

Wenn die Ernährungspyramide auf dem Kopf steht – Gesundheitswissen und Ernährungsmuster sozial benachteiligter Kinder und Jugendlicher

Regine Rehaag, Alexandra von Garmissen, Leibniz Universität Hannover

Sozial benachteiligte Jugendliche, insbesondere mit Migrationshintergrund, leiden häufiger an ernährungsassoziierten Gesundheitsstörungen. Das Projekt „Verbesserung der Wirksamkeit der Adipositasprävention für sozial benachteiligte Jugendliche“ hat in einer explorativen Forschungsphase Übergewicht aus der Alltagsperspektive untersucht. In Gruppendiskussionen wurde – gestaffelt nach Alter, Geschlecht und kulturellem Hintergrund – erhoben, wie betroffene Jugendliche ihren Alltag, Ausgrenzungserfahrungen infolge ihres Übergewichts und den Umgang damit beschreiben. Die Innovation dieses qualitativen Ansatzes ist es, konsequent die Perspektive der Betroffenen in den Mittelpunkt zu rücken. Die berichteten Lösungsstrategien für das Problem Übergewicht verdeutlichen, dass ein umfangreiches Ernährungswissen vorhanden ist. Das Gewicht und die Ess- und Trinkgewohnheiten der teilnehmenden Jugendlichen (TN=60) legen allerdings nahe, dass dieses Wissen im Alltag nicht umgesetzt wird, oder nicht umgesetzt werden kann. Die Entwicklung geeigneter Präventionsmaßnahmen erfordert eine hohe Sensibilität gegenüber den herkunfts- und genderspezifischen Erfahrungsmustern und Handlungsmöglichkeiten der Zielgruppen. Da Jugendliche erst in geringem Maße autonom sind, kommt dem strukturellen Einbezug ihrer Lebenskontexte (Familie, Schule, Freizeitbereich) eine besondere Bedeutung zu.