

Variablen-Liste für empirische Erhebungen anhand des Regel-Kreis-Modells

Bereich „S“ (Sozioökonomischer Status)

1. Bildungsgang
2. Beruf (erlernt, ausgeübt)
3. Berufsaufstiegschancen
4. Arbeitszeit
5. Wegezeiten
6. Transportmittel
7. Arbeitsklima
8. Einkommen
9. Familienstand
10. Geburten (Todesfälle)
11. Berufliche und soziale Stellung der Eltern
12. Sparquote
13. Besitz an Konsumgütern (=Lebenshaltungsindex)
14. Nahrungsausgaben
15. Konsumausgaben
16. Vereinsmitgliedschaften
17. Verkehrskreis
18. Kulturgüterkonsum
19. Bildungskonsum
20. Urlaub

Bereich „M“ (Mobilität)

1. Geburtsort
2. Umzüge

Bereich „H“ (Haushalt)

1. Haushalt-/Familiengröße
2. Haushaltszusammensetzung/Generationen
3. Wohnungsgröße
4. Ausstattung mit Küchengeräten
5. Vorratsmöglichkeiten
6. Vorratshaltung

Bereich „L“ (leichter, organischer Status)

1. Alter
2. Geschlecht
3. Körpergewicht
4. Körpergröße
5. Körperbau
6. Hautfalten

Bereich „P“ (Persönlichkeitsstatus)

1. Nervosität
2. Aggressivität
3. Depressivität
4. Erregbarkeit
5. Geselligkeit
6. Gelassenheit
7. Gehemmtheit
8. Extra-/Introversion
9. Neurotizismus
10. Soziale Dominanz und Potenz
11. Befindlichkeit, Stimmung
12. Konzentrationsfähigkeit

Bereich „G“ (Gesundheitsstatus nach eigener Aussage)

1. Körperliche und allgemeine Beschwerden
2. Krankheiten: Anamnese
3. Veranlagungen
4. Schlaf
5. Stuhlgang
6. Arbeitsausfälle
7. Unfälle

Bereich „F“ (Gesundheitsstatus diagnostisch)

1. Krankheiten: Anamnese
2. Krankheiten: aktuell
3. Herz- und Kreislauf
4. Fettstoffwechsel
5. Eiweißstoffwechsel
6. Hämatologischer Zustand
7. Vitamin B1
8. Vitamin B2
9. Vitamin B6
10. Zink
11. Jod

Bereich „V“ (gesundheitsrelevantes Verhalten)

1. Medikamentenkonsum
2. Diäten
3. Körperhygiene
4. Zähneputzen
5. Vorsorgeuntersuchungen
6. Abmagerungskuren
7. Gewichtskontrolle
8. Rauchen
9. Alkohol
10. Kochsalzkonsum
11. Körperliche Aktivität (beruflich)
12. Körperliche Aktivität (Freizeit, Sport)

Bereich „U“ (Umweltbedingungen: Arbeitsplatz, Zuhause, Freizeit)

1. Arbeitsplatz
2. Arbeitsbedingungen
3. Spezielle Belastungen
 - Chemikalien
 - Strahlung
 - Geruch
 - Lärm
 - Kontamination
4. Streßbelastung
5. Temperatur
6. Klima

Bereich „V“ (Ernährungsverhalten: Werktag, Wochenende, Zuhause, außer Haus)

1. Mahlzeitenfrequenz
2. Verzehrsorte
3. Verzehrsgemeinschaft
4. Verzehrsgewohnheiten
5. Verzehrsdauer
6. Nahrungsaufnahme (intake)
7. Energieaufnahme
8. Nährstoffaufnahme
9. Vitaminaufnahme
10. Mineralstoffaufnahme

Bereich „K“ (Einkaufsverhalten)

1. Einkaufsorte
2. Einkaufsfrequenz
3. Kriterienbewußtsein
4. Planungsbewußtsein
5. Eigenproduktion

Bereich „W“ (ernährungsrelevantes Wissen)

1. Rezeptwissen
2. Ernährungsphysiologie
3. Lebensmittelkunde
4. Nahrungszubereitung
5. Kochkenntnisse
6. Umweltbeeinflussung
7. Krankheitsursachen
8. Verhaltensrisiken
9. Preisbewußtsein

Bereich „A“ (ernährungsrelevante Einstellungen)

1. Präferenzen Nahrungsmittel
2. Ablehnungen (avoidance)
3. Religiöse Norm
4. Schönheit/Schlechtheit
5. Sexualität
6. Einstellungen zur Ernährung

Bereich „Q“ (Quellen für ernährungsrelevantes Wissen und Ernährungseinstellungen:
Kenntnis, Frequentierung, Einschätzung)

1. Ernährungsgewohnheiten im Elternhaus, aktuell
2. Tischsitten im Elternhaus, aktuell
3. Ernährungserziehung
4. Ernährungsberatung
5. Ernährungslehre in der Schule
6. Werbung