleisch Milch Joghurt Nudeln Brot (Mineral) Wasser Süßigkeiten Müsli Eis Fisch	Nr. 6	Gemüse Obst Gewürze Dinkelbrot Wasser in Glasflaschen Reis Fisch (Lachs, Forelle) pflanzliche Butter		

Zukunfts- und -ansichten				
	Interview 1	Interview 2	Interview 3	Interview 4
Ist deine Ernährung zukunftsfähig?	Nein, denn sie sollte besser sein.	Nein, denn der S. isst zu viel Fast Food.	Ja.	Nein, denn sie ist noch zu ungesund, deshalb kommt es zu Defiziten im Sport und geringer Ausdauer. Außerdem steigt dadurch das Herzinfarktrisiko.
Machst du dir Sorgen/Gedanken um die Zukunft unserer Ernährung?	Wir essen zu viel Rindfleisch, dadurch gelangt ein Stoff (Anm.: CO ₂) in die Atmosphäre, was schlecht für die ganze Welt ist.	k.A.	k.A.	Nein, keine speziellen Gedanken oder Sorgen.
Wie ernähren wir uns in Zukunft?	Hauptsächlich von Dosengerichten. Nahrungsmittel sollen v.a. länger haltbar werden.	In ca. 20 Jahren essen wir v.a. Insekten (als Belag für Brötchen oder Ersatz für Knabbereien)	Die Ernährung wird im allg. gleich bleiben, manche werden sich ungesund und manche gesund ernähren, doch die meisten Menschen werden Fast Food essen.	In Zukunft wird das Essen in unseren Magen teleportiert. Man gibt einen Brei in eine Art Mikrowelle und dann wird er in den Magen teleportiert. Auch Pillen, in denen ganze Menüs enthalten sind, wird es geben. Beides bringt auch Sättigungsgefühl.

Zukunfts- und -ansichten				
	Interview 5	Interview 6	Interview 7	Interview 8
Ist deine Ernährung zukunftsfähig?	Ja, hoffentlich.	Einstweilen, ja.	Nein, ist sie nicht, denn sie passt nicht zu jedem/jeder. Jeder Mensch sollte selbst herausfinden, was zu ihm passt.	Ja.
Machst du dir Sorgen/Gedanken um die Zukunft unserer Ernährung?	Wenn wir weiterhin so viel Fleisch essen, wird es bald keine Tiere mehr geben, aber Gedanken macht sich die S. erst, wenn es kein Fleisch mehr im Supermarkt gibt.	Der S. macht sich allgemeine Gedanken zum Klimawandel, nicht spezifisch zu unserer Ernährung.	Es gibt zu viele chemische Produkte, welche gesundheitsschädlich sind.	Nein, keine speziellen Gedanken oder Sorgen.
Wie ernähren wir uns in Zukunft?	Die Ernährung wird sicherlich nicht so sein wie heute; wir werden Insekten essen.	In Zukunft werden wir uns mit Tabletten ernähren. Die Mahlzeiten werden geschrumpft und in Tablettenform eingenommen.	In Zukunft wird unsere Ernährung gesund sein, mit Ausnahme von Eiscrème und Keksen.	Die Ernährung der Zukunft wird so sein wie heute, aber wir werden mehr Dosengerichte essen (Streetfood wird ebenfalls in Dosen verpackt).

9 Literaturverzeichnis

Albrecht, R. (2012): Qualitative Inhaltsanalyse: GRIN Verlag GmbH.

Baerlocher, K.; Laimbacher, J. (2001): Ernährung von Schulkindern und Jugendlichen. In: *Monatsschrift Kinderheilkunde* (1), 25–34, zuletzt geprüft am 27.09.2019.

Botanical Garden of the University Vienna. Online verfügbar unter <https://www.bigpicnic.net/partners/botanical-garden-university-vienna/>, zuletzt geprüft am 12.09.2019.

Brandt, S.; Moss, A.; Berg, S.; Wabitsch, M. (2010): Schulbasierte Prävention der Adipositas. Wie sollte sie aussehen? In: *Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz* 53 (2), S. 207–220. DOI: 10.1007/s00103-009-1017-z.

Bromley, G.; Derewnicka, L.; Vergou, A.; van Dijk, D.; Steinhaus, N.; Wolstenholme, J. (2016): Stakeholder Engagement Strategy. BigPicnic: Bis Questions - engaging the public with Responsible Research and Innovation on Food Security (D1.1). Online verfügbar unter https://www.bigpicnic.net/media/documents/BigPicnic_Deliverable_D1.1_Stakeholder_Engagement_Strategy.pdf, zuletzt geprüft am 13.09.2019.

Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; RIS (01.09.2018): Lehrpläne - Neue Mittelschulen. Online verfügbar unter <https://www.ris.bka.gv.at/Dokumente/Bundesnormen/NOR40207228/NOR40207228.pdf>, zuletzt geprüft am 27.09.2019.

Bundesministerium für Gesundheit und Frauen: Die österreichische Ernährungspyramide - Folder. Online verfügbar unter https://www.sozialministerium.at/cms/site/attachments/7/3/0/CH4082/CMS1290513144661/folder_erpyr_web.pdf, zuletzt geprüft am 29.11.2019.

Bundesministerium für Gesundheit, Radetzkystraße 2, 1030 Wien (Hg.) (2013): Nationaler Aktionsplan Ernährung. inkl. Maßnahmenübersicht und Planung. NAP.e. Online verfügbar unter https://www.sozialministerium.at/cms/site/attachments/1/1/7/CH4083/CMS1471773335591/nap.e_20130909.pdf, zuletzt geprüft am 13.11.2019.

Campbell, N. A.; Reece, J. B.; Urry, L. A.; Cain, M. L.; Wasserman, S. A.; Minorsky, P. V.; Jackson, R. B. (2009): Biologie. 8. aktualisierte Auflage. München: Pearson Studium.

Clausen, K.; Kersting, M. (2012): Gemeinschaftsverpflegung in Bildungseinrichtungen für Kinder. In: *Monatsschr Kinderheilkd* 160 (11), S. 1081–1088. DOI: 10.1007/s00112-012-2637-1.

Demuth, R.; Rieck, K. (2005): Schülervorstellungen aufgreifen - grundlegende Ideen entwickeln. (Überarbeitete Fassung). Kiel: IPN (Modulbeschreibungen des Programms SINUS-Transfer Grundschule. Naturwissenschaften. G3), zuletzt geprüft am 19.12.2019.

Deneke, C. (2001): Erwerb von Ernährungskompetenzen. In: *Public Health Forum* (31), S. 15–16. Online verfügbar unter <http://www.urbanfischer.de/journals/phf>, zuletzt geprüft am 23.09.2019.

Derewnicka, L.: Second BigPicnic Partner Meeting. Online verfügbar unter <https://www.bigpicnic.net/updates/second-bigpicnic-partner-meeting/>, zuletzt geprüft am 12.09.2019.

Derewnicka, L.: Third BigPicnic Partner Meeting. Online verfügbar unter <https://www.bigpicnic.net/updates/third-bigpicnic-partner-meeting/>, zuletzt geprüft am 12.09.2019.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) (2012): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Unter Mitarbeit von DGE, ÖGE, SGE, SVE. 1. Auflage, 4. korrigierter Nachdruck. Neustadt an der Weinstraße: Neuer Umschau Buchverlag.

Diaz-Bone, R.; Weischer, C. (Hg.) (2015): Methoden-Lexikon für die Sozialwissenschaften. Wiesbaden: Springer VS.

Dörr, H. G. (2013): Endokrine Regulation der weiblichen Pubertät. In: *Gynäkologische Endokrinologie* 11 (1), S. 6–10. DOI: 10.1007/s10304-012-0495-5.

Elmadfa, I. (2009): Ernährungslehre. 2. überarbeitete Auflage. Stuttgart: Eugen Ulmer GmbH & Co.

Elmadfa, I.; Freisling, H.; Nowak, V.; Hoftstädter, D.; et al. (2009): Österreichischer Ernährungsbericht 2008. 1. Auflage. Hg. v. Institut für Ernährungswissenschaften. Universität Wien. Wien. Online verfügbar unter https://ernaehrungsbericht.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/dep_ernaehrung/forschung/ernaehrungsberichte/oesterr_ernaehrungsbericht_2008.pdf, zuletzt geprüft am 22.12.2019.

Feigenspan, A. (2017): Prinzipien der Physiologie. Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg, zuletzt geprüft am 30.11.2019.

Heger, S. (2016): Neuroendokrine Regulation der Pubertät und ihre Störungen. In: *Gynäkologische Endokrinologie* 14 (4), S. 233–238. DOI: 10.1007/s10304-016-0091-1.

Hollenberg, S. (2016): Fragebögen. Fundierte Konstruktion, sachgerechte Anwendung und aussagekräftige Auswertung. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden, zuletzt geprüft am 10.12.2019.

Huisman, M. (1999): Item nonresponse. Occurrence, causes, and imputation of missing answers to test items. Rijksuniversiteit Groningen. Online verfügbar unter https://www.researchgate.net/profile/Mark_Huisman3/publication/268312247_Item_nonresponse_occurrence_causes_and_imputation_of_missing_answers_to_test_items/links/593ea5cf0f7e9bf167c044bd/Item-nonresponse-occurrence-causes-and-imputation-of-missing-answers-to-test-items.pdf, zuletzt geprüft am 03.11.2019.

Lüdders, L. (2016): Fragebogen- und Leitfadenkonstruktion. Ein Handbuch für Studium und Berufspraxis. 1. Auflage. Bremen: APOLLON University Press.

Mayring, P. (2015): Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 12. überarbeitete Auflage. Weinheim/Basel: Beltz Verlag.

Morgan, J. (2019): BigPicnic - Recommendations. Online verfügbar unter https://www.bigpicnic.net/media/documents/BigPicnic_Recommendations.pdf, zuletzt aktualisiert am 25.04.2019, zuletzt geprüft am 08.11.2019.

Moussouri, T.; Alexopoulos, G.; Francis, D.: Team-Based Inquiry practitioners' manual. Online verfügbar unter <https://www.uibk.ac.at/projects/bigpicnic/science-cafe-tool-kit/dateien-reports/tbi-practicioners-manual.pdf>, zuletzt geprüft am 21.11.2019.

Porst, R. (2014): Fragebogen. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden, zuletzt geprüft am 25.09.2019.

Raithel, J. (2002): Ernährungs- und Gesundheits-/ Risikoverhalten Jugendlicher. Befunde zum Zusammenhang von Ernährungsverhalten und gesundheitsrelevanten Verhaltensweisen. In: *Zeitschrift für Gesundheitswissenschaften* (10), S. 57–71, zuletzt geprüft am 27.09.2019.

Reinders, H. (2012): Qualitative Interviews mit Jugendlichen führen. Ein Leitfaden. 2. aktualisierte Auflage. München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag GmbH, zuletzt geprüft am 19.12.2019.

Reinhold, G. (2000): Soziologie-Lexikon, S. 165–474, zuletzt geprüft am 04.10.2019.

Schlag-Edler, B.: Is that our future food? Online verfügbar unter <https://www.bigpicnic.net/updates/our-future-food/>, zuletzt geprüft am 12.09.2019.

Schlag-Edler, B.: Presenting the first co-created project on the topic soil: Boden - darauf stehen wir. Online verfügbar unter <https://www.bigpicnic.net/updates/presenting-first-co-created-project-topic-soil-boden-darauf-stehen-wir/>, zuletzt geprüft am 12.09.2019.

Schlag-Edler, B.; Sagmeister, K.: Smoothie Workshop. Online verfügbar unter <https://www.bigpicnic.net/updates/smoothie-workshop/>, zuletzt geprüft am 12.09.2019.

Schlag-Edler, Birgit: Harvest workshop - BigPicnic. Online verfügbar unter <https://www.bigpicnic.net/updates/follow-our-co-creating-school-and-harvest-workshop/>, zuletzt geprüft am 12.09.2019.

World Food Summit (1996): Rome Declaration on World Food Security. Online verfügbar unter <http://www.fao.org/3/w3613e/w3613e00.htm>, zuletzt aktualisiert am 09.01.2007, zuletzt geprüft am 18.11.2019.

Zwiauer, K. (2007): Studienbericht: Österreichweite Feldstudie zur Erhebung der Prävalenz von Übergewicht bei 6- bis 14-jährigen. Unter Mitarbeit von P. Burger, J. Hammer, A. Hauer, A. Lehner, P. Lehner, I. Mutz et al. Online verfügbar unter <https://docplayer.org/22545140-Studienbericht-oesterreichweite-feldstudie-zur-erhebung-der-praevaleanz-von-uebergewicht-bei-6-bis-14-jaehrigen-schuelerinnen-und-schuelern.html>, zuletzt geprüft am 22.12.2019.

10 Abstract

2016 wurde das EU-geförderte BigPicnic Projekt ins Leben gerufen, an dem 19 verschiedene PartnerInnen diverser europäischer (und nicht europäischer) Städte mitwirkten. Im Zentrum dieses dreijährigen Projekts stand die Idee, die Öffentlichkeit in Zusammenarbeit von WissenschaftlerInnen, NGOs und Verantwortlichen aus der Landwirtschaft für das Thema „*food security*“ zu sensibilisieren. Es wurden verschiedene Unterprojekte entwickelt, um diverse Zielgruppen zu erreichen. Ein solches Projekt, welches für die vorliegende Diplomarbeit relevant war, entstand in der Zusammenarbeit von SchülerInnen der Sekundarstufe II und dem Botanischen Garten der Universität Wien. Die vorliegende Diplomarbeit befasst sich mit den Vorstellungen zum Thema „Ernährung“ von SchülerInnen im Alter von 13 – 15 Jahren, welche nicht am BigPicnic Projekt teilgenommen haben. Anhand von Befragungen mit Fragebögen und Einzelinterviews wurde untersucht, ob die SchülerInnen über ein Ernährungsbewusstsein verfügen, wie detailliert dieses ist, und ob sie zukunftsorientierte Vorstellungen zum Thema Ernährung haben. Die Ergebnisse bieten einen ersten Überblick über SchülerInnenvorstellungen zum Thema Ernährung und dienen als Vergleichsgrundlage für etwaige Studienergebnisse der BigPicnic Projekte, welche in Zusammenarbeit mit SchülerInnen der Sekundarstufe II durchgeführt wurden.

In 2016, the EU-funded BigPicnic project was launched, involving 19 different partners from various European (and non-European) cities. At the heart of this three-year project was the idea of raising public awareness for "food security", involving scientists, NGOs and agricultural leaders. Various sub-projects were developed to reach out to various target groups. One such project, which was relevant for this diploma thesis, dealt with the cooperation between students of the upper secondary school and the Botanical Garden of the University of Vienna. The aim was to raise the awareness of the pupils about "food security". This diploma thesis deals with the conceptions and the knowledge on "food" of pupils aged 13 – 15 years who did not participate in the BigPicnic project. By means of surveys with questionnaires and individual interviews it was examined whether the pupils have a detailed nutritional awareness and whether they have future-oriented ideas on the topic of nutrition. The results give a first overview of pupils' ideas about nutrition and serves as a basis for comparison of possible study results of impacts of the BigPicnic projects carried out in cooperation with pupils of secondary schools.