

Gesundheits- und Essverhalten. Eine Frage des Geschlechts?

**Prof. Dr. Sibylle Nideröst
Institut Integration und Partizipation**

**Referat im Rahmen des
Symposiums für Ernährungsfachleute 2010
*Gender Food. Frauen essen anders. Männer auch.***

**7. September 2010
Kultur-Casino
Bern**

Übersicht der Präsentation

Gesundheits- und Ernährungsverhalten nach Geschlecht

Ernährung als „weibliche“ und „männliche“ Formen der Inszenierung von Geschlecht

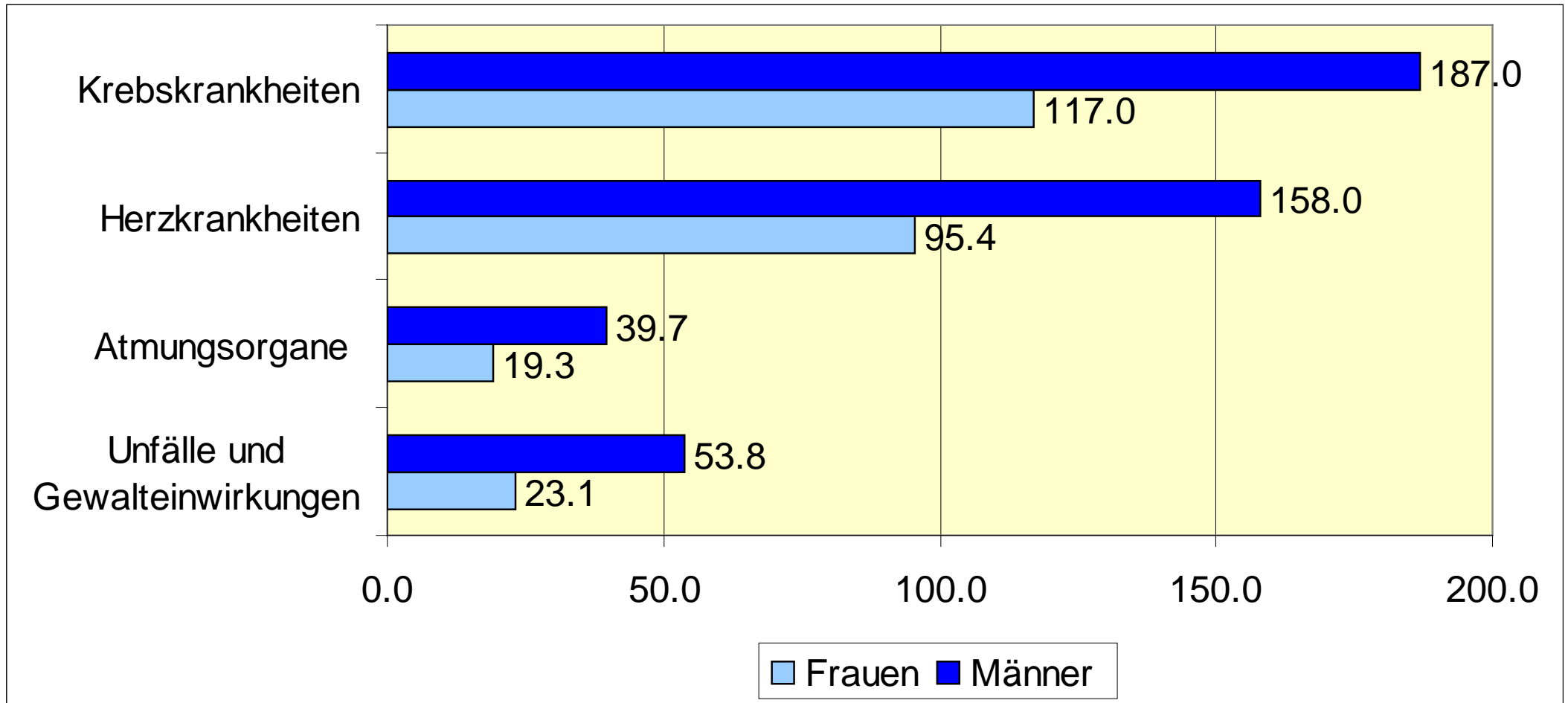
Ernährung, Geschlecht und soziale Position

Habitus als theoretischer Rahmen

Geschlechtergetrennte Analysen: Beispiel einer Untersuchung bei Schweizer Männern

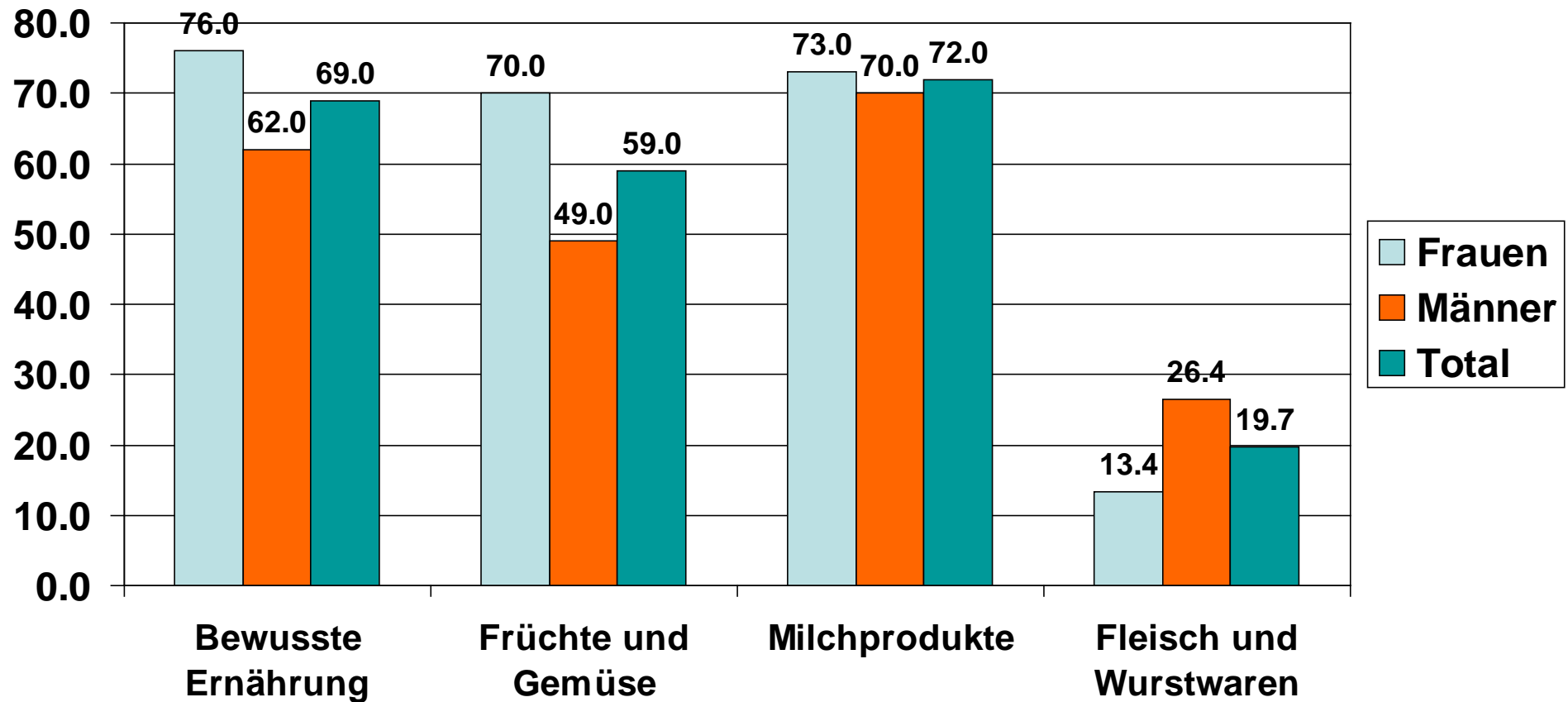
Empfehlungen für Gesundheitsförderung und Prävention

Todesursachen nach Geschlecht in Sterbeziffern pro 10'000 Einwohner



Quelle: BFS, Todesursachenstatistik 2007

Ernährungsverhalten nach Geschlecht, in %



Quelle: BFS, 2005

Fragestellung und Zielsetzung

Welche Faktoren prägen dieses unterschiedliche Ernährungsverhalten zwischen Frauen und Männern?

These

- Ernährungsverhalten wird als eine Form der Geschlechterdarstellung bewusst inszeniert oder folgt unbewussten internalisierten Strukturen (Setzwein, 2006)
- Geschlechterdarstellungen sind jedoch nicht beliebig wählbar, sondern sind eng verknüpft mit der jeweiligen sozialen Position einer Person

Ziele

- Skizzierung theoretischer Rahmen für Verknüpfung
- Blick auf Unterschiede innerhalb einer Geschlechtsgruppe
- Empfehlungen für eine geschlechtergerechte Gesundheitsförderung und Prävention im Bereich Ernährung formulieren

Verständnis von Geschlecht

Geschlecht ist sozial konstruiert, d.h. es wird gesellschaftlich gemacht und individuell nachvollzogen bzw. mitgemacht

Individuen haben nicht einfach ein Geschlecht, sondern Geschlecht ist etwas, das Menschen in einem sozialen Kontext in Interaktionen „tun“. Im Tun wird Weiblichkeit oder Männlichkeit konstruiert, im Sinne des *doing gender* (West & Zimmerman, 1987)

Ernährung als „weibliche“ bzw. „männliche“ Inszenierung

Ernährung ist von Männlichkeits- und Weiblichkeitskonzepten durchdrungen (Setzwein, 2006)

Kulturellen Bewertung von Speisen als "starke" oder "schwache" Nahrung

Über die Ernährung wird der soziale Status von Weiblichkeit und Männlichkeit bestimmt (Mense, 2007)

- Übernahme einer gesunden Ernährungsweise, die klar weiblich konnotiert ist, kann daher z.B. neben der Gefahr der "Verweiblichung" auch ein Statusverlust bedeuten

Ernährung, Geschlecht und soziale Position

Mittlere und obere Gesellschaftsschichten praktizieren eher ein Ernährungsverhalten, welches den Empfehlungen für eine gesunde Ernährung entspricht (Mense, 2007)

Widerspricht Annahmen zur Verbindung von sozialem Status der Geschlechter und dem Ernährungsverhalten

- Hinweis darauf, dass es innerhalb der Geschlechtergruppe Unterschiede im Ernährungsverhalten je nach Schichtzugehörigkeit gibt

Wie lassen sich Ernährung, Geschlecht und soziale Position verknüpfen?

1. Theoretischer Rahmen
2. Geschlechtergetrennte Analysen

1. Habitus als theoretischer Rahmen

Habitus meint ein System dauerhafter Dispositionen des Wahrnehmens, Denkens und Handelns

- das eine Person in ihrer Sozialisation erwirbt
- das durch die gesellschaftliche Position der Person geprägt ist
- das die jeweils konkreten Wahrnehmungen, Bewertungen und Handlungen dieser Person bestimmt
- und so ein typisches Muster der Problembewältigung entstehen lässt (Bourdieu, 1999)

Ergebnis objektiver Existenzbedingungen

- sind bestimmt durch diverse Ungleichheiten auch diejenigen qua Geschlecht

Ernährung als Ausdruck somatischer Kultur

Ernährungsverhalten als Ausdruck des körperbezogenen Habitus

Körperbezogener Habitus ist das Orientierungsmuster, das hinter einem bestimmten, beobachtbaren Handeln mit Bezug auf den Körper steht.

- prägt unsere Vorlieben für bestimmte Nahrungsmittel, bestimmt Auswahl, Verzehr und Bedeutung von Lebensmitteln, sowie die Aufmerksamkeit, die wir auf die Ernährung richten
- Somatische Kultur (Boltanski, 1979)

Bourdieu unterscheidet in die "feinen Unterschiede" zwei Geschmacksorientierungen: dem aus Luxus und dem aus Notwendigkeit geborene Geschmack. (Bourdieu, 1999)

2. Geschlechtergetrennte Analysen: Beispiel einer Untersuchung bei Männern

Vier körperbezogene Orientierungsmuster bei Männer zwischen 25 und 65 Jahren (Gredig, Parpan & Nideröst, 2002; Nideröst 2007)

- den visionären Typus
- den ambivalenten Typus
- den funktionalistischen Typus
- nachlässigen Typus

Visionärer Typus somatischer Kultur

- Bewusste Auseinandersetzung mit dem Körper
- Vision zum Verhältnis Körper/Geist (z.B. Harmonie Körper/Geist)
- bewusstes Wahrnehmen körperlicher Erfahrung
- Betonung der persönlichen Individualität

Zitate visionärer Typus

„Ja, also das wäre schon. Also dass ... Alles ein Ganzes ist und in einem Gleichgewicht und ich einfach davon ausgehe, dann, auch mit dem Yin und Yang, also auch mit dem Chinesischen und auch dass, dass eine Harmonie besteht. Also ja, einfach ein Gleichgewicht“, (L 733–741).

„Also einfach das Ganzheitliche. Körper, Geist und Seele. Das versuche ich auch immer in Balance zu halten“, (V 191–192).

„Mein Körper ist sehr wichtig für mein Wohlbefinden. Sagen wir es mal so. Also wenn ... wenn ich nicht zufrieden bin mit meinem Körper, dann bin ich eigentlich mit mir selber auch nicht besonders zufrieden“, (R 44–46).

„Also ich denke, also ich empfinde das, ja, wirklich, der Körper ist für mich so ein, ein Partner. Und es ist irgendwo eine Wechselwirkung, wie wir miteinander umgehen, so“, (L 177–179)

„Also ich denke schon, dass das Hauptmotto wäre eben die Harmonie zwischen Geist und Körper.“ (A 868–869).

Ambivalenter Typus Somatischer Kultur

- Spannung zwischen Normorientierung und Gehen lassen
- Prüfung der Normerfüllung an objektiven Kriterien (Waage, Messband)
- Kontrollierender Zugriff auf den Körper bei Normabweichung (Sanktionen)
- Phasen der Nichtbeachtung
- Geringschätzung des Körpers

Zitate ambivalenter Typus

„... ich will auf diesen 70 bis 75 Kilos bleiben und dann ist gut.“ (C 124f.)., Y: Ja. ... Und warum jetzt gerade 70 bis 75 und nicht 75 bis 80? C: Pfff weiss Gott wieso? ... Weiss auch nicht. Vielleicht damals einmal auf eine Tabelle geschaut oder ... ich weiss es nicht, ich weiss nicht. Y: Mhm, mhm. C: Aber ich habe dort das Ziel für ... für mich gesteckt und so und muss sagen, das wird gemacht, und“ (C 186–192).

„Und dann, natürlich nehme ich jetzt auch immer wieder drei, vier Kilo zu. Dann nimm ich sie wieder ab, ess ich ... ich esse einfach nicht mehr ((lacht verlegen)).“ (C 57–59).

„Und wenn nicht, dann (5) pff wenn ich, ich meine auf so eine Prüfungsvorbereitung hin, da schaue ich nicht mehr auf meinen Körper und ... ich nehme dann auch regelmässig dann zu. Dann nehm ich's halt nachher wieder ab. Ich weiss nicht. Aber ich will auf diesen 70 bis 75 Kilos bleiben und dann ist gut.“ (C121–125)

Funktionalistischer Typus somatischer Kultur

- Ausrichtung am Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit.
- Keine bewusste Auseinandersetzung mit dem Körper.
- Gesundheitshandeln: kein unnötiger Verschleiss, konkrete Risiken vermeiden.
- Gegenwartsorientierung
- Krankheit/Gesundheit schicksalsbestimmt

Zitate funktionalistischer Typus

„(...) wenn der Körper nicht funktioniert, kann ich eine Arbeit nicht machen“, (M 812–814).

„Weil den (Körper, S.N.) brauchen wir ja zum Arbeiten (Wärche), der muss gesund sein“, (N 9–10).

„Ja der Körper ist dein Werkzeug.(...) Der muss gesund sein“, (P 7–9).

„Und sonst habe ich Bewegung vom Job her. (...) Dann muss ich also nicht da irgendwie gross joggen gehen und so oder Gewichte stemmen gehen. Das kann ich ... das kann ich den Tag durch machen, wenn ich am arbeiten bin ... muss ich das nicht“, (F 146–152).

„(...) Weil diese Hörschäden sind bei meinen Kollegen, die älter sind, die hatten damals noch nicht die guten Hörschütze, und die haben alle zusammen ein Gewisses davongetragen“, (G 376–386).

„Solange man arbeiten kann, ist man gesund“, (N 275); „Und vermutlich wird das später einmal kommen, dass dann mein Körper richtig rebelliert (...). Und vermutlich wird es dann zu spät sein, dass man da noch gross Abänderungen machen will“, (N 249–252).

Nachlässiger Typus somatischer Kultur

- Geringe Beachtung des Körpers, minimaler Aufwand um sozialer Norm von Sauberkeit zu genügen
- Vorstellung eines gesünderen Lebens z.B. sich gesünder ernähren, mehr bewegen, usw. wird aus Bequemlichkeit nicht umgesetzt
- Geringe Ansprüche an Körper
- Unreflektiertes Verhältnis zum Körper erschwert das Sprechen über denselben

Zitate nachlässiger Typus

„Also, duschen am Morgen, ehm, rasieren, ehm ... uh ... irgendwelche Ra... ja, und Haare und that's it. (lachend) Das ist nicht sehr kompliziert.“ (K 263–265).

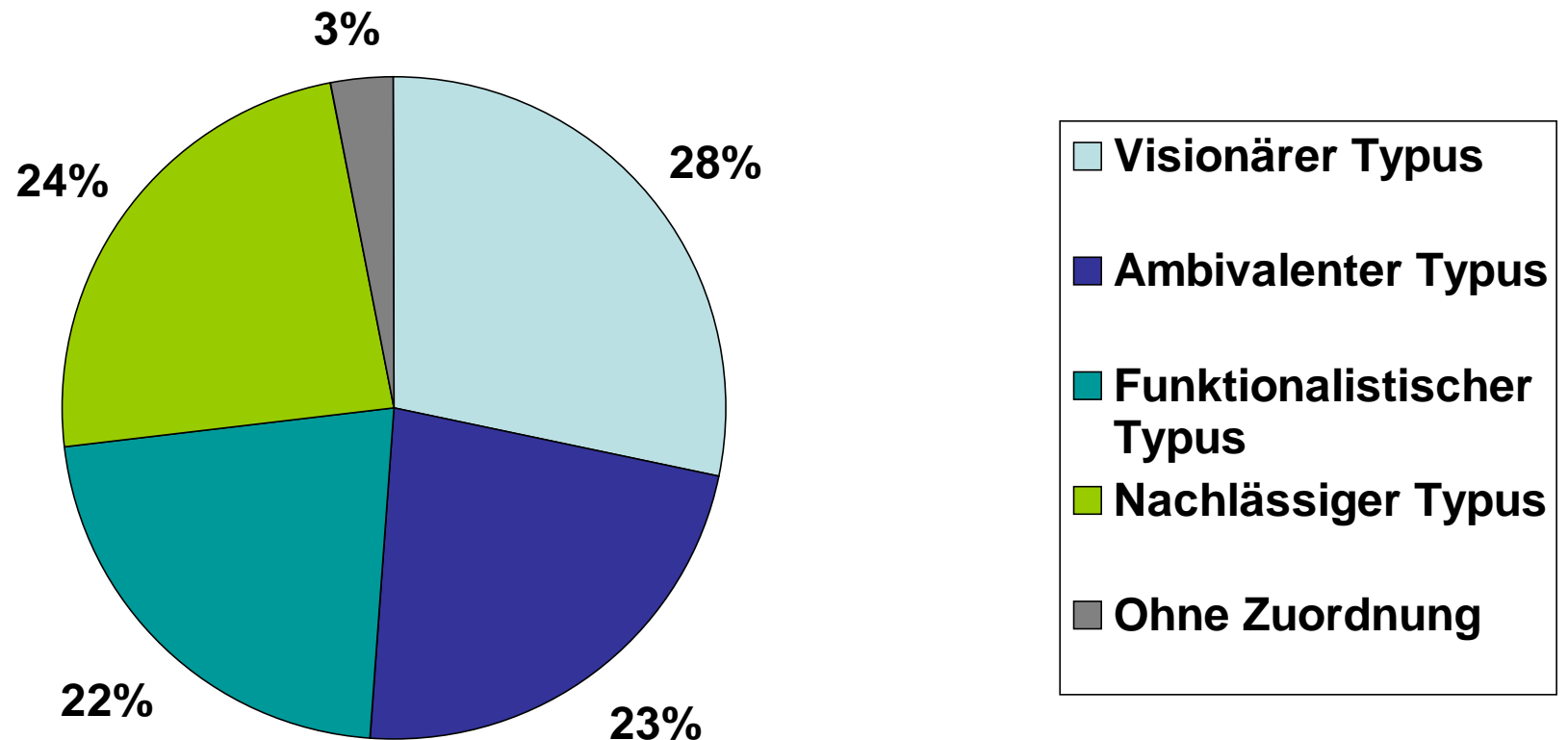
„Es braucht immer Aufwand solche Dinge (Änderung von Essgewohnheiten, S.N.), und häufig ist es Trägheit (...)\“, (K 629).

„Da ist es halt dann mal draussen und regnet, dann sagt man, je wofür soll ich raus? Man hat es schöner zuhause in der gemütlichen Ecke“ (Q 260–262).

„Aber ich glaube, (lachend) also mein Gott, man muss wahrscheinlich mit gewissen Konstanten im Leben zufrieden sein, die man kaum gross ändern kann,“ (K 166–169).

„Man sollte den Körper praktisch so sein lassen, wie er auf die Welt gekommen ist“, (Q 887–888).

Verteilung der Typen somatischer Kultur in Prozent (N=982)



Quelle: Nideröst, 2007

Theoretischer Zusammenhang Ernährung und körperbezogene Orientierungsmuster

Männer des visionären und des ambivalenten Typus

- Luxusgeschmack und der Orientierung an Selbstverantwortung bzw. Normerfüllung
 - gesundheitsförderndes, den normativen Empfehlungen folgendes Ernährungsverhalten

Männer des funktionalistischen Typus

- Geschmack der Notwendigkeit und Orientierung an Leistungsfähigkeit
 - eher ungesunde Essgewohnheiten

Männer des nachlässigen Typus

- Keine eindeutige Verortung in einer Gesellschaftsschicht

Gesundheit- und Ernährungsverhalten. Eine Frage des Geschlechts?

Unterschiede innerhalb der Geschlechtsgruppe der Männer weist darauf hin, dass wohl eher die soziale Position der Männer deren Verhalten prägt als Geschlechterkonstruktionen und –identitäten.

Beim funktionalistischen Typus gewisse Männlichkeitskonstruktionen sichtbar (Orientierung an Arbeit, Stärke, Leistung)

Nachlässiger Typus findet sich in allen Gesellschaftsschichten wieder
–Hinweis auf typisches männliches Muster im Umgang mit Körper?

Geschlecht als Habitus

–Geschlechtervorstellungen variieren daher je nach sozialer Position

Empfehlungen für Gesundheitsförderung und Prävention

Auf Grund meiner Ausführungen müssen die Geschlechter getrennt in den Blick genommen werden

- um Unterschiede und Gemeinsamkeiten zu erkennen
- um Zielgruppen identifizieren zu können

Für Männer z.B. vermehrt die körperbezogenen Orientierungsmuster in Präventions- und Gesundheitsförderungsangeboten berücksichtigen

- Angebote der Prävention und Gesundheitsförderung vor dem Hintergrund dieser Orientierungsmuster differenzierter ausgestaltet werden, indem z.B. typische Codes/Sprache verwendet wird.



Literatur

Boltanski, Luc (1976) Die soziale Verwendung des Körpers. In D. Kamper & V. Rittner (Hrsg.) Zur Geschichte des Körpers. (S. 138-177). München: Carl Hanser Verlag.
Eichler, M. (1991). Nonsexist research methods. A practical guide. New York/London: Routledge.

Bundesamt für Statistik (2007) Gesundheit und Gesundheitsverhalten in der Schweiz 1992-2007. Neuchâtel.

Bundesamt für Statistik (2007) Todesursachenstatistik. Neuchâtel.

Eichholzer, Monika; Bernasconi, Florence; Jordan, Paul & Gutzwiller, Felix (2005) Ernährungsdaten der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2002. In: Eichholzer, M., Camenzind-Frey, E., Matzke, A., Amadò, R. & Ballmer PE et al. (Hrsg.) Fünfter Schweizerischer Ernährungsbericht, Bundesamt für Gesundheit. Bern, S. 259-278.

Gredig, D./Parpan, A./Nideröst, S. (2002) Somatische Kultur und HIV-Schutzstrategien heterosexueller Männer. In: Sozial- und Präventivmedizin, 47: 366-377.

Mense, Lisa (2007) Gesunde Ernährung im Kontext von Lebensstilen und Geschlecht. In: Zeitschrift für Frauenforschung und Geschlechterstudien, 25(1): 23-35.

Nideröst, Sibylle (2007) Männer, Körper und Gesundheit. Somatische Kultur und soziale Milieus bei Männern. Huber Verlag. Bern.

Setzwein, Monika (2006) Frauenessen – Männeressen? Doing gender und Essverhalten. In: Kolip, Petra/Altgeld, Thomas (Hrsg.) Geschlechtergerechte Gesundheitsförderung und Prävention. Juventa Verlag: Weinheim und München: 41-60.