

Die Deutsche Bibliothek- CIP-Einheitsaufnahme
Ernährung in Deutschland nach der Wende : Veränderungen in
Haushalt, Beruf und Gemeinschaftsverpflegung / Thomas Kutsch ;
Sigrid Weggemann (Hrsg.). - Witterschlick/Bonn : Wehle, 1996
(... Wissenschaftliche Arbeitstagung der Arbeitsgemeinschaft
Ernährungsverhalten e. V. ; 14/15)
(Bonner Studien zur Wirtschaftssoziologie ; 3)
ISBN 3-89573-029-7
NE: Kutsch, Thomas [Hrsg.]; 2. GT

Die Organisation der Leipziger Tagung (14. AGEV - Tagung 1991) lag dabei in Händen von S. Weggemann, die Organisation der Tagung in Bonn-Röttgen (15. AGEV - Tagung 1992) in Händen von Th. Kutsch.

Dementsprechend ist das Vorwort der Herausgeber dem jeweiligen Teil des Bandes vorangestellt.

BFE

Nr. 1 2 5 1

Nur für persönlichen Gebrauch

„Zur Problematik der Ernährung von Bevölkerungsgruppen mit wechselnden Arbeitsstätten und Arbeitszeiten.“

von U. Oltersdorf, O. Bayer, H.-J. Ulrich

Einleitung: Arbeit und Ernährung

Die Erwerbs-Arbeitszeit ist für einen Großteil der erwachsenen Bevölkerung einer der wichtigsten Lebensbereiche. Das gilt allgemein bezüglich der Lebensgestaltung, einschließlich der Verwendung des Erwerbseinkommens für die Ernährung. Etwa einen Arbeitstag pro Woche (ein Fünftel bis ein Viertel des Erwerbseinkommens) benötigen wir zur Versorgung mit Ernährung. Arbeit und Arbeitszeiten sind gesellschaftlich geregelt. So gelten heute 5-Tage-Woche und 35 - 40-Stunden-Woche als „normal“.

Lange Zeit sah es so aus, als ob die Lebensgestaltung und damit auch die Arbeit vereinheitlicht und normiert würde. Dem steht ein Trend in Richtung einer Erosion festgefügter Lebensweisen entgegen; er wird mit Begriffen wie „Individualisierung“ und „Flexibilisierung“ belegt. Die Anpassung an veränderte ökonomische Bedingungen erfordert kontinuierliche Kapazitätsauslastung in der Industrie und damit Flexibilisierung von Arbeit und Arbeitszeit. Viele arbeiten inzwischen außerhalb hergebrachter Arbeitszeitmuster. Es gibt viele verschiedene Teilarbeitsformen. Etlliche Berufsgruppen haben zudem keine festen Arbeitsstätten, sondern einen mehr oder weniger großen geographischen Arbeitsraum.

Zur zeitlichen Strukturierung von Abläufen

In der Soziologie sind inzwischen verschiedene „Arten“ von Zeit herausgearbeitet worden. Es wird u.a. zwischen chronologischer, biologischer und biographischer Zeit unterschieden. Damit soll berücksichtigt werden, daß Individuen die unterschiedlichen Arten von Zeit unterschiedlich erleben, in ihrem Verlauf differenziert gewichten und Phasen unterschiedlicher Geschwindigkeit wahrnehmen. Zugleich

wird mit dieser Unterscheidung auf die unterschiedliche gesellschaftliche oder institutionelle Normierung von Zeit verwiesen. Zeit ist durchaus nicht gleich Zeit, wie ein Beispiel zeigen mag: Arbeitszeit zu „verschwenden“ ist in der Arbeitsgesellschaft verpönt, während es in der Freizeit, vor allem im Urlaub, angemessen oder gar erstrebenswert erscheint, für viele auch scheinbar nebensächliche Dinge Zeit zu haben, also mit Zeit verschwenderisch umzugehen.

Die neuzeitliche, von einer in allen Lebensbereichen sich durchsetzenden exakten Zeitmessung gestützten Vorstellung einer streng chronologisch, d.h. im exakten Gleichlauf, dahinfließenden Zeit wird etlichen Prozessen nicht hinreichend gerecht; diese sind in der Regel strukturiert, sie haben Zäsuren und verlaufen, zumindest in der subjektiven Perspektive, in wechselnden Geschwindigkeiten.

Selbst ein als Kontinuum vorgestellter Stoffwechsel bzw. der Nährstoffverbrauch im menschlichen Körper unterliegt - bei genauer Betrachtung - einem Auf und Ab. Dem stehen dann noch deutlich diskontinuierliche Zeiträume der Nahrungsaufnahmen und der Abstinenz gegenüber.

Ernährungserhebungen verwenden eigene Strukturierungsprinzipien: Sie sind losgelöst sowohl von biologisch vorgegebenen als auch von lebensweltlichen Strukturierungen wie z.B. der sozial normierten Mahlzeitenfolge.

Unabhängig von dieser Gegebenheit werden die erhobenen Nahrungsaufnahmen nach chronologischen Übereinkünften zusammengefaßt, nämlich pro Tag, pro Woche, Monat oder Jahr (z.B. die Food Balance Sheets). Die biologischen Rhythmen der Nahrungsaufnahmen wurden bisher nur unzureichend berücksichtigt. Es werden zwar die „normalen“ Mahlzeiten (Frühstück - Mittag- und Abendessen) erfaßt, aber meist nur für „normale“ soziale Zeitabläufe wie etwa die 5-Tage-Arbeitswoche und dem sich anschließenden Wochenende oder dem Normalarbeitstag. Dieser Zeitidylle steht eine vielschichtige Realität gegenüber. Die Zeiteinteilung der Menschen allgemein und auch die Zeit, die speziell für die Organisation der Ernährung aufzuwenden ist (vom Einkauf über Zubereitung und Verzehr bis hin zur Entsorgung) unterliegt vielen eigenen Rhythmen und Beeinflussungen:

- Neben den biologischen Rhythmen (Hunger- und Sättigungszyklen), und physiologischen Typisierungen (z.B. Frühaufsteher vs. Morgenmuffel; Monatszyklen) sorgen weitere „innere Signale“ (Tage mit negativen Befindlichkeiten, Krankheiten) für Differenzierungen.

- Neben individuellen unbewußten Handlungen bzw. Zeitstrukturen bestimmen bewußte Zeiteinteilungen, wie das Probieren bestimmter Ernährungsweisen (bestimmte Diäten, Fastenkuren; mit anderen Mahlzeitenrhythmen), das bewußte Genießen von Festessen (die dann entsprechend lange dauern), aber auch das Verweigern von Nahrung aus Protest (Hungerstreik) das Bild der je unterschiedlichen Nahrungsaufnahme.

Ausgangslage für eine empirische Untersuchung: Der Stand der Forschung

Wir wollen uns im folgenden auf eine Problematik der durch die besondere Form der Arbeitszeit und des -ortes vorgegebenen Rahmenbedingungen für die Ernährung bestimmter Berufsgruppen konzentrieren, auf die besonderen Schwierigkeiten, denen die Ernährung von Berufsgruppen mit wechselnden Arbeitszeiten und -orten unterliegt.

Als erstes wird gemeinhin in solchen Arbeitsverhältnissen auf die ständige Nichtbeachtung von endogenen biologischen Rhythmen („innere Uhr“) verwiesen. Dies stellt einen „Stress-Faktor“ dar; ständige Schicht- bzw. Nacht-Arbeit ist ein gesundheitlicher Risikofaktor.

Es ist bisher noch strittig, welche Formen von Schichtarbeit am ehesten „verkräftet“ werden: Bei andauernder Früh- oder Spätschichtarbeit (Nachtschicht) ist eine Anpassung, eine Umstellung des biologischen Rhythmus erforderlich, die nicht jedem gleichermaßen gelingt, während bei Wechselschichtarbeit mit kurzen Schichtumläufen auf die Anpassung des biologischen Rhythmus bewußt verzichtet wird: Das unterschiedlich hohe Leistungspotential wird kurzfristig überspielt.

Sozial-empirische Studien über Einflüsse von bestimmten individuellen Zeitgestaltungen auf das Ernährungsverhalten sind nur sporadisch durchgeführt worden.

(BUSCH-STOCKFISCH und KRAPPE (1986), CERVINKA et al (1984), HOHMANN-BECK (1981), KUCKUCK, MAYER (1989), LINEISEN et al (1991), SEIBT (1991), WIRTHIS (1976), ZOCHER (1981). Ebenso selten sind in der wissenschaftlichen Literatur Studien zu finden, die systematisch den Zusammenhang von Arbeitszeit und wechselnden Arbeitsorten einerseits und den Ernährungsformen der Beschäftigten andererseits untersuchen. Allenfalls bezüglich der Nacht-Schichtarbeit gibt es einige Studien.

Methodische und theoretische Überlegungen

Vor diesem Hintergrund hat sich unser Institut als ersten kleinen Ausschnitt aus der bunten Realität - sozusagen als Schnappschuß aus dem tosenden Leben - die Ernährungssituation von Polizeibeamten im Wechseldienst (Streifendienst, Unfallbereitschaft, Kriminalwache etc.) in Stuttgart als Gegenstand einer Untersuchung ausgewählt. Besonderer Belastung - so ist zu vermuten - ist eine gesundheitsorientierte und genußvolle Ernährung bei Berufsgruppen mit wechselndem Arbeitsplatz und/oder Schichtdienst ausgesetzt. Bei Polizisten im Wechseldienst sind beide Momente der Arbeitssituation gegeben. Dazu kommt noch der nicht kalkulierbare Wechsel zwischen Bereitschaftsdienst, Routineaufgaben und Einsätzen in Notfällen.

Dazu sind einige theoretisch-grundsätzliche Überlegungen und methodische Vorklärungen notwendig. Sie dienen auch dem Ziel der Übertragbarkeit dieser Methodik auf andere Berufsgruppen.

Grundsätzlich sind zu einem Thema unterschiedliche Zugänge möglich:

- (1) Die Ernährung von Berufsgruppen mit wechselnden Arbeitsstätten und -zeiten läßt sich unter betriebswirtschaftlichen und arbeitsrechtlichen Aspekten betrachten. NEULOH und TEUTEBERG (1979) haben den „Sonderproblemen der zeitlichen Mahlzeitenordnung bei Schichtarbeiten“ in ihrem Buch „Ernährungsfehlverhalten im Wohlstand“ ein Unterkapitel gewidmet. Dort betonen sie die Bedeutung einer vernünftigen Ernährung von Schichtarbeitern für die Humanisierung der Arbeit - im besonderen für das Wohlbefinden und die Gesundheit der

Arbeiter. Sie schlagen eine andere Schichteinteilung vor, die es ermöglichen würde, bestimmte Mahlzeiten gemeinsam mit der Familie und in der Schichtmitte eine größere Mahlzeit einzunehmen.

Ernährungswissenschaftler haben sich - auch unter Beachtung der betriebswirtschaftlichen und arbeitsrechtlichen Aspekte - verschiedentlich mit den Ernährungsproblemen von Nachtschichtarbeitern beschäftigt (wie bereits erwähnt; s.o.) und Empfehlungen für diese spezielle Gruppe ausgearbeitet.

- (2) Zunehmend beschäftigen sich Ethnologen auch mit Sitten, Gebräuchen und Verhaltensweisen innerhalb der eigenen Gesellschaft (Ethnologie des Alltags; Stadtethnologie). Besonders interessant sind gesellschaftliche Gruppen, zu denen der „Normalbürger“ kaum Zugang hat. Dem vom „Üblichen“ abweichenden Verhalten solcher Gruppen gilt das Interesse - auch um Normalitätsmuster in ihrer soziokulturellen Bedingtheit auszumachen.
- (3) Ein weiterer Zugang wäre mit dem Begriff „Eßkultur“ in Zusammenhang zu bringen. Wie verändert sich unter den Bedingungen wechselnder Arbeitsstätten und -zeiten das Mahlzeitenmuster, die Struktur der Essenseinnahme auch im außerbetrieblichen Sektor und das Arrangement im Zusammenhang der verschiedenen Mahlzeiten.
- (4) In soziologischer Hinsicht sind die sozialen Bedingungen bedeutsam, von denen das Ernährungsverhalten dieser Berufsgruppen beeinflusst wird.
- (5) Schließlich, und ohne damit Vollständigkeit anstreben zu wollen, ist ein biologisch-medizinisch-ernährungsphysiologischer Zugang zu diesem Thema zu benennen, wie er bisher am häufigsten gewählt worden ist (s. auch oben).

Forschungshypothesen und Organisationsplan für die Studie „Organisation der Ernährung von Polizeibeamten im Wechseldienst“

Zentrale These der geplanten Untersuchung ist: Die Arbeitssituation beeinflusst die Ernährungssituation ganz entscheidend - und dies in größerem Umfang als es „nach außen hin“ sichtbar wird. Damit ist die „objektive“ Organisation der Ernährung angesprochen, wie sie durch die Arbeitssituation und gewisse äußere Rahmenbedingungen geprägt wird.

Das folgende Schema soll eine Übersicht über wichtige Einflußfaktoren auf das Ernährungsverhalten von Polizeibeamten im Wechseldienst geben.

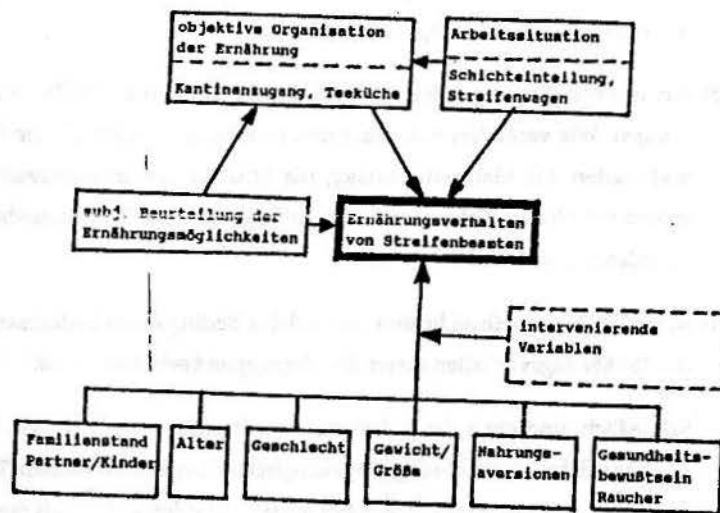
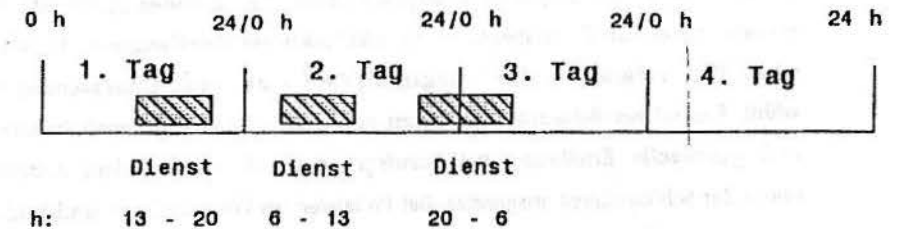


Abb. 1: Variablenplan zum Forschungsprojekt „Organisation der Ernährung von Polizeibeamten im Wechseldienst“

Die Untersuchung ist zweistufig angelegt: In der ersten Stufe wird mittels eines hochstrukturierten schriftlichen Fragebogens eine Totalerhebung der in Stuttgart eingesetzten Polizeibeamten im Wechseldienst durchgeführt. Es ist mit einem Bruttoansatz von N=700 zu rechnen, bei einer Rücklaufquote von 70% sind 490 Fragebögen zu erwarten.

In einer zweiten Stufe sollen bei einer Auswahl von rund 70 Personen, die sich dazu bereiterklärt haben, eine tiefgehende Erfassung der Organisation der Ernährung während verschiedener Schichtdienste vorgenommen werden.

Abb. 2: Arbeitszeit eines Polizeibeamten im Wechseldienst



Diese konkreten Ernährungsweisen werden durch mitgeführte Diktiergeräte dokumentiert. Die Auswertung der Transkripte der Tonkassetten wird größtenteils qualitativ erfolgen, d.h. es geht hier eher um die Bildung von Ernährungstypologien.

Zur Struktur des Fragebogens:

Nach zwei einleitenden Fragen, wann es sich für den einzelnen bei einer Mahlzeit um die Hauptmahlzeit handelt und zur Charakterisierung dieser Hauptmahlzeit, werden im Hauptteil des Fragebogens die verschiedenen Ernährungsweisen über drei Zeiträume von Schichtdiensten und über die vor-, zwischen- und nachgelagerten Freizeiten anhand eines gleichbleibenden Schemas erhoben. Dieses Schema er-

faßt die verschiedenen Mahlzeiten im Tages- bzw. Schichtablauf sowie den jeweiligen Ort und die jeweilige Art des Verzehrs.

Dem schließen sich Fragen zur Beurteilung der Essenssituation insgesamt, zu Rauchgewohnheiten, zur Ergänzung der täglichen Nahrung durch (Vitamin-, Mineralstoff-)Präparate, zu Aversionen gegenüber bestimmten Lebensmitteln und zur Einhaltung von Ernährungsformen (von Vollwerternährung und vegetarischer Kost bis zu Diäten) an. Schließlich wird nach einigen sozial-statistischen Daten gefragt, nach denen die Auswertung strukturiert werden soll.

Methodisch sind einige weitere Formen des Zugangs denkbar. So wären nach herkömmlicher Manier Ernährungsprotokolle (bzw. 24-Stunden-Recalls) anzufertigen. Unter Verwendung eines PC-Notebooks und entsprechender Software könnten solche Recalls auch im Dialog vor Ort erhoben werden.

In Abhängigkeit von der Antwort auf die Frage, ob und inwieweit die Ergebnisse dieser Untersuchung auf andere Berufsgruppen übertragbar sind, wären modifizierte methodische Ansätze zu entwickeln. Jedenfalls soll zunächst das methodische Instrument an Polizeibeamten im Wechseldienst andernorts (Landespolizei, Polizeibeamte in den neuen Bundesländern) erprobt werden.

Ohne sich auf weitere Berufsgruppen festzulegen, die mit demselben Instrumentarium untersucht werden könnten, geht es uns darum, gewissermaßen methodische „Module“ zu entwickeln, mit denen unterschiedliche, aber doch prinzipiell ähnliche Ernährungs-Organisationsformen erfaßt werden können.

Ausblick: Nutzenwendungen für Ernährungsberatungsmaßnahmen

Es wird weithin beklagt oder kritisiert, daß die Ernährungsberatung zu wenig Erfolg hat. Ein Grund ist sicher der, daß zu viel über kognitive Wissensvermittlung zu steuern versucht wird. Eine an ernährungsphysiologischen Richtwerten orientierte Beratung vernachlässigt sowohl die individuelle Lebensgestaltung (Zeitstruktur) als auch die sozialen Bedingungen (Verhältnisse) der Betroffenen. Wirksame Ernährungsberatung erfordert zielgruppenspezifische Kenntnisse der Ernährungssituatio-

nen. Dies gilt in besonderem Maße für die bisher wenig untersuchten Berufsgruppen. Wenn es um gesundheitsorientierte und angemessene Ernährung geht, ist der Arbeitsplatz ein wichtiger Ort der Prävention und der Verhaltensänderung.

Einen Versuch in diese Richtung stellen die „Ernährungstips für Waldarbeiter“ des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, München (1990) dar. Wobei man sich allerdings wohl andere Formen der Vermittlung von Ernährungsempfehlungen ausdenken müßte, als mittels Faltblättern den Versuch zu unternehmen, die Waldarbeiter in vier Stufen auf ein höheres Niveau des Ernährungsverhaltens zu heben.

Unser Institut hat nicht den Auftrag, Ernährungsberatung zu betreiben, aber es soll Entscheidungshilfen dazu geben, indem es dem Ernährungsverhalten zugrundeliegende Faktoren und Zusammenhänge herausarbeitet. Wie bereits deutlich geworden sein dürfte, sehen wir in diesem Bereich Informationslücken bzw. Wissensdefizite, die wir mit unserem angelaufenen Forschungsprojekt wenigstens ein Stück weit zu verringern versuchen.

Literatur:

AID: Fit am Arbeitsplatz durch richtige Ernährung. AID-Verbraucherdienst informiert Nr.1216, Bonn 1990

Bayer, O.: Empirische Methoden in den Sozialwissenschaften, in: Seiffert, H. und Radnitzky, G. (Hrsg.): Handlexikon zur Wissenschaftstheorie, München 1989: 37 - 46

Bayerisches Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten. Faltblatt: Ernährungstips für Waldarbeiter, München, Juni 1990

Bundesverband der Betriebskrankenkassen: Ernährung am Arbeitsplatz. 1991 - zitiert in Ernährungs-Umschau 38(7): 295 (1991)

Bundesvereinigung für Gesundheitserziehung e.V. (Hrsg): Empfehlungen zur Gesundheitsförderung im Betrieb. Reihe „Forum Gesundheitsförderung“, Bonn 1991

Busch-Stockfisch, M., Krappe, D.: Ernährungsempfehlungen für Nachtschichtarbeiter unter Berücksichtigung des Zirkadianrhythmus und der Stoffwechselsituation. *Arbeitsmedizin - Sozialmedizin - Präventivmedizin* 21(12): 333 (1986)

Cervinka, R., Kundi, M., Koller, M., Annhof, J.: Ernährungsverhalten und Schichtarbeit. *Z.f.Arbeitswiss.* 38 (10NF) (1): 30-35 (1984)

Gräbe, S.: Alltagszeit - Lebenszeit. Zeitstrukturen im privaten Haushalt (Reihe Stiftung „Der Private Haushalt“, Bd. 15) Frankfurt/New York 1992

Halberg, F.: Some aspects of the chronobiology of nutrition: more work is need on „When to Eat“. *J.Nutr.* 119: 333-343 (1989)

Hohmann-Beck, B.: Verpflegung von Nacht- und Schichtarbeitern. *Ernährungs-Umschau* 28(11): 385 (1981)

Kuckuck, S., Mayer, H.: Ernährung und Arbeit. Eine Studie bei Wechselschichtarbeit. *Schriftenreihe der Bundesanstalt für Arbeitsschutz, FB 589, Bremerhaven 1989*

Lineisen, J., Metges, C., Förster, E., Wolfram, G.: Ernährungsverhalten von Nachtschichtarbeitern. *Ernährungsumschau* 38(3): 117 (1991)

Müller, H.L., Kirchgessner, M., Wolfram, G.: Varianz und zirkadianer Rhythmus des energetischen Erhaltungsbedarfs Erwachsener. *Ann.Nutr.Metab.* 33: 114-124 (1989)

Neuloh, O.; Teuteberg, H-J.: Ernährungsfehlverhalten im Wohlstand. Ergebnisse einer empirisch-soziologischen Untersuchung in heutigen Familienhaushalten. *Paderborn 1979*

Seibt, A: Ernährungsgewohnheiten von Schichtarbeitern - Eine Studie aus der DDR. S. 50-56, in: *Landesarbeitsgemeinschaft für Gesundheitserziehung Baden-Württemberg e.V. (Hrsg): Kantine auf Gesundheitskurs, Freudenstadt 1991*

Ulrich, H-J., Bayer, O., Böcker, V.: Kognitive und situative Momente bei der Beurteilung von Gemeinschaftsverpflegung. *Ernährungsumschau.* 37 (4): 151 (1990)

Welzer, H., Wacker, A., Heinelt, H.: Leben mit der Arbeitslosigkeit. Zur Situation einiger benachteiligter Gruppen auf dem Arbeitsmarkt. *Aus Politik und Zeitgeschehen (Beilage „Das Parlament“)* B38: 16-28 (1988)

Wirths, W.: Ernährung bei Schichtarbeit. *Therapiewoche* 26(20): 3304-3310 (1976)

Zocher, C.: Ernährungsempfehlungen für Nachtarbeiter - am Beispiel Hamburger Polizeibeamter. *FH Hamburg, FB Ernährung und Hauswirtschaft. Hamburg 1981*

N.N.: Nächtliche Stiefkinder: Nachtschichtverpflegung - zwischen Wunsch und Wirklichkeit. *gv-praxis* 12: 34-36 (1990)