

Doris Setznagel:

Ernährungsverhalten in Armut

Zusammenfassung

Der Artikel befasst sich mit den Zusammenhängen zwischen Armut und Ernährung. Zur Annäherung an diese Thematik werden vorab zentrale Begrifflichkeiten, wie z.B. das Ernährungsverhalten und der individuelle Geschmack erklärt. Anschließend wird auf die Bedeutung der Ernährung als Armutsindikator eingegangen und auf ernährungsbezogene Probleme in Armutsverhältnissen hingewiesen.

Um den genannten Gegenstandsbereich zu beleuchten, bietet sich das für den deutschen Sprachraum adaptierte Konzept der Ernährungsarmut nach Elfriede Feichtinger an. Hier wird Ernährung als „soziales Totalphänomen“ wahrgenommen, weil es physiologische, psychologische, soziale und kulturelle Dimensionen der Ernährung berücksichtigt. In diesen Dimensionen hat Ernährung jeweils auch unterschiedliche Funktionen. Die Auswirkungen von Armut auf die Ernährung weisen sowohl materielle als auch soziale Merkmale auf. Im Beitrag werden zudem empirische Befunde zur Ausgestaltung des alltäglichen Ernährungsverhaltens unter besonderer Berücksichtigung des individuellen Geschmacks präsentiert.

Schlagnworte: Ernährungsverhalten, Armutsgefährdung, Ernährungsarmut, soziale Ungleichheit, qualitative Untersuchung

Abstract

The article deals with the relationship between poverty and nutrition. It begins with a theoretical part that explains central concepts such as nutritional behavior and individual taste, highlights the significance of nutrition as an indicator of poverty, and discusses nutrition-related problems in poverty.

Subsequently, an adaption for German-speaking areas of the model of nutritional poverty according to Elfriede Feichtinger is introduced. This model proves a suitable approach to nutrition as a “total social phenomenon” because it considers physiological, psychological, social, and cultural dimensions. Nutrition serves different functions in each of these dimensions, and the effects of poverty on nutrition have both material and social characteristics. In a further part, empirical findings on everyday eating habits under special consideration of individual taste are presented.

Keywords: nutritional behavior, risk of poverty, nutritional poverty, social inequality, qualitative examination

1. Einleitung

Im Banalen des Essens liegt das Besondere: Ernährung ist auch ein Thema für die Soziale Arbeit.

Essen und sich ernähren zählen zu den ureigenen menschlichen Grundbedürfnissen. Als zentrale Bestandteile des Alltags stellen sie das Überleben sicher, unabhängig davon, ob man reich oder arm, jung oder alt, männlich oder weiblich ist. Nichtsdestotrotz führen die genannten Diversitätsmerkmale als wissenschaftlich identifizierte Einflussgrößen¹ auch zu unterschiedlichem Ernährungsverhalten. Dadurch wird das auf den ersten Blick vielleicht banal wirkende Essen interessant und spannend für differenzierte Untersuchungen für verschiedene Fachdisziplinen (z.B. Medizin, Diätologie, Soziologie etc.): In vielen Ernährungsstudien konnten klare Unterschiede zwischen Frauen und Männern bei den Präferenzen von Speisen und Gerichte aufgezeigt werden (vgl. Brunner 2007: 23–24).² Hinsichtlich des Altersfaktors wurde u.a. erforscht, dass mit steigendem Alter das Ernährungsverhalten einerseits stärker vom sozialen Umfeld beeinflusst wird und andererseits das Gesundheitsbewusstsein generell an Bedeutung gewinnt (vgl. Pudiel/Westenhöfer 2003: 45). Zum finanziellen Aspekt als Einflussfaktor auf das Ernährungsverhalten wurde bisher, über den reinen Gesundheitsaspekt hinaus, kaum geforscht. Der aktuelle Forschungsstand zeigt hier, dass das Einkommen und der soziale Status (Bildung, berufliche Stellung) Einfluss auf das Ernährungsverhalten haben: Je niedriger beide Faktoren sind, desto ungesünder ernähren sich die Menschen (vgl. u.a. Brunner 2007: 25; Prah/Seitzwein 1999: 63).

Zum Handlungsfeld der Sozialen Arbeit gehören Essen, Ernährung und Kochen deshalb, weil sie als lebenspraktische Handlungen immer auch Auswirkungen auf andere Bereiche des Alltagslebens, das Selbstverständnis der Klient_innen und letztlich auch auf einen gelingenden Alltag haben (vgl. Rose/Sturzenhecker 2009: 12; Pantucek 2006: 238). Auf der Forschungsebene wurden diese Themen innerhalb der Disziplin lange nicht behandelt. Erst in jüngster Vergangenheit wird diesem Gegenstandsbereich mehr Aufmerksamkeit geschenkt. Nicht zu vergessen ist darüber hinaus, dass Soziale Arbeit ihre Wurzeln in der Armenfürsorge des 19. Jahrhunderts hat. Seitdem versorgte sie als Profession immer wieder Menschen in Notlagen und sozialen Krisen – auch mit Nahrungsmitteln. Das bedeutet, dass es bereits eine lange Geschichte der Verbindung zwischen der Ernährung und der Sozialen Arbeit gibt (vgl. Rose/Sturzenhecker 2009: 10).

In diesem Artikel wird der Aspekt der Armut und seine Auswirkungen auf das Ernährungsverhalten und den individuellen Geschmack beleuchtet. Eine Literaturrecherche bis einschließlich 2017 zeigte, dass es bisher nur wenige qualitative Studien im deutschsprachigen Raum gibt, die sich dezidiert mit den Auswirkungen von Armut auf das Ernährungsverhalten beschäftigen. Der Beitrag basiert auf der Masterarbeit *Weil es mehr als eine Frage des guten Geschmacks ist! Eine explorative Untersuchung*

über das Ernährungsverhalten bei von Armut betroffenen Menschen unter besonderer Berücksichtigung ihres individuellen Geschmacks, die 2017 am Institut für Soziale Arbeit der FH JOANNEUM Graz verfasst wurde.

2. Ernährungsverhalten und individueller Geschmack

Zum Ernährungsverhalten gibt es von Ulrich Oltersdorf (1995) eine gängige Definition: „**Ernährungsverhalten** ist die Gesamtheit geplanter, spontaner oder gewohnheitsmäßiger Handlungsvollzüge, mit denen Nahrung beschafft, zubereitet und verzehrt wird.“ (Oltersdorf 1995: 42, Herv.i.O.) Christine Brombach (2011) beschreibt das Ernährungsverhalten sowohl als eine biologische Notwendigkeit als auch eine sozial vermittelte Handlung, die durch familiäre Einbettung erlernt sowie zeitlich, kulturell und gesellschaftlich beeinflusst wird (vgl. Brombach 2011: 319).

Darüber hinaus wird unser alltägliches Ernährungsverhalten, was wir essen und was wir präferieren, von unserem Geschmack gelenkt. In der Literatur werden sowohl die Begrifflichkeiten ‚individueller‘ als auch ‚persönlicher Geschmack‘ verwendet, wenn es um persönliche Vorlieben beim Essen geht. In diesem Betrag wird in weitere Folge vom individuellen Geschmack gesprochen. Dieser gestaltet sich nach Hanni Rützler (2005) nie ausnahmslos ganz persönlich, weil er sich immer auch am Gegenüber und an der jeweiligen Kultur orientiert: Er „bezieht sich auf ‚Andere‘, auf den sozialen Raum, in dem wir uns bewegen, auf das jeweilige Lifestyle-Milieu, auf die Familie und den Freundeskreis, die Religion und die Subkultur, mit der wir uns identifizieren.“ (Rützler 2005: o.S.). Der individuelle Geschmack im Sinne von Vorlieben, aber auch im Sinne von Abneigungen ist demnach zu einem sehr großen Teil von unserer Lebenswelt beeinflusst.

Die Voraussetzung, um Geschmacksempfindungen überhaupt wahrzunehmen, ist der Geschmack als Sinneseindruck. Dieser kann grundsätzlich fünf verschiedene Geschmacksrichtungen (süß, sauer, salzig, bitter und umami) differenzieren. Geschmack umfasst kulinarisch alle sensorischen Eindrücke, die mit dem Essen in Zusammenhang stehen (vgl. Methfessel/Höhn/Miltner-Jürgensen 2016: 57), d.h. Geschmack ist ein Zusammenspiel von Schmecken, Riechen, Tasten, Sehen, Hören sowie der Wahrnehmung von Temperatur und Schärfe (vgl. Kompetenzzentrum für Ernährung 2008: 8). Monika Setzwein beschreibt den Geschmack nicht nur über einflussnehmende Faktoren bei der Sinneswahrnehmung, sondern auch über die Empfindungen, die dadurch ausgelöst werden:

„Der Geschmack verknüpft sensorische und emotionale, soziale und kulturelle Dimensionen. Essen ist eine komplexe Sinneswahrnehmung, es bereitet Gefühle der Lust und Freude: das Essgeschehen ist ein Erlebnis, das sich körperlich-

leiblich ereignet und entsprechend durch sensorische Wahrnehmungen und innerliches Empfinden gekennzeichnet ist.“ (Setzwein 2004: 319f., zit. n. Brunner 2007: 20)

Durch das Zusammenspiel von diesen Faktoren werden der individuelle Geschmack und damit auch Vorlieben in Bezug aufs Essen bestimmt und geformt.

2.1 Über die Verbindung zwischen Armut und Ernährung

Bereits seit dem 19. Jahrhundert wurde der Faktor Ernährung herangezogen, um Armut zu definieren, festzulegen und zu messen (vgl. Feichtinger 1995: 291). Ernährung eignete sich als ein guter Indikator für die Bestimmung von Armut: Fehlte es an ausreichender Nahrung, so konnte mit hoher Wahrscheinlichkeit von Einschränkungen auch in anderen Lebensbereichen ausgegangen werden (vgl. Barlösius/Feichtinger/Köhler 1995: 12–13). Heute zeigt sich in den westlichen Industriestaaten Armut und Armutsgefährdung weniger in Form von Hunger, weil Nahrungsmittel für breite Bevölkerungsschichten zunehmend leistbar und zugänglich geworden sind (vgl. Bayer/Kutsch/Ohly 2011: 36). In der deutschsprachigen Armutsforschung wird Armut besonders über Variablen wie Einkommen, Arbeit, Wohnen, Bildung und Gesundheit definiert. Heutzutage spielt die Ernährung als Indikator für differenzierte Armutsuntersuchungen eine ungeordnete Rolle (vgl. Feichtinger 1996: 4).

2.2 Ernährung als Armutsindikator in den gängigen Armutskonzepten

In den Konzepten zur absoluten und relativen Armut wird das Grundbedürfnis nach Nahrung u.a. nach ernährungsphysiologischen Kriterien bestimmt. Ernährungsbezogene absolute Armutsgrenzen beziehen sich auf die physische Existenz. Hier wird davon ausgegangen, dass der täglich erforderliche Energiebedarf fürs Überleben nicht gedeckt werden kann (vgl. Feichtinger 1996: 5).

In Anlehnung an absolute Armutsgrenzen definiert die Weltbank den Maßstab der Verarmung über den prozentualen Anteil der Ausgaben für Hauptnahrungsmittel. Hier wird davon ausgegangen, dass arme Haushalte die Hälfte aller Haushaltsausgaben für Nahrungsmittel aufwenden müssen (vgl. Barlösius et al. 1995: 13). Eine relative Armut hinsichtlich der Ernährung liegt dann vor, wenn vorgegebene Ernährungsempfehlungen von diversen Ernährungsgesellschaften (z.B. österreichische und deutsche Gesellschaft für Ernährung, WHO etc.) zur täglichen Nährstoff- und Energieversorgung nicht oder nicht mehr eingehalten werden können. Ein Abweichen von diesem festgelegten durchschnittlichen Energie- und Nährstoffbedarf für bestimmte Bevölkerungsgruppen (z.B. Kinder, Schwangere, Erwachsene) markiert ein zwar erhöhtes Ernährungsrisiko, aber definiert noch keinen individuellen Mangelzustand.

Bei der subjektiven Armut werden ernährungsbezogene Parameter, beispielsweise das Vermissten von Gerichten, betrachtet. Die individuelle Wahrnehmung und Interpretation der prekären Situation resultieren auch aus dem Gefühl des Mangels, wenn z.B. bestimmte Mahlzeiten und Essgewohnheiten nicht (mehr) einhalten werden können oder bei eingeschränkter Wahlmöglichkeit bei Speisen und Lebensmitteln. Als weitere Armutszeichen in der subjektiven Armut sind der unfreiwillige Verzicht und die Entbehrung beim Essen und der Ernährung zu werten (vgl. Feichtinger 1996: 5–6).

2.3 Konzept der Ernährungsarmut

Ernährung in Armut, armutsbedingte Ernährungsprobleme bzw. eine Identifikation von „Problempopulationen“ (Feichtinger 1995: 7) werden bis dato entweder einseitig sozialwissenschaftlich oder ernährungswissenschaftlich betrachtet. Beide wissenschaftlichen Zugänge können Mängel und Nöte von armen Bevölkerungsschichten nur unvollständig abbilden, weil sie Ernährung nicht in allen ihren Facetten erfassen. Anders im adaptierten Konzept der Ernährungsarmut von Elfriede Feichtinger. Hier werden alle Dimensionen und Funktionen des Essens und der Ernährung berücksichtigt und ernährungswissenschaftliche mit sozialwissenschaftlichen Erkenntnissen zusammengebracht (vgl. Feichtinger 1996: 7). Neben der materiell-biologischen (physiologischen) Funktion hat Nahrung auch eine soziale, kulturelle und psychische Funktion (vgl. Feichtinger 1995: 293). Feichtinger (1996: 7) spricht in diesem Zusammenhang über Ernährung als „sozialem Totalphänomen“. Folgende Tabelle zeigt hinsichtlich der Dimensionen physiologisch, sozial, kulturell und psychisch verschiedene Funktionen der Ernährung:

Dimensionen	Funktionen
physiologisch	Versorgung mit Energie und Nährstoffen
sozial	soziale Organisation, Integration und Abgrenzung, soziale Sicherheit, Kommunikation
kulturell	normative Wertsysteme, Ernährungssitten und -gebräuche, Essbarkeit, Geschmack
psychisch	Genuss, emotionale Sicherheit, Kompensation, Selbstwertgefühl
ökonomisch*	für Ernährung verfügbares Einkommen als ökonomische und soziokulturelle Zugangsberechtigung
zeitlich*	Auswirkungen von Häufigkeit und Dauer bestimmter Ernährungssituationen im Zeitverlauf

Tabelle 1: Dimensionen und Funktionen der Ernährung (nach Feichtinger 1995: 292). Die ökonomische und zeitliche Dimension, die in dieser Tabelle mit einem Stern markiert sind, sind selbst keine Funktionen der Ernährung, haben darauf aber einen wesentlichen Einfluss (vgl. ebd.).

Feichtinger (1, 2) listet mögliche ernährungsbezogene Armutsprobleme und Auswirkungen auf diesen Dimensionen auf. Detaillierter beschreibt sie diese anhand von verschiedenen Merkmalen der Ernährungsarmut (vgl. 2.3.1–2.3.3).³

Zur Beschreibung von Ernährungsarmut für den deutschsprachigen Raum bezieht sich Feichtinger auf zwei Definitionen. Beiden gemeinsam ist jeweils das Merkmal der Unfreiwilligkeit (Mangel an und behinderter Zugang zu Lebensmitteln) und der Aspekt der soziokulturellen Teilhabe (vgl. Feichtinger 1995: 296).

In Anlehnung an das Deprivationskonzept nach Peter Townsend (1988) kommt Feichtinger (1) zu einer Unterscheidung von materieller und sozialer Ernährungsarmut (vgl. Feichtinger 1995: 295–296). Unter materieller Ernährungsarmut ist jene Armut zu verstehen, die einerseits Menschen zum Hungern zwingt, weil Nahrung quantitativ nicht ausreichend verfügbar ist. Weil nicht genug Geld vorhanden ist, besteht eine Unterversorgung an Essen und Nahrung und/oder ist der Zugang zu notwendigen Lebensmitteln verwehrt (Mangel an Nahrung selbst/fehlende Distributionsmöglichkeiten). Andererseits ist materielle Ernährungsarmut dadurch gekennzeichnet, dass Ernährung nach physiologischen und hygienischen Standards nicht bedarfsdeckend ist. Dies trifft auf ein Nahrungsangebot zu, welches den geltenden Normen von essbar und genießbar widersprechen würde (vgl. Feichtinger 1995: 295).

Die soziale Ernährungsarmut beschreibt Feichtinger als Ernährung

„die es nicht erlaubt, in einer gesellschaftlich akzeptierten Weise soziale Beziehungen aufzubauen, Rollen und Funktionen zu übernehmen, Rechte und Verantwortlichkeiten wahrzunehmen oder Sitten und Gebräuche einzuhalten, die jeweils im sozialen und kulturellen Umgang in einer Gesellschaft zum Ausdruck kommen.“ (ebd.: 295)

Für ein weiteres Verständnis und eine begriffliche Verortung von Ernährungsarmut stützt sich Feichtinger (2) auf die Definition von *Food Insecurity*. Damit ist die Abwesenheit von *Food Security* gemeint. *Food Security* existiert, wenn alle Menschen zu jeder Zeit einen sicheren Zugang⁴ zu Nahrung haben, damit sie ein aktives und gesundes Leben führen können. Damit geht zumindest eine allgemeine Verfügbarkeit an ernährungsphysiologisch und hygienisch einwandfreien Lebensmitteln einher. Des Weiteren muss die Möglichkeit bestehen, persönlich akzeptable Lebensmittel⁵ in einer gesellschaftlich akzeptierten Weise⁶ beschaffen zu können. Abweichungen von einem dieser beiden Minimal-Standards⁷ würden Ernährungsunsicherheit, also *Food Insecurity* markieren. Diese Formulierungen liegen dem „Internationalen Pakt über wirtschaftliche, soziale und kulturelle Rechte“ von 1991 zugrunde (vgl. Feichtinger 1995: 296; 1996:8–9).

Auf diesen beiden Definitionen basierend weist Feichtinger Bestandteile bzw. Merkmale der Ernährungsarmut zu. Sie betreffen in ihrem Konzept der Ernährungsarmut die Dimensionen der Quantität sowie der physiologischen, der soziokulturellen und der psychischen Qualität, welche auf einer individuellen als auch Haushaltsebene betrachtet werden können (vgl. Feichtinger 1995: 293; 297). Materielle und soziale Faktoren (vgl. dazu 2.3.1 und 2.3.2) stehen dabei oftmals in einem Wechselverhältnis (vgl. Feichtinger 1996: 19).

2.3.1 Merkmale materieller Ernährungsarmut

Zu den wesentlichen Merkmalen der materiellen Ernährungsarmut gehören eine eingeschränkte Versorgungslage und eine schlechtere ernährungsphysiologische Qualität von Lebensmitteln (vgl. Feichtinger 1995: 297). Studien zum Ernährungsstatus und Ernährungskonsum⁸ konnten mehrfach bestätigen, dass arme Menschen oder auch von Armut betroffene Haushalte öfter auf billigere Lebensmittel mit einem höheren Zuckergehalt und/oder Fettgehalt zurückgreifen müssen (vgl. Feichtinger 1995: 297, 299; Feichtinger 1996: 1–2). Weitere Kennzeichen sind beispielsweise ein ungewollter Verzicht auf die eigenen Geschmackspräferenzen oder, bei steigenden finanziellen Nöten, eine Reduktion des Mahlzeitenumfanges bzw. das Ausfallen-Lassen von ganzen Mahlzeiten. Die Dimensionen der materiellen Qualität und der Quantität können u.a. dann aufeinandertreffen, wenn geeignete Lager- und Zubereitungsmöglichkeiten für Lebensmittel oder ein Essplatz fehlen. Aufgrund von Geldmangel scheitern arme Menschen darüber hinaus häufiger an der Einhaltung einer gesunden Ernährung, entsprechend allgemein geltender Vorstellungen (vgl. Feichtinger 1995: 299).

2.3.2 Merkmale sozialer Ernährungsarmut

Das zentrale Merkmal sozialer Ernährungsarmut bezieht sich auf das subjektive Empfinden der Armutsbetroffenen. Es resultiert aus den Einschränkungen der Wahlfreiheit bei Speisen und Lebensmitteln. Aber auch die Sorge, wovon die nächste Mahlzeit bezahlt werden soll, und das Bewusstsein, von Anderen abhängig zu sein, sowie das Nutzen von Angeboten von sogenannten Tafeln oder Suppenküchen⁹ zählen dazu. Diese Inanspruchnahme ist oft mit Scham verbunden und wird von den Betroffenen selbst mit Betteln assoziiert. Ernährungsbezogene Belastungen entstehen auch dann, wenn öfter von statushohen auf statusniedrige Lebensmittel (z.B. von Bratenfleisch auf faschiertes Fleisch) ausgewichen werden muss und/oder wenn auf Lebensmittel mit einem hohen emotionalen und sozialen Gehalt (z.B. Alkoholika und Kuchen) verzichtet werden muss (vgl. Feichtinger 1995: 300).

Zu den Folgen sozialer Ernährungsarmut zählen u.a. Formen von sozialer Ausgrenzung und Stigmatisierung, das Zerbrechen von sozialen Beziehungen und familiären Bedingungen sowie ein subjektives Mangelgefühl, das wiederum zu Essstörungen führen kann. Soziale Ernährungsarmut ist u.a. auch daran zu erkennen, dass Einladungen nicht ausgesprochen werden, weil Gäste nicht bewirtet werden können, dass feierliche und besondere Anlässe nur eingeschränkt zelebriert werden und/oder dass es nur selten gemeinsame Mahlzeiten in der Familie gibt (vgl. Feichtinger 1996: 292).

2.3.3 Psychische und gesundheitsbezogene Merkmale

Zu den ernährungsbedingten Armutfolgen gehört nach Feichtinger ein Ernährungsverhalten, das mit Formen von überkompensierenden Bewältigungsstrategien einhergeht. Im Besonderen kann es bei Menschen, die bereits Erfahrungen mit Nahrungsmittelentbehren gemacht haben, zum sogenannten Hamstern kommen. Solches Verhalten kann als Symptomatik aufgrund von Nahrungsbeschränkungen in der Vergangenheit verstanden werden (vgl. Feichtinger 1995: 292).

Mit einem erweiterten Blick auch auf die psychische Ebene beschreibt Ines Heindl (2016) den Zusammenhang zwischen prekären Lebenslagen und entsprechenden Essstilen. Menschen am Rande der Gesellschaft setzen als ungesund geltende Essstile häufig dazu ein, sich kurzfristig besser zu fühlen (vgl. Heindl 2016: 68). Essen dient beispielsweise als Mittel gegen Langeweile und Frustration oder hat die Funktion, bei fehlender persönlicher Zufriedenheit oder fehlender sozialer Anerkennung positive Gefühle zu erzeugen (vgl. Heindl 2007: 35). Spätfolgen aufgrund von ungesundem Ernährungsverhalten treten in der Regel zeitlich versetzt auf (vgl. Feichtinger 1995: 292).

Bei Menschen mit einem niedrigen sozioökonomischen Status konnte ein erhöhter Verzehr an Konserven aller Art, fettreichen Wurstsorten sowie generell von Produkten mit hohem Fettgehalt und geringer Nährstoffdichte nachgewiesen werden. Dieses Verhalten erklärt bei von Armut betroffenen Menschen einerseits einen relativen Mangel an Kohlenhydraten und Vitaminen und andererseits eine erhöhte Zufuhr und Überversorgung an Energie (durch Fett), gesättigten Fettsäuren und Cholesterin (vgl. Feichtinger 1996: 1–2). Ein unzureichender Zugang zu frischem Obst und Gemüse stellt laut Armutskonferenz das wesentliche Unterscheidungsmerkmal zwischen den unterschiedlichen Einkommensschichten dar (vgl. Armutskonferenz 2014: 18).

3. Empirische Befunde zum Ernährungsverhalten in Armut

Wie der Überblick zum Forschungsgegenstand gezeigt hat, fehlt es an Untersuchungen zum Ernährungsverhalten in Armut, in denen sich mit diesem Thema abseits vom Gesundheitsaspekten beschäftigt wird. Eine Zuwendung zur sozialen und materiellen Seite der Ernährung ist aus sozialwissenschaftlicher Sicht für das Handlungsfeld der Sozialen Arbeit ergiebiger. Aus diesem Grund wurde im Rahmen der Masterarbeit eine Erhebung durchgeführt und der Frage nachgegangen, wie Ernährungsverhalten bei von Armut betroffenen Menschen gestaltet ist und welche Rolle dabei der individuelle Geschmack spielt.

Im vorliegenden Beitrag werden die Ergebnisse¹⁰ aus der zugrundeliegenden explorativen Studie zu den physiologischen, soziokulturellen und psychischen Dimensionen/Funktionen der Ernährung (siehe 2.3; Tab.1) zusammengefasst. Zusätzlich

werden die Bedeutung dieser Dimensionen für die Ausgestaltung des Ernährungsverhaltens präsentiert und Merkmale materieller und sozialer Ernährungsarmut verdeutlicht. Auf Ergebnisse zum individuellen Geschmack wird separat eingegangen. Sowohl der individuelle Geschmack als auch der ökonomische Aspekt wurden als Einflussfaktoren auf die Ernährung berücksichtigt. Darüber hinaus wird bei der Ergebnispräsentation auf geschlechts- und altersbedingte Unterschiede hingewiesen.

Für die Datenerhebung wurden armutsbetroffene Personen¹¹ hinsichtlich der alltäglichen Ausgestaltung ihres Ernährungsverhaltens und zu ihrem individuellen Geschmack befragt. Es handelte sich bei den Interviewten um fünf Frauen und drei Männer.

3.1 Physiologische Dimension

Keine der befragten Personen gab an, in der aktuellen Lebenssituation hungern zu müssen. Prinzipiell können sich die Interviewten Lebensmittel beziehungsweise ein Essen leisten – auch wenn sie öfter auf statusniedrige Lebensmittel zurückgreifen müssen. Von individuellen Erfahrungen mit Hunger durch Nahrungsmittelknappheit berichteten ältere befragte Personen. Vorwiegend in der Nachkriegszeit hatten große Teile der Bevölkerung nur wenig zu essen; mit Bezug auf diese Zeit sprachen die Befragten von ernährungsbedingten Entbehrungen (vgl. Setznagel 2017: 113–114).

Da die Versorgung mit Energie und Nährstoffen (vgl. Abb. 1) zentraler Bestandteil der physiologischen Dimension ist, werden unter diesem Punkt auch die Ergebnisse hinsichtlich des Gesundheitsaspekts präsentiert. Für viele der befragten Personen ist gesundes Essen wichtig, dennoch scheint es, dass für die Mehrheit Gesundheit nicht an erster Stelle steht. Die Interviews legen nahe, dass sie sich im Essalltag eher ihrem Gusto entsprechend deftig, süß und fettig ernähren – auch dann, wenn ärztliche Empfehlungen eine Ernährungsumstellung nahelegen würden (vgl. ebd.:111). Fast alle der interviewten Personen sprechen Probleme mit ihrem Gewicht an, etwa die Hälfte schätzt sich selbst als zu dick ein (vgl. ebd.: 141). Diese Aussagen unterstützen die Annahme, dass Ernährungsempfehlungen bei Armutsbetroffenheit nicht immer eingehalten werden können oder eingehalten werden wollen. Als Gründe werden finanzielle Einschränkungen oder andere belastende Lebensumstände (wie z.B. eine psychische Erkrankung oder Arbeitslosigkeit) genannt (vgl. ebd.: 156–157). In Hinblick auf den persönlichen Stellenwert von gesunder Ernährung und auf ihre Definition wird von Interviewpartner G folgendes gesagt:

„Auf jeden Fall weniger Kohlenhydrate und dass ich auf die Kalorien schau und Gemüse und so was. Ich mein zurzeit ist mein Essen, das ich mir vorkoche, halt mit Reis. Es wäre besser, dass ich einen braunen Reis esse, weil der weniger Kohlenhydrate hat bzw. die Kohlenhydrate werden langsamer aufgenommen. Aber wenn man vergleicht, kostet das Kilo-Sackerl Reis achtzig Cent, das gleiche

Sackerl brauner Reis kostet zwei Euro fünfzig. Und das ist zurzeit schwer.“ (IPG, Z. 401–406)

3.2 Soziale/soziokulturelle Dimension

Für die Befragten hat der sozial-kommunikative Aspekt beim Essen einen hohen und wichtigen Stellenwert. Dies kann u.a. mit diesem Zitat von Interviewpartnerin H verdeutlicht werden, die nach der Bedeutung des Essens in Gesellschaft gefragt wurde.

„Ja lieber isst man, aber sonst hab´ ich mir darüber keine Gedanken gemacht. Besser schmecken tut es glaub ich schon, weil es immer schöner ist, wenn man zusammen isst.“ (IPH, Z. 186–188).

Ein Trend lässt sich hinsichtlich geschlechtsspezifischer Präferenzen erkennen: Den Frauen ist es wichtiger, das Essen gemeinsam mit anderen einzunehmen. Sie betonen öfter den Austausch, die Atmosphäre und das Zusammenkommen als einen wesentlichen Faktor beim Essen als die Männer. Frauen zeigen sich öfter bemüht, auf die Atmosphäre bei der Essenseinnahme zu achten, auch wenn sie allein essen. Sechs interviewte Personen leben allein, was dazu führt, dass sie meistens ohne Gesellschaft essen müssen (vgl. Setznagel 2017: 105).

Trotz Armut ist bei allen älteren Frauen der Befragung das Essen Teil eines strukturierten Tagesablaufes, bei dem es zumindest eine selbstgekochte warme Mahlzeit am Tag gibt (vgl. ebd.: 97–100). Bei den Männern wird weniger auf eine Regelmäßigkeit bei der Mahlzeiteneinnahme geachtet. Fast alle älteren befragten Personen legen Wert darauf, bei Tisch zu essen, während die jüngeren Interviewten lieber auf der Couch – vor dem PC oder dem Fernseher – ihr Essen einnehmen (vgl. Setznagel 2017: 98). Von einer Person wurde angegeben, dass sie sich zurzeit keinen Tisch leisten könne, eine andere Person gibt an, dass es ihr auch an geeigneten Küchensutensilien mangle, um sich bestimmte Gerichte zubereiten zu können (vgl. ebd.: 101–102).

Des Weiteren hat sich gezeigt, dass alle befragten Personen am häufigsten zu Hause essen, auswärts gegessen wird eher selten. Ausnahmen sind feierliche Anlässe oder Verabredungen mit befreundeten Personen oder mit Familienmitgliedern. Etliche Aussagen von verschiedenen Interviewpersonen legen nahe, dass fehlende finanzielle Mittel ein hemmender Faktor sind, um auswärts essen gehen zu können (vgl. ebd.: 101).

3.3 Psychische Dimension

Hinsichtlich der psychischen Befindlichkeit zeigen die Interviews, dass das individuelle Ernährungsverhalten für fünf der acht interviewten Personen eine kompensatorische Wirkung hat. Als Bewältigungsstrategie hat das Essen die Funktion, Langeweile oder

Stress zu reduzieren bzw. dient dazu, Frust sprichwörtlich wegzussen. Ebenso werden psychische Probleme und Einsamkeit als Gründe für die Essensaufnahme angegeben oder Beispiele genannt, in denen das Essen zum Trostspender wird. Dies führt bei einigen zu einer unkontrollierten Nahrungsaufnahme, die wenig mit Genuss oder Freude zu tun hat – dabei hat es kaum Relevanz, was gegessen wird (vgl. Setznagel 2017: 117–119). Interviewpartnerin D sagt dazu:

„Da gibt man dem Kauwerkezeug einfach was zu tun. Da ist es ziemlich wurscht, was ich mir da reinschiebe. Das macht wirklich keinen Unterschied.“ (IPD, Z. 538–539)

Die Essensaufnahme hat hier die Aufgabe, den psychisch-emotionalen Hunger zu stillen und dient nicht in erster Linie der physiologischen Bedürfnisbefriedigung. Von Armut betroffene Menschen sind oftmals mehrfach belastet und in mehreren Lebensbereichen einschränkt (vgl. ebd.: 90–151). Ernährung ist ein Teilbereich des Alltags, den sie auch in Armut weiterhin autonom regeln können. Bestimmtes Ernährungsverhalten dient daher auch zur Wiedererlangung ihres Wohlbefindens (vgl. Methfessel et al. 2016: 136–137).

3.4 Ökonomische Dimension

Praktisch alle befragten Personen sind ohne Arbeit und nehmen aufgrund ihrer geringen finanziellen Mittel die Angebote des SOMA-Sozialmarktes in Anspruch. Diese Tatsache und die monatlichen Ausgaben für Nahrungsmittel legen nahe, dass bei ihnen Armut vorliegt: Vier Personen investieren zwischen 20–30%, drei Personen geschätzt ca. 10% und eine befragte Person sogar 40% ihres Einkommens in Nahrungsmittel.¹² Dem *Österreichischen Ernährungsbericht* zufolge geben Menschen in Österreich durchschnittlich 12% ihres Haushaltsbudgets für Essen und Trinken aus (vgl. Elmadfa 2012: 306).

SOMA-Sozialmärkte können aufgrund der niedrigen Preise von Nahrungsmitteln zur Nahrungssicherheit beitragen. Aufgrund zu hoher Preise in regulären Supermärkten müssen die befragten Personen öfter Einschränkungen bei der Qualität des Essens in Kauf nehmen und auf statusniedrigere Lebensmittel zurückgreifen (vgl. Setznagel 2017: 114). Dies belegt ein Zitat von Interviewperson G:

„Ja nur wegen dem Finanziellen her ist mir die Qualität vom Essen eher wurscht, wenn es billiger ist. Wie gesagt beim [Name eines Diskonters] gibt es Tiefkühlpizzen – da kostet eine 70 Cent – da kann man sich ja vorstellen, wie sie ist – im Gegensatz zu einer Pizza aus der Pizzeria.“ (IPG, Z. 588–591)

Diese Aussage belegt die materielle Seite von Ernährungsarmut aufgrund der fehlenden ökonomischen Mittel und zeigt darüber hinaus auf, dass es ein Bewusstsein gibt, sich mit minderwertigen Lebensmitteln zufrieden geben zu müssen. Es gab in den Interviews mehrfach Hinweise darauf, dass das geringe Budget einen Verzicht bei den

persönlichen Vorlieben erfordert. Die meisten schränken sich im Alltag beim Einkauf ein und greifen auf preiswerte Lebensmittel zurück. Dennoch gönnt sich die Mehrheit manchmal etwas Besonderes, geht auswärts essen oder bestellt sich bzw. holt sich Essen nach Hause (vgl. Setznagel 2017: 100–101).

3.5 Individueller Geschmack

Als Einstieg zum Thema Geschmack wurde den Teilnehmer_innen der Befragung ein Stimulus angeboten (vgl. ebd.:183). Nach der Verkostung von Schokolade in Form einer Achtsamkeitsübung waren sehr deutlich geschlechtsspezifische Unterschiede bei der sensorischen Wahrnehmung festzustellen. Frauen konnten allgemein den Geschmack detaillierter beschreiben als Männer, auch wenn die Schokolade nicht ihrem individuellen Geschmack entsprochen hat. Sie sprachen häufiger sensorische Eindrücke an, die sie beim Schmecken wahrnehmen konnten (vgl. ebd.: 127–128).

Alle weiblichen befragten Personen waren im Anschluss an die Achtsamkeitsübung in der Lage, Situationen zu beschreiben, in denen sie sich allgemein mit dem Geschmacksthema auseinandergesetzt haben. Sie nannten mehrheitlich das tägliche Kochen oder die Auseinandersetzung mit der Gesundheit als weitere Gründe dafür.

In Bezug auf die Vorlieben bei Speisen konnte bei den älteren Befragten eine Tendenz zur traditionellen österreichischen Küche festgestellt werden, die jüngeren Personen stehen den Veränderungen der Esskultur offener gegenüber und gehen gerne auch einmal zu Fastfood-Ketten oder zum Kebab-Imbiss essen (vgl. Setznagel 2017: 161).¹³ Hinsichtlich geschlechtsspezifischer Merkmale zeigte sich, dass die befragten Frauen offener gegenüber neuen Geschmäckern waren, ältere Männer hingegen gaben sich eher geschmackskonservativ. Letztere greifen lieber auf Bewährtes und Gewohntes zurück – getreu dem Motto „Was der Bauer nicht kennt, dass isst er nicht“ (vgl. ebd.: 162).

Subjektiv wird dem Geschmack unterschiedliche Bedeutung beigemessen. Eine höhere Bedeutung zeigte sich bei jenen Personen, für die das Essen mehr als nur bloße Nahrungsaufnahme zum Hungerstillen ist und für die Freude und Genuss einen wichtigen Stellenwert beim Essen haben (vgl. ebd.: 139). Der Genuss kann aufgrund finanzieller Sorgen gestört sein, wie bei Interviewperson G:

„Ah, ja wenn ich mich halt zurücklehnen kann und ohne irgendwelche Sorgen essen kann. Ob es jetzt ungesund ist oder ob es teuer war oder so. Genießen kann ich dann, wenn ich mir hin und wieder was leiste.“ (IPG, Z. 640–642)

Eine hohe Bedeutung und Relevanz des individuellen Geschmacks resultieren im Laufe des Lebens aus diversen positiven Erfahrungen mit Essen. Zum Beispiel, wenn im Herkunftssystem oder in anderen biografischen Zusammenhängen Mahlzeiten gemeinsam eingenommen wurden, Essen mit einer gemütlichen Atmosphäre und Kom-

munikation in Verbindung gebracht wird, Interesse am Zubereiten von Mahlzeiten besteht und das Essen mehr als nur als Nahrungsaufnahme verstanden wird (vgl. Setznagel 2017: 133; 136–137; 155–156).

Was aktuell gegessen wird, entspricht der Tendenz nach dem individuellen Geschmack, so wird es von den Befragten bestätigt. Niemand muss im Alltag etwas essen, was ihr_m absolut nicht schmeckt. Dennoch muss häufig auf die Lieblingsgerichte aufgrund des Preises verzichtet werden. Sowohl einige Männer als auch einige Frauen betonten, dass es bei der Erfüllung des individuellen Geschmacks auch auf Fähigkeiten beim Kochen ankommt und weniger auf die Preisklasse der Produkte. Es stellte sich heraus, dass den befragten Frauen eine praktische Umsetzung im Alltag eher gelingt als Männern. Frauen erzählten, dass sie das Kochen bereits in der Kindheit oder im Jugendalter zuhause oder in Arbeitskontexten (z.B. in der Gastronomie) erlernt haben, während Männer sich wenig bis gar nicht mit dem Thema aktiv beschäftigten mussten und sich erst im Erwachsenenalter Kompetenzen aneignen mussten. Frauen sprechen vermehrt über ihr Interesse bzw. ihre Neugierde am Ernährungsthema und am Kochen (vgl. ebd.: 122–126).

Geschlechtsunabhängig wurde angegeben, dass es möglich ist, sich mit weniger Geld auch nach dem individuellen Geschmack ernähren zu können (vgl. ebd.: 112). Nach Meinung der Interviewten muss guter Geschmack nicht unbedingt immer teuer sein. Auch mit preisgünstigen Produkten sei es möglich, Lebensmittel zu kaufen die im Allgemeinen auch schmecken. Der individuelle Geschmack muss daher nicht notwendig zurückgestellt werden, wobei es dennoch aufgrund der schwierigen finanziellen Situation zu Einschränkungen hinsichtlich der Häufigkeit des Verzehrs von Liebesspeisen und -gerichten kommt (vgl. Setznagel 2017: 113; 131). Die Mehrheit der Befragten ist sich bewusst, dass es sich oftmals um qualitativ weniger gute Lebensmittel handelt (vgl. ebd.: 116). Forschungen zum Geschmack haben gezeigt, dass, was gegessen wird, deshalb schmeckt, weil es hierbei auch immer um Gewöhnungseffekte geht und nicht immer um die eigenen Vorlieben (vgl. Höhl, 2013: 182–184).

3.6 Zusammenfassende Typisierung

In Anlehnung an die *Österreichische Lifestyle-Studie* (1994) wurden die erhobenen Daten der acht interviewten Personen vier idealtypischen Kategorien zugeordnet (vgl. Plasser 1994: 91–95). Neben der Einstellung zum Essen wurde die subjektive Bedeutung von Gesundheit und Genuss mitberücksichtigt. Vier Personen wurden in der Typologisierung in Anlehnung an diese Studie als „Sorglose Esser_innen“, drei Personen als „Rationale Esser_innen“ und eine Person als „Feinschmecker_in“ typisiert (vgl. Setznagel 2017: 144–146). Für die Kategorie „Gesundheitsapostel_in“ konnte keine eindeutige Zuordnung vorgenommen werden. Das bedeutet nicht, dass den befragten

Frauen und Männern der Gesundheitsaspekt egal ist, sondern für sie nachgeordnete Priorität hat.

Die „Feinschmeckerin“ legt den Fokus auf bewusstes Genießen und auf den Geschmack des Essens. Für die „Sorglosen Esser_innen“ ist der Gesundheitsaspekt von geringer Bedeutung. Darüber hinaus legt dieser Typus im Allgemeinen kaum Wert auf Mäßigung und isst prinzipiell was ihr_m schmeckt. In der Untersuchung trafen diese Kriterien auf alle befragten Männer zu. Ebenso wird von diesem Typus traditionelles Essen bevorzugt, ebenso bei den „Rationalen Esser_innen“. Drei von vier Frauen konnten der Tendenz nach zu dieser Kategorie zugeordnet werden. Bei ihnen findet die Essenseinnahme meistens entlang eines strukturierten Tagesablaufes statt. Über dieses Charakteristikum grenzen sie sich beispielsweise von den „Sorglosen Esser_innen“ ab (vgl. ebd.).

4. Fazit

Im Beitrag wurden die Themen Ernährungsverhalten und Armut unter einer für die Soziale Arbeit relevanten Perspektive dargestellt. Entsprechend dem für den deutschen Sprachraum adaptierten Konzept der Ernährungsarmut nach Feichtinger wurden die Dimensionen der Ernährung und – hier wurde über die Darstellungen Feichtingers hinausgegangen – die Bedeutung des individuellen Geschmacks für das alltägliche Ernährungsverhalten behandelt.

Der Umgang mit Ernährungsarmut im Alltag und die Bedeutung des individuellen Geschmacks ist, so zeigte die Erhebung, bei armen Personengruppen teilweise sehr heterogen. Darüber bestätigte sich, dass Armut und Ernährungsarmut nicht unbedingt deckungsgleich sein müssen (vgl. Feichtinger 1995: 296). Ausmaß und Ausprägungen wiesen deutliche Unterschiede bei den Betroffenen auf: Neben dem Armutsfaktor sind die individuellen Lebenskontexte, psychische Konstitution, Alter und Geschlecht für das Ernährungsverhalten von Bedeutung. Fertigkeiten und Wissen, Interesse und Neugierde sowie (biografische) Erfahrungen im Zusammenhang mit Ernährung stellen Faktoren dar, die auch in Armut zu unterschiedlichem Ernährungsverhalten führten. Die verallgemeinernde Aussage „Alle Armen ernähren sich ungesund“ kann deshalb in dieser Form nicht bestätigt werden.

Insgesamt haben finanzielle Einschränkungen immer eine gewisse hinderliche Rolle auf das alltägliche Ernährungsverhalten und zeitweise auch auf die Erfüllung von individuellen Vorlieben. Darüber hinaus bestätigte sich, dass auch gesundheitliche Aspekte phasenweise zu Abweichungen vom individuellen Geschmack führen können. Einschränkungen, beispielsweise in Bezug auf das Auswärts-Essen-Gehen, wurden bei beinahe allen Befragten bestätigt. Hervorstechend war, dass die psychische Funktion von Ernährung in Armutsverhältnissen eine oft gewählte Bewältigungsstrategie ist.

Sozialer Arbeit darf es nicht nur um die Verbesserung der ernährungsphysiologischen Komponente gehen, sondern sie muss sich als Profession auch der sozialen Seite der Ernährung zuwenden. Ernährungsverhalten zielt neben der Befriedigung eines Grundbedürfnisses immer auch auf ein seelisches Wohlbefinden ab. Interventionen der Sozialen Arbeit müssen daher unterschiedliche Bereiche abdecken können und sich beispielsweise folgende Fragen stellen: „Geht es um eine fehlende Küchenausstattung, sind Wissen und Fertigkeiten ausreichend vorhanden oder stellen sich ganz andere Faktoren für den Essalltag hinderlich dar, wie z.B. psychosoziale Problematiken oder psychische Erkrankungen?“ Als Expertin in Bezug auf die Lebensweltkontexte ihrer Klient_innen kann die Soziale Arbeit besonders in der Einzelfallhilfe auf individuelle Bedürfnisse eingehen und die nötigen Interventionen einleiten.

Prinzipiell muss es die Aufgabe der Sozialen Arbeit sein, Folgen von Armut zu lindern. In diesem Zusammenhang geht es also eindeutig um die Reduktion von Ernährungsarmut, um die Steigerung der soziokulturellen Teilhabe und um die Verbesserung des Gesundheitszustandes.

Es ist wahrscheinlich nicht verwunderlich, dass Menschen in Armut häufiger krank sind und auch vorzeitig sterben (vgl. Heindl 2016: 68). Für eine positive Veränderung der Situation für die von Armut betroffenen Menschen, bedarf es sowohl einer Orientierung an der einzelnen Person als auch einer Hinwendung zum sozialpolitischen Diskurs, wenn es um die Ernährungsthematik geht. Auf politischer Ebene muss Ernährungssicherheit in mehrerlei Hinsicht hin neu diskutiert werden. Dabei sind z.B. Fragen danach relevant, ob Sozialmärkte oder Tafeln wirklich akzeptable Formen der Nahrungsbeschaffung darstellen. Tragen solche Angebote tatsächlich zur Autonomie der Menschen bei oder führen sie weiter zu einer Stigmatisierung als Entstigmatisierung von Armutsbetroffenen?

Verweise

¹ Die Nennung dieser Merkmale ist lediglich eine Auswahl von sehr vielen externen und internen Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten (vgl. Setznagel 2017: 40–67). Alter, Geschlecht und Einkommen werden an dieser Stelle erwähnt, weil sie auch für die Präsentation der empirischen Ergebnisse wesentlich sind.

² Der Nahrungsmittelverzehr von Frauen ist im Gegensatz zu Männern stärker am Gesundheitsaspekt ausgerichtet: Sie essen mehr Obst und Gemüse sowie Vollkorn- und Milchprodukte (vgl. Prah/Seitzwein 1999: 77). Darüber hinaus orientieren sich Frauen eher an den gängigen Ernährungsempfehlungen als Männer (vgl. Muff 2009: 127).

³ Dazu sei festgehalten, dass es nach Feichtinger (1996) schwierig ist, beim Ernährungsverhalten klar zwischen armutsbedingten Auswirkungen und Effekten aufgrund sozialer Ungleichheit bzw. milieuspezifischer Lebensstile zu unterscheiden (vgl. ebd.: 1–2).

⁴ Hier ist ein ökonomischer und physischer Zugang (*access*) gemeint. Allein die Verfügbarkeit (*availability*) sagt nichts darüber aus, ob sich auf Haushaltsebene mit Nahrungsmitteln versorgt werden kann. Einflussfaktoren sind beispielsweise Einkommen, Ausgaben, Preise und Märkte (vgl. AGES 2016).

⁵ Bei Feichtinger (1995) wird nicht weiter verdeutlicht, was mit „persönlich akzeptablen Lebensmitteln“ gemeint ist. In diesem Zusammenhang kann über den Wirtschafts- und Sozialrat der Vereinten Nationen (1999) eine passende Erklärung herangezogen werden: Hier wird neben dem Zugang auch die kulturelle und individuelle Angemessenheit der Lebensmittel angesprochen. Darunter sind die jeweiligen

Wertevorstellungen in Bezug auf die Nahrungsaufnahme und zu Nahrungsmitteln zu verstehen (vgl. ebd.: 4).

⁶ Unter „sozial akzeptable Weise“ ist in diesem Zusammenhang folgendes zu verstehen: Nicht stehlen, nicht auf eine Notversorgung mit Nahrungsmitteln angewiesen sein, betteln oder andere Bewältigungsstrategien einsetzen, um an Nahrungsmittel zu kommen (vgl. USDA 2019).

⁷ Neben den Dimensionen Verfügbarkeit und Zugang gibt es auch die Dimensionen *utilization* (Verwendung von Nahrungsmitteln) und *stability* (Stabilität), die die Standards von *Food Security* beschreiben. Sie werden an dieser Stelle nicht weiter behandelt. Mehr dazu bei der Österreichische Agentur für Gesundheits- und Ernährungssicherheit (AGES) unter: <https://www.ages.at/themen/landwirtschaft/agrarische-forschung/ernaehrungssicherung>.

⁸ Bisher gibt es im deutschsprachigen Raum kaum Studien, die sich ausschließlich mit Auswirkungen von Armut auf den Ernährungsstatus bzw. Nahrungsmittelkonsum beschäftigen. Wissenschaftliche Erkenntnisse zu diesem Thema resultieren in erster Linie aus Querschnittsuntersuchungen, die vorrangig nach Schichtmerkmalen unterscheiden (vgl. Feichtinger 1996: 1). Nur die *Gießener Ernährungsstudie* (2002) beschäftigt sich dezidiert mit den Auswirkungen von Armut auf das Ernährungsverhalten. Es handelt sich hierbei aber ausschließlich um Fallstudien.

⁹ An dieser Stelle soll neben der Nutzung von Tafeln und Suppenküchen auch die Inanspruchnahme von Sozialmärkten dezidiert Erwähnung finden.

¹⁰ Für die Stichprobe wurden Kund_innen eines steirischen SOMA-Sozialmarktes ausgewählt. Dort können Menschen mit geringem Einkommen u.a. günstig Nahrungsmittel erwerben, welche z.B. aufgrund der Überschreitung des Ablaufdatums oder von Verpackungsbeschädigungen im offiziellen Handel nicht mehr angeboten werden dürfen.

Die Erhebung wurde in Form von episodischen Interviews durchgeführt, welche anschließend in Anlehnung an die Inhaltsanalyse nach Jochen Gläser und Grit Laudel (2006) ausgewertet wurden. Die Analyse des erhobenen Datenmaterials erfolgte deduktiv mittels hierarchischem Kategorienschema. Relevante Inhalte der Interviews wurden extrahiert und wenn möglich zu generalisierten Aussagen zusammengefasst. Angaben zum Alter und zum Geschlecht der Interviewpartner_innen: IPA weiblich, 67 Jahre; IPB weiblich, 53 Jahre; IPC männlich, 52 Jahre; IPD weiblich, 48 Jahre; IPE weiblich, 55 Jahre; IPF männlich, 48 Jahre; IPG männlich, 25 Jahre; IPH weiblich, 29 Jahre. Interviewpartner G und Interviewpartnerin H werden als die jüngeren befragten Personen bezeichnet.

¹¹ Die Bezeichnung „von Armut betroffen“ wird hier über die Armutsgefährdungsschwelle festgelegt. Die Armutsgefährdungsschwelle wurde für Österreich nach EU-SILC 2015 monatlich auf 1.163 Euro für einen Einzelpersonenhaushalt festgelegt (vgl. Statistik Austria 2016: 10). Für das Jahr 2017 waren es 1.238 Euro (Statistik Austria 2018: 9).

¹² 10% an Gesamtausgaben für Nahrungsmittel entsprechen beinahe den Durchschnittsausgaben der österreichischen Bevölkerung. Dabei handelt es sich um monatliche Ausgaben in der Höhe von 80 Euro. Es wird angenommen, dass das Einkommen einiger Personen sogar unter der Armutsgefährdungsschwelle liegen muss. Im Speziellen geht es hier um Bezieher_innen von Notstandshilfe. Sparsamer Umgang, so ist anzunehmen, ist für sie bei den Ausgaben für Nahrungsmittel im Besonderen erforderlich. Durch Einkäufe bei SOMA-Sozialmärkten können Haushaltsausgaben aufgrund der niedrigen Preise weiter reduziert werden.

¹³ Die jeweilige Esskultur gibt den Rahmen des individuellen Ernährungsverhaltens vor, wobei diese immer an einen bestimmten Ort gebunden ist und alles umfasst, was mit Essen zu tun hat (vgl. u.a. Ellrott 2013: 57; Methfessel 2005:8).

Literatur

AGES – Agentur für Gesundheits- und Ernährungssicherheit (2016). <https://www.ages.at/themen/landwirtschaft/agrarische-forschung/ernaehrungssicherung> (08.03.2020).

Armutskonferenz (2014): Für eine Politik des Sozialen Aktionsplan 2013–2018. http://www.armutskonferenz.at/files/armutskonferenz_aktionsplan2013_web.pdf (01.12.2018).

Barlösius, Eva/Feichtinger, Elfriede/Köhler, Barbara Maria (1995): Armut und Ernährung – Problemaufriss eines wiederzuentdeckenden Forschungsgebietes In: Dies. (Hg.): Ernährung in der Armut. Gesundheitliche, soziale und kulturelle Folgen in der Bundesrepublik Deutschland. Berlin: Edition Sigma, S. 11–28.

Bayer, Otto/Kutsch, Thomas/Ohly, H. Peter (1999): Ernährung und Gesellschaft. Forschungsgegenstand und Problembereiche. Opladen: Leske + Budrich.

- Brombach, Christine (2011): Soziale Dimensionen des Ernährungsverhaltens. In: Ernährungs Umschau, 6. https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2011/06_11/EU06_2011_318_324.qxd.pdf (09.02.2020).
- Brunner, Karl-Micheal (2007): Ernährungspraktiken und nachhaltige Entwicklung – eine Einführung. In: Brunner, Karl-Michael/Geyer, Sonja/Jelenko, Marie/Weiss, Walpurga/Astleithner, Florentina (Hg.): Ernährungsalltag im Wandel. Chancen für Nachhaltigkeit. Wien: Springer, S. 1–38.
- Ellrott, Thomas (2013): Psychologische Aspekte der Ernährung. In: Diabetologie 3, S. 57–70. <http://www.ernaehrungspsychologie.org/images/stories/ellrott%20t%20-%20psychologische%20aspekte%20des%20ernhrung.%20diabetologie%202013%208%20r57-r70.pdf> (04.01.2016).
- Elmadfa, Ibrahim (Hg.) (2012): Österreichischer Ernährungsbericht. Wien. https://ernaehrungsbericht.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/dep_ernaehrung/forschung/ernaehrungsberichte/oesterr_ernaehrungsbericht_2012.pdf (09.02.2020).
- Feichtinger, Elfriede (1996): Armut und Ernährung. Literaturanalyse unter besonderer Berücksichtigung der Konsequenzen für Ernährungs- und Gesundheitsstatus und der Ernährungsweise in der Armut. Berlin: Wissenschaftszentrum. <https://bibliothek.wzb.eu/pdf/1996/p96-202.pdf> (22.05.2016).
- Feichtinger, Elfriede (1995): Armut und Ernährung im Wohlstand: Topographie eines Problems. In: Barlösius, Eva/Feichtinger, Elfriede/Köhler, Barbara Maria (Hg.): Ernährung in der Armut. Gesundheitliche, soziale und kulturelle Folgen in der Bundesrepublik Deutschland. Berlin: Edition Sigma, S. 291–305.
- Gläser, Jochen/Grit, Laudel (2006): Experteninterviews und qualitative Inhaltsanalyse. 2., durchgesehene Aufl. Wiesbaden: VS Verlag.
- Heindl, Ines (2016): Essen ist Kommunikation. Esskultur und Ernährung für eine Welt mit Zukunft. Wiesbaden: Umschau Zeitschriftenverlag.
- Heindl, Ines (2007): Gesundheit, Ernährung und soziale Ungleichheit. In: Aus Politik und Zeitgeschichte (APuZ), 42, S. 32–38.
- Höhl, Karolin (2013): Geschmack ist mehr als Schmecken – Zusammenfassende Betrachtung, weiterführende Fragen und Ausblick. In: Dr. Rainer Wild-Stiftung (Hg.): Käsebroten mit Marmelade. Geschmack ist mehr als schmecken. Heidelberg, S.171–189.
- Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn) (Hg.) (2008): Auf die Sinne fertig los... Komm` auf den Geschmack! Leitfaden zur Durchführung des Sinnesparcours. Kulmbach. <https://www.kern.bayern.de/mam/cms03/wissenstransfer/dateien/leitfaden.pdf> (07.04.2017).
- Lehmkuhler, Stephanie (2002): Die Gießener Ernährungsstudie über das Ernährungsverhalten von Armutshaushalten (GESA) – qualitative Fallstudien. <http://geb.uni-giessen.de/geb/volltexte/2002/825/pdf/d020125.pdf> (05.02.2016).
- Methfessel, Barbara (2005): Soziokulturelle Grundlagen der Ernährungsbildung. Universität Paderborn (= Paderborner Schriften zur Ernährungs- und Verbraucherbildung, Band 7).
- Methfessel, Barbara/Höhn, Kariane/Miltner-Jürgensen, Barbara (2016): Essens- und Ernährungsbildung in der KITA. Entwicklung, Versorgung, Bildung. Stuttgart: Kohlhammer.
- Muff, Christine (2009): Soziale Ungleichheit im Ernährungsverhalten. Theoretische Hintergründe und empirische Befunde. Wien: LIT.
- Oltersdorf, Ulrich (1995): Ernährungsepidemiologie. Mensch, Ernährung, Umwelt. Stuttgart: Eugen Ulmer.
- Pantucek, Peter (2006): Fallstudien als „Königdisziplin“. In: Flaker, Vito/Schmid, Tom (Hg.): Von der Idee zur Forschungsarbeit Forschen in Sozialarbeit und Sozialwissenschaft. Wien: Böhlau, S. 237–261.
- Plasser, Gunda (1994): Essen und Lebensstil. In: Richter, Rudolf (Hg.): Sinnbasteln. Beiträge zur Soziologie der Lebensstile Wien. Böhlau, S. 88–98.
- Pudel, Volker/Westenhöfer, Joachim (2003): Ernährungspsychologie. Eine Einführung. Göttingen: Hogrefe.

Rose, Lotte/Sturzenhecker, Benedikt (2009): Einleitung: Warum die Beschäftigung mit Essen und Kochen Potentiale für die Soziale Arbeit enthält. In: Dies. (Hg.): Zuerst kommt das Fressen...! Wiesbaden: VS Verlag, S. 9–17.

Rützler, Hanni (2005): Was essen wir morgen. 13 Food Trends der Zukunft. Wien: Springer.

Setznagel, Doris (2017): Weil es mehr als eine Frage des guten Geschmacks ist! Eine explorative Untersuchung über das Ernährungsverhalten bei von Armut betroffenen Menschen unter besonderer Berücksichtigung ihres individuellen Geschmacks. Unveröffentlichte Masterarbeit. Graz: FH Joanneum.

Statistik Austria (2016): EU-SILC 2015. https://www.statistik.at/web_de/frageboegen/private_haushalte/eu_silc/index.html#index8 (09.02.2020).

Statistik Austria (2018): EU-SILC 2017. https://www.statistik.at/web_de/frageboegen/private_haushalte/eu_silc/index.html#index8 (09.02.2020).

USDA – United States Department of Agriculture (2019): Food Security in the United States: Measurement. <https://www.ers.usda.gov/topics/food-nutrition-assistance/food-security-in-the-us/measurement.aspx> (08.03.2020).

Wirtschafts- und Sozialrat der Vereinten Nationen (1999): Allgemeine Bemerkung 12 (20. Tagung). Das Recht auf angemessene Nahrung. <http://www.un.org/Depts/german/wiso/ec12-1999-5.pdf> (08.03.2020).

Über die Autorin



Mag.^a Doris Setznagel, MA

doris.setznagel@gmx.at

Studium der Pädagogik an der Karl-Franzens-Universität Graz von 1997–2004; Masterstudium Soziale Arbeit an der FH-Joanneum Graz von 2014–2017. Aktuell als Beraterin in der Mobilen Sozialpsychiatrischen Betreuung tätig. Davor im Bereich Jugendstreetwork im Raum Südoststeiermark.