

ABSTRACT

Autor/en: Tanja Fuchs, Amina Steinhilber & Birte Dohnke
Kontaktadresse: Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd,
Oberbettringer Str. 200, 73529 Schwäbisch Gmünd
E-Mail: tanja.fuchs@ph-gmuend.de
Titel: **Apfel oder Schokolade? – Zur Vorhersagbarkeit des
Essverhaltens von Jugendlichen**

Hintergrund: Das Ernährungsverhalten verschlechtert sich vom Kindes- zum Jugendalter (Kleiser, Mensink, Scheidt-Nave & Kurth, 2009). Insbesondere die Abnahme des Obst- und Gemüseverzehrs sowie die Zunahme des Konsums von Süßigkeiten und Fast Food sind zu beobachten (Mensink, Kleiser & Richter, 2007). Verantwortlich hierfür ist u.a. die wachsende Autonomie der Jugendlichen. Essensentscheidungen verlagern sich zunehmend vom Elternhaus in den Kontext der Peer-Gruppe und unterliegen somit sozialen Einflüssen (Hill, 2002).

Das Prototype-Willingness-Modell (PWM) ist ein sozial-kognitives Modell, das entwickelt wurde, um das Gesundheitsverhalten speziell im Jugendalter zu erklären (Gibbons, Gerrard & Lane, 2003). Hiernach sind Verhaltensweisen nicht ausschließlich intentional gesteuert, sondern vielmehr auch das Ergebnis sozial-reaktiver Prozesse. Zentrales Konstrukt ist hierbei die Verhaltensbereitschaft. Sie korreliert mit der Verhaltensintention, leistet aber über diese hinaus einen eigenständigen Beitrag zur Vorhersage des Verhaltens. Diese Modellannahme wurde bereits für typische Risikoverhaltensweisen im Jugendalter, wie Tabak- oder Alkoholkonsum, bestätigt (Andrews, Hampson, Barckley, Gerrard & Gibbons, 2008). Für das Ernährungsverhalten liegt bisher noch keine Studie vor, sollte diese Annahme jedoch ebenso zutreffen.

Anhand von zwei Studien wurde daher der Einfluss von Intention und Verhaltensbereitschaft auf das Essverhalten in einer konkreten Situation untersucht, in der Jugendlichen gesunde und ungesunde Lebensmittel angeboten werden. Konkret wurde angenommen, dass die Bereitschaft über die Intention hinaus einen Beitrag zur Erklärung des Essverhaltens sowohl zum gleichen Erhebungszeitpunkt (Studie 1) als auch vier Wochen später (Studie 2) leistet.

Methoden: In zwei Studien wurden insgesamt 660 SchülerInnen zu ihrer Intention und Verhaltensbereitschaft in Bezug auf gesunde und ungesunde Ernährung befragt. Zudem wurde ihr Essverhalten in einer konkreten Situation beobachtet: Wahl zwischen einem

gesunden und ungesunden Lebensmittel zum gleichen Zeitpunkt (Studie 1) bzw. getrennte Wahl von gesunden und ungesunden Lebensmitteln vier Wochen später (Studie 2).

Ergebnisse: Regressionsanalysen zeigen, dass die Bereitschaft über die Intention hinaus das Essverhalten vorhersagt. Beim alleinigen Angebot gesunder bzw. ungesunder Lebensmittel im Längsschnitt (Studie 2) ist sie sogar alleiniger Prädiktor für das Verhalten, während die Intention keinen Einfluss hat. Die Effekte zeigen sich nur für das höhere Jugendalter.

Schlussfolgerungen: Das Ernährungsverhalten von Jugendlichen ist nicht ausschließlich intentional erklärbar. Das PWM bildet relevante sozial-reaktive Prozesse ab. Die Verhaltensbereitschaft und deren Einflussfaktoren sollten in zukünftigen Studien weiter untersucht werden, um diese Prozesse bei der Entwicklung von Interventionen zur Förderung gesunden Essverhaltens im Jugendalter adäquat berücksichtigen zu können.