



**Experten-Workshop**  
**"Gesund essen und trinken - wichtig von Anfang an"**  
**10.11.2005, Berlin im Rahmen des Weltgesundheitstages 2005**

**Wie ist es um die Ernährungskompetenz in Familien bestellt?**

Prof. Dr. Ingrid-Ute Leonhäuser

Aufgrund der alarmierenden Zahlen von übergewichtigen und adipösen Kindern in unserer Gesellschaft wird die Forderung nach Ernährungsbildung in Familien, Kindertagesstätten und Schulen zunehmend lauter. Eltern bzw. Familien kommt in diesem Zusammenhang eine besonders bedeutsame Funktion zu:

Essen und Trinken wird in den ersten Lebensjahren erlernt und geprägt. Dieser Lernprozess findet im Verlauf der Sozialisation statt. Soziologen unterscheiden die

- primäre Sozialisation durch Elternhaus und Herkunftsfamilie;
- sekundäre Sozialisation durch Gleichaltrige und andere Bezugsgruppen;
- tertiäre Sozialisation durch wechselnde Umgangsgruppen im Beruf und privaten Bereich.

Erste Studien zum Ernährungs- und Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen sowohl unter ernährungsmedizinischen als auch unter verhaltenswissenschaftlichen Aspekten liefern Hinweise dafür, dass die Konstellationen ihrer Lebensbedingungen und ihr Wohlbefinden mit einer Vielzahl von sozialstrukturellen Faktoren wie dem Alter, Geschlecht, dem Familienstand, dem Bildungsniveau, der Erwerbstätigkeit der Eltern, der Haushaltszusammensetzung und dem verfügbaren Haushaltseinkommen in Beziehung gesetzt werden können.

Die Erkenntnis, dass sich bereits im Kindes- und Jugendalter Ernährungsfehlverhaltensweisen herausbilden, erlaubt die Frage, wie es um die Ernährungskompetenz in Familien bestellt ist, welche Stärken/Schwächen familiäres Ernährungs- und Gesundheitsverhalten in sich birgt, und schließlich, welcher Stellenwert einer gezielten Ernährungsbildung als unverzichtbarer Bestandteil von Gesundheitsförderung von Seiten der Gesellschaft zugesprochen wird.

Nach einer kurzen Auseinandersetzung mit dem Begriff „Daseinskompetenzen“ entsprechend dem fünften Familienbericht der Bundesregierung (1994), herausgegeben vom Bundesministerium für Familie und Senioren, wird der Begriff „Ernährungskompetenz“ abgeleitet, wohl wissend, dass es hierzu keine exakte wissenschaftliche Definition gibt.

Da es im deutschsprachigen Forschungsraum m. W. bislang keine umfassende Untersuchung zur Frage von vorhandenen/nicht vorhandenen „Ernährungskompetenzen“ in Familien gibt, wird dieses am Beispiel einzelner unabhängig voneinander durchgeführter Studien erörtert. Dabei wird dem „Wissen“, der Frage der „Vermittlung von Kulturtechniken“, der Wertschätzung sowie der Markt-, Produkt- und Bedarfstransparenz im Kontext von Lebensmitteln, Essen und Trinken nachgegangen.

## Literatur:

Heindl I (2004). Ernährung, Gesundheit und institutionelle Verantwortung – eine bildungsoffensive. Ernährungs-Umschau 51 (2004) Heft 6, S.224-230

Heseker H, Beer S (2004). Ernährung und ernährungsbezogener Unterricht in der Schule. Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz 3, S. 240-245

Kolip P (2004). Der Einfluss von Geschlecht und sozialer Lage auf Ernährung und Übergewicht im Kindesalter. Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz 3, S. 235-239

Leonhäuser I-U, Lehmkuhler S (2001). Ernährungsprobleme von Privathaushalten mit vermindertem Einkommen (Sozialhilfebezieher) – sozialökonomische und ernährungswissenschaftliche Aspekte. Lexikon der Ernährung, Band 2. Heidelberg, Berlin: Spektrum Akademischer Verlag, Sp. 404-409

Leonhäuser I-U (2003). Ernährungskompetenz im Kontext einer Risiko- und Erlebnisgesellschaft. Methfessel B, Schlegel-Matthies K (Hrg.). Fokus Haushalt. Beiträge zur Sozioökonomie des Haushalts. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren, S. 117-129

Meier U (2004). Zeitbudget, Mahlzeitenmuster und Ernährungsstile. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (Hrg.). Ernährungsbericht 2004, Rheinbreitbach: MedienHaus Plump, S. 72-94

Methfessel B (2002). Ernährung lehren – Essen lernen. Neue Konzepte der Ernährungserziehung. aid Spezial: Kinderernährung im Fokus – Zwischen Wunsch und Wirklichkeit. Bonn, S. 16-21

Schweitzer R von (2003). Fokus Haushalt – Herausforderungen für Bildung und Politik. Methfessel B, Schlegel-Matthies K (Hrg.). Fokus Haushalt. Beiträge zur Sozioökonomie des Haushalts. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren, S. 15-35

### **Prof. Dr. Ingrid-Ute Leonhäuser**

Justus-Liebig-Universität Gießen, Institut für Ernährungswissenschaft

Senckenbergstr. 3, 35390 Gießen

Tel.: 0641-9939081, E-Mail: [leonhaeuser-ebvv@ernaehrung.uni-giessen.de](mailto:leonhaeuser-ebvv@ernaehrung.uni-giessen.de)

<http://www.uni-giessen.de/fbr09/ebvv>