

Astrid Schefer

Einfluss des Essens in Gesellschaft auf Ernährungsverhalten und schulische Leistung von Jugendlichen

Die Ergebnisse der empirischen Studie zeigen, dass sich Jugendliche, die meist in Gesellschaft essen, gesünder ernähren als Jugendliche, die ihre Mahlzeiten meist allein zu sich nehmen. Zudem konnte nachgewiesen werden, dass eine Korrelation zwischen Essen in Gesellschaft und Schulerfolg besteht. Die Nutzung elektronischer Geräte während des Essens in Gesellschaft scheint demgegenüber keinen Einfluss auf den Schulerfolg zu haben.

Schlüsselwörter: Schulerfolg, Essen in Gesellschaft, Ernährung, sozialer Rahmen während der Mahlzeit

1 Einleitung

Im Alltag von Jugendlichen spielen Ausbildung, Freizeit, Familie, Freundeskreis und nicht zuletzt auch der Konsum von Nahrungsmitteln und Getränken eine wichtige Rolle. Sie gehen zur Schule, lernen, beschäftigen sich mit ihren Hobbys, treiben Sport, pflegen Freundschaften, führen Gespräche, essen und schlafen. Unterschiedliche Lebenskonzepte ergeben sich zwar aus individuellem Handeln, doch die dahinterstehenden, oft sehr komplexen Zusammenhänge zwischen einzelnen Handlungsweisen bzw. Gewohnheiten und deren Konsequenzen sind den meisten Jugendlichen weder bekannt noch bewusst. Auch in der Wissenschaft mangelt es noch an empirischen Erkenntnissen zur Frage, wie die verschiedenen Bereiche der alltäglichen Lebensführung zusammenhängen und welche Auswirkungen sich daraus ergeben können. Einzelne Aspekte wie zum Beispiel das Thema „Schulerfolg“ wurden von der Bildungsforschung unter anderem in der Schweiz bereits sehr intensiv untersucht. Auch das Ernährungsverhalten von Jugendlichen und dessen gesundheitliche Folgen wurden wissenschaftlich bereits auf verschiedenen Ebenen erforscht und stehen zurzeit zudem im Fokus diverser Schweizer Schulprojekte.

Obwohl eine gemeinsame Betrachtung dieser beiden Bereiche nicht zuletzt in Anbetracht der laufend ausgebauten Tagesschul- und Mittagstischangebote nahelegen würde, sind im schweizerischen Kontext bislang erst sehr wenige Studien verfügbar, die sich mit entsprechenden Zusammenhängen befassen haben. Angesichts dieses Forschungsdesiderats bestand das übergeordnete Ziel der vorzustellenden Studie darin, herauszufinden, ob und, wenn ja, welche Korrelationen sich zwischen dem Gesundheitswert der Nahrung, dem Ernährungsverhalten und dem

Schulerfolg von Jugendlichen nachweisen lassen. Insbesondere von Interesse war dabei der Einfluss des sozialen Rahmens der Mahlzeiten.

2 Kontextualisierung der Studie und Fragestellungen

Das Bildungswesen beruft sich bei der Vergabe von Abschlüssen in der Regel auf ein meritokratisches System, obwohl nicht davon ausgegangen werden kann, dass alle Schülerinnen und Schüler dieselben Voraussetzungen mitbringen. Die Schule hat Ditton (2007) zufolge aber dafür zu sorgen, dass alle Schülerinnen und Schüler grundsätzlich dieselbe Chance auf das Erreichen guter Resultate erhalten, weil die Unterschiede hinsichtlich der Bildungsabschlüsse nur unter solchen Umständen nicht auf Ungerechtigkeit beruhen. Um die Basis dieser Grundfairness legen zu können, müsste allerdings bekannt sein, von welchen Faktoren schulische Leistung beeinflusst wird und welche Bedingungen für eine optimale Leistungsentfaltung notwendig sind. Für das Schweizer Bildungssystem hat beispielsweise Kronig (2007) verschiedene Zusammenhänge zwischen sozialer Herkunft, Standort der Schule und Bildungserfolg nachgewiesen.

Ein in der Diskussion um Chancengleichheit und Bildungserfolg meist nicht im Zentrum stehender und auf den ersten Blick vielleicht auch nicht direkt relevanter Aspekt betrifft die Ernährung. Da die Ernährung und das Essverhalten zumindest zu einem gewissen Grad auch den Gesundheitszustand und die Leistungsfähigkeit beeinflussen, ist es jedoch plausibel, anzunehmen, dass auch dieser Aspekt bei der Erklärung von schulischem Erfolg eine gewisse Rolle spielen könnte.

Wie sich Kinder und Jugendliche ernähren, hängt einerseits stark von der Erziehung, andererseits aber auch von ihrem sozioökonomischen Umfeld ab. Richter und Hurrelmann (2009) haben diesbezüglich festgestellt, dass sich die Gesundheit von Menschen tieferer sozialer Schichten über die gesamte Lebensspanne hinweg kumulativ überdurchschnittlich verschlechtert. In die gleiche Richtung weisen die Befunde der von der WHO koordinierten Studie „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC), die sich spezifisch auf die Altersgruppe der 11- bis 15-Jährigen konzentriert. So konnte in der Studie von 2014 (vgl. Inchley et al., 2016) unter anderem aufgezeigt werden, dass Kinder und Jugendliche mit Übergewicht tendenziell aus Familien mit einem vergleichsweise eher tiefen Lebensstandard stammen (für die Schweizer Stichprobe vgl. Archimi, Eichenberger, Kretschmann & Delgrande Jordan, 2016).

Beim Essen geht es aber nicht ausschließlich um den gesundheitlichen Wert der Nahrungsmittel, denn gemeinsame Mahlzeiten bieten auch vielfältige Gelegenheiten für Erziehungs- und Sozialisationsprozesse und sie stellen Momente dar, in denen Zugehörigkeit erfahren wird (Meyer, 2018). Entsprechend halten Stieß und Hayn (2005) unter Verweis auf Empacher und Hayn (2004) Folgendes fest: „Mahlzeiten

| Essen in Gesellschaft, Ernährung und Schulerfolg

dienen nicht nur der individuellen Nahrungsaufnahme, sondern stellen auch wichtige Ereignisse im Alltag dar“ (S. 46).

Mit diesem Spannungsfeld zwischen Ernährung, Gesundheitsverhalten, Sozialisation, Bildung und Schulerfolg befasste sich die Studie, die nachfolgend vorgestellt wird. Den Ausgangspunkt bildeten die folgenden Fragestellungen:

1. Wie ausgewogen ernähren sich Jugendliche, die mehrheitlich in Gesellschaft essen?
2. In welcher sozialen Form nehmen Jugendliche mit höherem Schulerfolg ihre Mahlzeiten ein?
3. Welche Rolle spielt die Verwendung von elektronischen Geräten während des Essens in Gesellschaft für den Schulerfolg?

Auf der Grundlage dieser Fragestellungen wurden die nachstehenden forschungsleitenden Hypothesen formuliert, die im vorliegenden Beitrag geklärt werden sollen:

- *Hypothese 1:* Jugendliche, die meist in Gesellschaft essen, ernähren sich gesünder als Jugendliche, die meist allein essen.
- *Hypothese 2:* Jugendliche, die meist in Gesellschaft essen, haben mehr Schulerfolg als Jugendliche, die meist allein essen.
- *Hypothese 3:* Jugendliche, die meist in Gesellschaft essen und dabei keine elektronischen Geräte verwenden, haben mehr Schulerfolg als Jugendliche, die während des Essens in Gesellschaft elektronische Geräte verwenden.

3 Methode

3.1 Studiendesign und Stichprobe

Um die oben genannten Fragestellungen und Hypothesen bearbeiten zu können, wurde eine empirische Studie durchgeführt. Im Fokus der quantitativen Erhebung standen zum einen die Nahrungsmittel, welche die teilnehmenden Jugendlichen im Alltag konsumieren, und zum anderen das soziale Umfeld, in dem sie ihre Mahlzeiten üblicherweise einnehmen. Nicht berücksichtigt wurde der Ort der Nahrungsaufnahme, da Gerhards und Rössel (2002) in ihrer Arbeit über Lebensstile und deren Einfluss auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen vor allem den sogenannten „Lebensstilschemata“ einen Effekt auf das Ernährungsverhalten zusprechen, und solche Lebensstilschemata stärker mit dem sozialen Umfeld verknüpft sind als mit dem Ort der Nahrungsaufnahme. Die mittels eines Online-Fragebogens erhobenen Daten zum Ernährungsverhalten wurden in einem zweiten Schritt mit dem Schulerfolg der befragten Jugendlichen in Verbindung gebracht. Diese Analysen sollten erste Aufschlüsse darüber geben, ob sich abhängig von der jeweiligen Einbettung der

Mahlzeiten in einen sozialen Kontext Ungleichheiten im schulischen Leistungsniveau ergeben.

Die Schulklassen, aus denen die an der Studie teilnehmenden Schülerinnen und Schüler stammten, wurden nicht systematisch ausgewählt, sondern durch die Streuung des Links zur Online-Befragung in Schulen der Schweizer Kantone Thurgau, St. Gallen und Zürich zufällig rekrutiert. Die Stichprobe umfasste insgesamt 284 Schülerinnen und Schüler. Die Befragten waren alle zwischen 13 und 17 Jahre alt; 123 von ihnen waren männlich und 161 weiblich.

Der Schulerfolg der Jugendlichen wurde aus pragmatischen Gründen mit dem besuchten Schultyp und somit mit der Einstufung im Bildungssystem gleichgesetzt. Dies bedeutet, dass Schülerinnen und Schüler, welche das Gymnasium absolvierten, den höchsten Schulerfolg zugeschrieben erhielten, während davon ausgegangen wurde, dass Schülerinnen und Schüler, welche die Realschule (in Deutschland Hauptschule) oder den tiefsten Typus der Sekundarschule (in Deutschland Realschule) besuchen, den geringsten Bildungserfolg aufweisen. Die Bezeichnungen für die Schultypen unterscheiden sich kantonale und werden in Tabelle 1 ersichtlich.

Tab. 1: Zuordnung von Schulerfolg gemäß Schultypus

Schulerfolg	Kanton			Total
	St. Gallen	Thurgau	Zürich	
hoch	Kantonsschule	Kantonsschule	Gymnasium	95
mittel	Sekundarschule	Sekundarschule Niveau E	Sekundarschule A Sekundarschule B	114
tief	Realschule	Sekundarschule Niveau G	Sekundarschule C	75

3.2 Datenerhebung und statistische Auswertung

Der auf der theoretischen Grundlage von Porst (2008) selbst konzipierte Online-Fragebogen umfasste sowohl geschlossene Items mit vorgegebenen Antwortoptionen als auch offene Fragen. Er bestand aus einem kurzen Einleitungstext und der Bitte um die Angabe von Alter, Geschlecht und Schultyp. Zudem sollte die Schule hinsichtlich ihrer geografischen Situierung charakterisiert werden (urbane, suburbane oder ländliche Umgebung). Darauf folgten acht Fragen zu den Ernährungsgewohnheiten der Jugendlichen, welche sich an der Nahrungsmittelpyramide der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung (SGE, 2011) orientierten. Diesbezüglich wurde allerdings nur nach der Häufigkeit des Konsums gefragt und nicht nach der konsumierten Menge. Im nächsten Fragenblock wurde das Essverhalten thema-

tisiert. Im Zentrum stand der Aspekt, mit wem die Jugendlichen ihre Mahlzeiten einnehmen und welchen sozialen Kontext sie bei der Nahrungsaufnahme bevorzugen. Da die Konzeption des Fragebogens je nach gewählter Antwortoption unterschiedliche Verläufe vorsah, variierte die Anzahl der zu beantwortenden Fragen zwischen sechs und neun. Abgeschlossen wurde die Befragung mit zwei Fragen zu den Gesprächsinhalten bzw. zur Verwendung von elektronischen Geräten während des Essens.

Von den insgesamt 319 bearbeiteten Fragebogen waren 284 vollständig ausgefüllt worden. Nur diese kompletten Datensätze wurden in die quantitativen Analysen einbezogen. Die statistische Auswertung erfolgte mittels der Software Excel. Bei offenen Fragen wurden die Antworten nach Schlüsselwörtern gruppiert, codiert und dann als Balkendiagramm dargestellt. Alle Hypothesen wurden mithilfe von schließenden statistischen Verfahren überprüft. Bei Hypothese 1 gelangte ein *t*-Test zum Einsatz, während bei Hypothese 2 und Hypothese 3 ein Chi-Quadrat-Test durchgeführt wurde.

4 Ergebnisse

Im Rahmen des vorliegenden Beitrags werden die detaillierten Ergebnisse zur Konsumhäufigkeit einzelner Nahrungsmittelgruppen nicht aufgeführt (vgl. dazu Schefer, 2017). Die Ergebnisdarstellung erfolgt ausschließlich hypothesenbezogen.

4.1 Hypothese 1

Mit Hypothese 1 sollte überprüft werden, ob sich Jugendliche, die meist in Gesellschaft essen, tendenziell eher an die Ernährungsempfehlungen der SGE (2011) halten, als Jugendliche, die meist allein essen. Auf der Grundlage der vorliegenden Daten konnte Hypothese 1 zwar nicht kausal geklärt werden, aber es ließ sich eine Korrelation nachweisen. Mittels eines *t*-Tests für unabhängige Stichproben konnte belegt werden, dass der Unterschied im Mittelwert des Gesundheitswerts der Nahrung signifikant ausfällt ($t(284) = 2.91$; $p = 0.003$). Statistisch erhärtet gezeigt werden konnte somit, dass der Gesundheitswert der Nahrung von Jugendlichen, die meist in Gesellschaft essen, höher ausfällt als bei Jugendlichen, die meist allein essen, weshalb Hypothese 1 bestätigt werden konnte.

4.2 Hypothese 2

Anhand von Hypothese 2 sollte zunächst die Frage geklärt werden, in welcher sozialen Form Jugendliche ihre Mahlzeiten einnehmen und worin die Gründe für die Wahl des sozialen Kontexts bestehen. Auf dieser Basis wurde danach statistisch überprüft, ob es einen Zusammenhang zwischen dem sozialen Umfeld der Nah-

rungeinnahme und dem Schulerfolg gibt. Als Kriterium zur Bestimmung der Variable „Essen in Gesellschaft“ wurde festgelegt, dass pro Woche zehn Mahlzeiten in Gesellschaft eingenommen werden. Die Unabhängigkeit der beiden Variablen wurde mit einem Chi-Quadrat-Test überprüft, der auf dem 2.3%-Niveau signifikant ausfiel ($\chi^2(1) = 2.68$; $p = 0.023$). Dies bedeutet, dass Jugendliche, die pro Woche mindestens zehn Mahlzeiten in Gesellschaft einnehmen, einen höheren Schulerfolg vorweisen können als Jugendliche, die seltener in Gesellschaft essen. Auch Hypothese 2 konnte somit bestätigt werden.

4.3 Hypothese 3

Hypothese 3 bezog sich auf die Frage, ob es einen Zusammenhang zwischen dem Essen in Gesellschaft, der gleichzeitigen Nutzung von elektronischen Geräten und dem Schulerfolg gibt. Zur Überprüfung dieser Vermutung wurde ein Chi-Quadrat-Test eingesetzt. Wie die Analysen ergaben, muss die Nullhypothese, die besagt, dass Jugendliche, die meist in Gesellschaft essen und dabei elektronische Geräte verwenden, nicht mehr Schulerfolg haben als Jugendliche, die während des Essens in Gesellschaft auf die Verwendung von elektronischen Geräten verzichten, auf einem Signifikanzniveau von 5% beibehalten werden ($\chi^2(1) = 2.68$; $p = 0.51$). Das heißt, dass die Variable „Schulerfolg“ unabhängig vom Essen in Gesellschaft und von der gleichzeitigen Nutzung elektronischer Geräte ist und sich für die Gruppe von Jugendlichen, die meist in Gesellschaft essen und dabei elektronische Geräte nutzen, kein signifikanter Zusammenhang mit dem Schulerfolg nachweisen lässt. Hypothese 3 muss folglich verworfen werden.

5 Diskussion und Schlussfolgerungen

5.1 Diskussion Hypothese 1

Eine Studie von Fiese, Winter und Botti (2011) konnte belegen, dass Familien, deren Mitglieder gemeinsam essen, mehr frische Früchte, Gemüse sowie faser- und calciumreiche Nahrungsmittel zu sich nehmen. Die Ergebnisse der vorliegenden Arbeit bestätigen diesen Befund und vermögen diesen sogar noch insofern auszuweiten, als aufgezeigt werden konnte, dass sich ein gesünderes Ernährungsverhalten nicht nur im familiären Umfeld manifestiert, sondern allgemein mit Essen in Gesellschaft einherzugehen scheint. Es ist diesbezüglich durchaus vorstellbar, dass mögliche Gründe für die Korrelation zwischen dem Essen in Gesellschaft und einer gesünderen Ernährung zumindest teilweise im Akt der Kommunikation gesucht werden können. Gespräche und soziale Beziehungen, die nicht zwingend an den familiären Kontext gebunden sein müssen, bieten Jugendlichen scheinbar einen Rahmen, in dem sie

Kompetenzen erwerben können, die unter anderem einem gesundheitsförderlichen Essverhalten zuträglich sind.

5.2 Diskussion Hypothese 2

Bei der Interpretation der Ergebnisse zu Hypothese 2 kann nicht nur exemplarisch auf die Studie von Israel, Beaulieu und Hartless (2001) verwiesen werden, welche Zusammenhänge zwischen dem innerfamiliären Klima und den Bildungsergebnissen aufzuzeigen vermochte, sondern auch auf die von Lampert und Kuntz (2012) nachgewiesene Korrelation zwischen besuchter Schulform und dem Ernährungsverhalten: Jugendliche, die einen höheren Schultyp besuchen, weisen hinsichtlich der Ernährung ein deutlich besseres Gesundheitsverhalten auf als Schülerinnen und Schüler, die einem Schultyp mit geringeren Anforderungen angehören.

In Ergänzung zu den von Schmitt (2012) generierten Befunden, die aufzeigen, dass die sozialen Beziehungen im Schulklassenkontext den Schulerfolg beeinflussen und sich eine hohe innerfamiliäre Gesprächsqualität positiv auf die schulische Leistung auswirkt, kann somit davon ausgegangen werden, dass auch die Nahrungsaufnahme in Gesellschaft eine Rolle spielt. Allerdings kann keine Aussage zu etwaigen kausalen Relationen gemacht werden, das heißt, es kann nicht bestimmt werden, ob Essen in Gesellschaft zu mehr Schulerfolg führt oder ob mehr Schulerfolg zu häufigerem Essen in Gesellschaft führt. Eine präzisierende, empirisch fundierte Erklärung der Korrelation zwischen Schulerfolg und Essen in Gesellschaft müsste für eine wissenschaftlich tragfähige Erklärung noch weitere Aspekte wie beispielsweise den sozioökonomischen Hintergrund, den elterlichen Erziehungsstil, die Peergruppe, personale Ressourcen, räumliche Gegebenheiten der Esssituationen sowie Verhaltensschemata berücksichtigen. Dennoch weisen die Ergebnisse der vorliegenden Arbeit darauf hin, dass zusätzlich zu den von Kronig (2007) untersuchten vier Kriterien für Schulerfolg (Wohnort, Geschlecht, soziale Herkunft und nationalstaatliche Herkunft) auch der soziale Kontext der Nahrungsaufnahme bei der Erforschung des Schulerfolgs von Jugendlichen von Relevanz ist.

5.3 Diskussion Hypothese 3

In der Schweizer Stichprobe der HBSC-Studie von 2014 konnte für Schülerinnen und Schüler im Alter zwischen 11 und 15 Jahren nachgewiesen werden, dass Jugendliche, die viel Zeit mit elektronischen Geräten verbringen, unabhängig von Alter und Geschlecht mit einer erhöhten Wahrscheinlichkeit unvorteilhaftere Ernährungsgewohnheiten entwickeln als Jugendliche, die sich weniger als 4,5 Stunden pro Schultag mit einem elektronischen Gerät befassen (vgl. Archimi et al., 2016, S. 14). Auf der Grundlage der verfügbaren Daten konnte in der vorliegenden Studie jedoch kein Zusammenhang zwischen der Variable „Schulerfolg“ und dem Essen in Gesellschaft

bei gleichzeitiger Nutzung von elektronischen Geräten belegt werden. Eine mögliche Erklärung für diesen Befund könnte darin liegen, dass die positiven Effekte des sozialen Kontexts die negativen Auswirkungen der Verwendung von elektronischen Geräten im Ausmaß übertreffen bzw. kompensieren. Bemerkenswert ist zudem, dass sich in der Tendenz gezeigt hat, dass die Nutzung von elektronischen Geräten während des Essens in Gesellschaft bei der Gruppe der Jugendlichen mit dem höchsten Schulerfolg am höchsten ist. Eine mögliche Erklärung für dieses erwartungswidrige Ergebnis könnte darin bestehen, dass die Jugendlichen die elektronischen Geräte in erster Linie zur Erarbeitung von Wissen nutzen und nicht ausschließlich für Kommunikation, Unterhaltung oder Spiele.

5.4 Schlussfolgerungen

Legt man den Fokus wie zu Beginn dieses Beitrags auf die Frage der Bildungsgerechtigkeit, kann resümierend festgehalten werden, dass anhand der vorliegenden Ergebnisse aufgezeigt werden konnte, dass Jugendliche, welche nicht die Möglichkeit haben, regelmäßig in Gesellschaft zu essen, eine Benachteiligung zu erfahren scheinen. Eine weniger gesunde Ernährung stellt somit nicht nur ein erhöhtes Gesundheitsrisiko dar, sondern scheint auch die Wahrscheinlichkeit auf das Erreichen von Schulerfolg negativ zu beeinflussen. Zur Sicherstellung von Chancengleichheit, müsste daher auch dieser ernährungsbezogene Aspekt von Benachteiligung von den Schulen so weit wie möglich ausgeglichen werden.

Das Ernährungsverhalten von Jugendlichen wird im Wesentlichen von drei Steuerungsmechanismen beeinflusst: der Außensteuerung, der Innensteuerung und der kognitiven Kontrolle (Philipps, 2004). In Bezug auf die Außensteuerung ist darauf hinzuweisen, dass nicht nur die Familie, sondern auch die Schule aktiv Einfluss auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen nehmen kann. Ganz grundsätzlich gehört es zu den Aufgaben der Schule, die Schülerinnen und Schüler auf ein selbstständiges und selbstverantwortliches Leben vorzubereiten. Sie sollen auf diesem Weg begleitet, instruiert und motiviert werden. Dabei sollen sie erkennen, dass Lernen ein lebenslanger Prozess ist, der nicht zuletzt auch den gesundheitlichen Bereich umfasst. Entsprechend findet an den Schulen Ernährungserziehung statt. In diesem Rahmen werden Lernprozesse angestrebt, welche direkt auf das Essverhalten gerichtet sind und auch weitere erzieherische Aspekte, zum Beispiel das Erlernen von Tischmanieren, beinhalten. Auf die erste Ernährungserziehung im familiären Rahmen folgt somit die schulische Ernährungserziehung, in welcher das bisherige Verhalten offengelegt und das vorhandene Wissen erweitert und reflektiert wird (EVB DACH, 2010).

Mit der gegenwärtigen Entwicklung hin zur zeitlichen Strukturierung des Unterrichts in Blockzeiten fällt die Ernährung von Jugendlichen auch in praktischer Hinsicht zunehmend in den Verantwortungsbereich der Schulen. Zum einen soll durch die Integration der Verpflegung in den Schulalltag das Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler erhöht und dadurch auch ihre schulische Leistungsfähigkeit erhalten

oder sogar verbessert werden. Zum anderen sollen die Jugendlichen durch ein mit der Ernährungs- und Konsumschulung einhergehendes angemessenes Angebot am schulischen Mittagstisch bzw. in der Mensa auch Kompetenzen erwerben, die es ihnen ermöglichen, das Zusammenspiel unterschiedlicher Einflüsse auf die Gesundheit zu erkennen und das eigene Essverhalten gesundheitsfördernd zu gestalten. Allerdings geht es bei der Schulverpflegung nicht einzig um den gesundheitlichen Wert der angebotenen Mahlzeiten und deren bewusste Wahl, sondern auch um das soziale Umfeld, in welchem sie eingenommen werden (DGE, 2015, S. 23). Dies ist von besonderer Relevanz, weil ein Zusammenhang mit dem Bildungserfolg von Jugendlichen zu bestehen scheint, wie die vorliegenden Datenanalysen aufgezeigt haben. Jede Schule trägt die Verantwortung für ihre Schülerinnen und Schüler und muss sich um Chancengleichheit hinsichtlich des Bildungserfolgs bemühen – und dies gilt auch im Bereich des Ernährungsverhaltens und der sozialen Einbettung der Mahlzeiten.

Literatur

- Archimi, A., Eichenberger, Y., Kretschmann, A. & Delgrande Jordan, M. (2016). *Habitudes alimentaires, activité physique, usage des écrans et statut pondéral chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse. Résultats de l'enquête „Health Behaviour in School-aged Children“ 2014 (HBSC) et évolution en fil de temps. Das Wichtigste in Kürze*. Lausanne: Sucht Schweiz.
- DGE. (2015). *DGE-Standard für die Schulverpflegung*. Bonn: Deutsche Gesellschaft für Ernährung.
- Ditton, H. (2007). Der Beitrag von Schule und Lehrern zur Reproduktion von Bildungsungleichheit. In R. Becker & W. Lauterbach (Hrsg.), *Bildung als Privileg? Erklärungen und Befunde zu den Ursachen der Bildungsungleichheit* (S. 243-271). Wiesbaden: VS Verlag.
https://doi.org/10.1007/978-3-531-90339-2_9
- Empacher, C. & Hayn, D. (2004). *Ernährung anders gestalten: Leitbilder der Ernährung*. München: oekom.
- EVB DACH. (2010). *Glossar: Stichwort „Ernährungserziehung“*.
http://www.evb-online.de/glossar_ernaehrungserziehung.php
- Fiese, B.H., Winter, M.A. & Botti, J.C. (2011). The ABCs of family meal-times: Observational lessons for promoting healthy outcomes for children. *Child Development*, 82(1), 144-151. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01545.x>
- Gerhards, J. & Rössel, J. (2002). Lebensstile und ihr Einfluss auf das Ernährungsverhalten von Jugendlichen. *Soziale Welt*, 53(3), 261-284.
- Inchley, J., Currie, D., Young, T., Samdal, O., Torsheim, T., Augustson, L. et al. (Eds.). (2016). *Growing up unequal: Gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. Health Behaviour in School-aged Chil-*

- dren (HBSC) Study: International report from the 2012/2014 survey* (Health Policy for Children and Adolescents, No. 7). Kopenhagen: WHO.
- Israel, G.D., Beaulieu, L.J. & Hartless, G. (2001). The influence of family and community social capital on educational achievement. *Rural Sociology*, 66(1), 43-68. <https://doi.org/10.1111/j.1549-0831.2001.tb00054.x>
- Kronig, W. (2007). *Die systematische Zufälligkeit des Bildungserfolgs. Theoretische Erklärungen und empirische Untersuchungen zur Lernentwicklung und zur Leistungsbewertung in unterschiedlichen Schulklassen*. Bern: Haupt.
- Lampert, T. & Kuntz, B. (2012). Gesundheitliche Ungleichheit im Jugendalter – Welche Bedeutung kommt der Schulbildung zu? In W. Kiess, C. Schubert & E. Brähler (Hrsg.), *Gesund und gebildet. Voraussetzungen für eine moderne Gesellschaft* (S. 204-229). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Meyer, C. (2018). *Essen und soziale Arbeit*. Wiesbaden: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-20291-0>
- Philipps, U. (2004). *Evaluation gesundheitsfördernder Massnahmen bezüglich des Ernährungsverhaltens von Grundschulkindern*. Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
- Porst, R. (2008). *Fragebogen. Ein Arbeitsbuch*. Wiesbaden: VS Verlag.
- Richter, M. & Hurrelmann, K. (Hrsg.). (2009). *Gesundheitliche Ungleichheit* (2. Auflage). Wiesbaden: VS Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-91643-9>
- Schefer, A. (2017). *Gibt es eine Korrelation zwischen dem Ernährungsverhalten und dem Schulerfolg von Jugendlichen? Eine empirische Studie zum Einfluss des Essens in Gesellschaft auf Ernährung und schulische Leistung*. Unveröffentlichte Masterarbeit. Zürich: Institut Unterstrass, Pädagogische Hochschule Zürich.
- Schmitt, M. (2012). *Soziale Beziehungen und Schulerfolg. Die Bedeutung sozialer Beziehungen für Schulerfolg im Primar- und Sekundarbereich*. Bamberg: University of Bamberg Press.
- SGE. (2011). *Schweizer Lebensmittelpyramide*. Bern: Schweizerische Gesellschaft für Ernährung.
- Stieß, I. & Hayn, D. (2005). *Ernährungsstile im Alltag. Ergebnisse einer repräsentativen Untersuchung* (Diskussionspapier Nr. 5). Frankfurt/Main: Institut für sozial-ökologische Forschung.

Verfasserin

Astrid Schefer

Pädagogische Hochschule St. Gallen

Seminarstraße 7

CH-9200 Gossau

E-Mail: astrid.schefer@phsg.ch

Internet: www.phsg.ch