

1 Einführung

„For many people (myself included), television has the same status in their lives as the food they eat for breakfast or the way their faces look in the morning; it is something so much a part of day-to-day existence, that it remains invisible as something to be analyzed or consciously considered.“ (Allen 1992, 3)

Manche Alltagstätigkeiten sind so sehr von Routine geprägt, dass sie von vielen Menschen gar nicht mehr bewusst reflektiert werden – dementsprechend anspruchsvoll sind sie zu erforschen, wie der Fernsehhistoriker Robert Allen schrieb. Zu diesen Tätigkeiten zählt er das *Fernsehen* und die tägliche *Ernährung*. Die vorliegende Arbeit versucht, genau diese beiden Alltagsaktivitäten miteinander zu verknüpfen: Sie geht der Frage nach, ob ernährungsbezogene Vorstellungen, Einstellungen oder gar Verhaltensweisen der Fernsehzuschauer mit Ernährungsdarstellungen im Fernsehen verbunden sind. Damit greift sie eine Diskussion auf, die in Wissenschaft und Gesellschaft seit einigen Jahren verstärkt in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit gerückt ist.

1.1 Problemstellung

Wie in vielen anderen westlichen Industrienationen nehmen auch in Deutschland ernährungsabhängige Krankheiten – solche Krankheiten, die zumindest teilweise auf Fehlernährung zurückzuführen sind – immer mehr zu. So sind rund zwei Drittel der erwachsenen Männer und jede zweite Frau nach medizinischen Kriterien übergewichtig, was zahlreiche Folgebeschwerden wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Typ 2-Diabetes nach sich ziehen kann (vgl. Helmert/Strube 2004; Benecke/Vogel 2003). Auch wenn sich das Ernährungsverhalten in der Bevölkerung in den letzten Jahren insgesamt leicht verbessert hat, nimmt die Kluft zwischen „gesunden Essern“ und „ungesunden Essern“ immer stärker zu (vgl. Karg 2004; Dutta-Bergman 2004b). Der Sportmediziner Prof. Predel aus Köln beschrieb diese Entwicklung jüngst bei einem Pressegespräch so:

„Erwa ein Drittel der Bevölkerung berücksichtigt die Sport- und Ernährungsempfehlungen zur Gesundheit vorbildlich, während zwei Drittel sich kaum darum scheren.“ (Ärzte Zeitung 2005)

In der Folge entstehen nicht nur privates Leid der Kranken und ihres Umfelds, sondern auch enorme gesellschaftliche Kosten, die das deutsche Gesundheitssystem immer stärker belasten. Lagen die Ausgaben für ernährungsabhängige Krankheiten im Jahr 1990 bei rund 40 Milliarden Euro (vgl. Kohlmeier 1993, 4), werden sie aktuell bereits auf rund 75 Milliarden Euro geschätzt (vgl. Gesellschaft für Ernährungsmedizin und Diätetik 2005). Angesichts der häufig erst zeitversetzt eintretenden Folgekrankheiten der Fehlernährung ist in den nächsten Jahren eine Kostenexplosion zu erwarten. Dabei könnte ein Großteil dieser Krankheiten durch Verhaltensänderungen der Betroffenen gänzlich verhindert werden:

„Würde es gelingen, das Ernährungsverhalten der gesamten Bevölkerung so zu gestalten, wie es der derzeitige Kenntnisstand der Ernährungsmedizin nahe legt, würde damit ohne jeden Zweifel der sicher größte Schritt zu mehr Gesundheit erreicht werden, der durch irgendeine Verhaltensänderung gegenwärtig überhaupt möglich ist.“ (Pudel/Westenhöfer 1998, 296)

So reizvoll diese Vorstellung auch ist, so schwierig ist sie in der Praxis umzusetzen. Dauerhaft ihr Verhalten umzustellen und auf lieb gewordene Gewohnheiten zu verzichten, fällt vielen Menschen generell schwer. In Bezug auf das Ernährungsverhalten kommt ein weiteres Dilemma hinzu: Der Nutzen einer ausgewogenen Ernährung und des Verzichts auf ungesunde Lieblingsspeisen zeigt sich erst in weiter Zukunft (z.B. durch längere Lebenserwartung), ist kaum wahrnehmbar (nur durch das Ausbleiben negativer Folgen, von denen man nie erfährt) und zudem unsicher (man kann auch an vielen anderen Krankheiten sterben; vgl. Gedrich 2003, 236).

Auf der Suche nach den Ursachen dieser Entwicklung stoßen Mediziner und Ernährungsexperten immer wieder auf das *Fernsehen*. Sie beklagen, dass diese Freizeittätigkeit Bewegungsmangel verursacht und gleichzeitig eine übermäßige Kalorienaufnahme fördert. Zudem lebten die Fernsehdarsteller beständig schlechtes Vorbildverhalten vor, und die Lebensmittelwerbung wecke falsche Verbrauchersünsche. Da dem Fernsehen von allen Massenmedien die stärkste Wirkungsmacht zugeschrieben wird, sind diese Experten und auch manche Kommunikationswissenschaftler von einem negativen Einfluss des Fernsehens auf das Ernährungsverhalten der Zuschauer überzeugt (vgl. Brown/Walsh-Childers 2002, 465). Schließlich würden die aufmerksamkeitsstarken, stetigen und konsistenten Bilder und Verhaltensmuster der Fernsehakteure von Kindesbeinen an unbewusst gelernt und in Wahrnehmungen und Verhaltensweisen des täglichen Lebens integriert.

Wenn das Fernsehen aber tatsächlich *negative Ernährungsgewohnheiten* fördert und verstärkt, müsste es prinzipiell möglich sein, durch das gleiche Medium auch *positive Veränderungen* des Ernährungsverhaltens zu erreichen. Eine wichtige Voraussetzung dafür ist gegeben: Die Menschen in Deutschland bekunden in Umfragen immer wieder großes Interesse an Gesundheits- und Ernährungsthemen im Fernsehen. So gaben in der von ARD und ZDF im Jahr 2000 durchgeführten Langzeitstudie Mas-

senkommunikation 80% der Befragten an, dass sie sich für den Themenbereich „Medizin, Gesundheit, Ernährung“ im Fernsehen interessieren – damit lag dieser Bereich auf Platz 1 vor allen anderen Programmpräferenzen wie z.B. politischem Geschehen, Wirtschaft oder Kultur (vgl. Ridder/Engel 2001, 121). Neben dem Arzt und der Familie ist das Fernsehen außerdem eine der meistgenannten Informationsquellen, wenn es um Gesundheits- und Ernährungsfragen geht (vgl. Friebe u.a. 1997a; Identity Foundation 2000). Dabei werden vor allem diejenigen über das Fernsehen erreicht, die Ernährungsfragen keine große Bedeutung zuweisen; die Interessierten bevorzugen „aktive“ Kanäle wie Printmedien und das Internet (vgl. Dutta-Bergman 2004a). Das Fernsehen könnte demnach nicht nur Quelle ungünstigen Vorbildverhaltens sein, sondern ebenso ein attraktiver Vermittlungskanal zur Ernährungsaufklärung.

1.2 Fragestellung und Ziel

So nachvollziehbar die genannten Wirkungsvermutungen auch sind, so beruhen sie noch weitgehend auf Spekulationen. Wissenschaftlich kontrollierte Wirkungsmessungen zum Zusammenhang zwischen der Fernsehnutzung und dem Ernährungswissen oder -verhalten sind international noch wenig systematisch und vor allem im deutschsprachigen Raum rar. Auch wurden teils aufwändige Aufklärungskampagnen mit Einsatz der Massenmedien bislang nur selten evaluiert (Pudel/Westenhöfer 1998, 309). Dadurch fehlen jedoch wichtige Argumente, wenn es um die Verteilung finanzieller Mittel und die Wahl geeigneter Vermittlungskanäle in Präventionskampagnen geht. Die Aufklärungsinstitutionen in Deutschland vertrauen deshalb heute eher auf kostengünstige und zielgruppenspezifisch einsetzbare Direktmedien wie Broschüren oder CD-ROMs und auf direkten Kontakt mit Interessierten z.B. in Bildungsstätten oder Beratungsstellen, dem eine hohe Verhaltensrelevanz zugeschrieben wird. Doch es gibt begründete Zweifel daran, weitgehend auf die Einbindung reichweitenstarker Massenmedien und vor allem des Fernsehens zu verzichten. Der theoretische Ansatz der *Kultivierung* geht von einem unterschwelligen und langfristig wirksamen Einfluss des Fernsehens auf die Wahrnehmung der sozialen Realität und der daraus resultierenden Einstellungen und Verhaltensweisen aus. Dieser speziell für das Fernsehen entwickelte kommunikationswissenschaftliche Ansatz bildet die theoretische Grundlage dieser Arbeit. *Ziel* ist es, erstmals in einer systematisch aufgebauten Mehrmethodenstudie Erkenntnisse für den deutschsprachigen Raum darüber zu gewinnen, ob – und wenn ja, wie – ernährungsbezogene Vorstellungen, Einstellungen und Verhaltensweisen der Menschen mit den Darstellungen im Fernsehen zusammenhängen. Sie bezieht dabei relevante Botschaften aus sämtlichen Programmformen des Fernsehens ein, die den Zuschauern entsprechen.

de Eindrücke vermitteln können. Ihre Herangehensweise entspricht somit ernährungssoziologischen Empfehlungen:

„Für den Ernährungsbereich wären an dieser Stelle nicht nur Informationsbeiträge (z.B. Ernährungstips, Lebensmittelskandale, Rezeptvorschläge) oder die Konsumwerbung näher zu beleuchten, sondern auch das, was den RezipientInnen als Unterhaltung angeboten wird. Studien, die der Frage nachspüren, welches Bild vom Essen und Trinken, vom Umgang mit der Nahrung und ihrer sozialen Bedeutung beispielsweise in den vorabendlichen Daily Soaps gezeichnet wird...“ (Prahl/Setzwein 1999, 269; ähnlich auch Wartella/Middlestad 1991, 213f.)

1.3 Aufbau

Die vorliegende Arbeit besteht aus zwei Teilen. Der erste Teil bildet das theoretische Fundament, auf dem die zwei empirischen Studien des zweiten Teils aufbauen. Im ersten Teil führt *Kapitel 2* in das Forschungsfeld der Gesundheitskommunikation ein, innerhalb dessen sich die Arbeit thematisch bewegt, und gibt einen Überblick über internationale Forschungsaktivitäten im Bereich Fernsehen und Ernährung. In *Kapitel 3* wird die Arbeit theoretisch verankert: Hier werden die Entstehung und Ausdifferenzierung des Kultivierungsansatzes aufgearbeitet, aktuelle Forschungsschwerpunkte beschrieben und daraus schließlich die Anwendung des Ansatzes auf das vorliegende Thema abgeleitet. Im zweiten Teil der Arbeit ermittelt *Kapitel 4* zunächst in einer quantitativen Inhaltsanalyse die zentralen Botschaften ernährungsbezogener Fernsehdarstellungen. Das Untersuchungsmaterial umfasst dabei eine Stichprobe sämtlicher Programmbestandteile der vier größten deutschen Fernsehsender in den zuschauerstarken Abendstunden. Im Anschluss werden systematische Verzerrungen der Fernsehrealität gegenüber der sozialen Realität und offiziellen Normen in Deutschland identifiziert und daraus Hypothesen und Forschungsfragen für die zweite Teilstudie formuliert. Die Kultivierungsanalyse in *Kapitel 5* überprüft dann anhand von Interviews mit über 1000 deutschsprachigen Erwachsenen den Zusammenhang zwischen den aufgrund ihrer Fernsichtnutzung rezipierten Ernährungsdarstellungen und ausgewählten ernährungsbezogenen Vorstellungen, Einstellungen und selbsteingeschätzten Verhaltensweisen. Dies geschieht anhand eines klassischen und eines innovativen Analyseverfahrens, jeweils zunächst im Hinblick auf alle Befragten und anschließend bezogen auf einzelne Bevölkerungsteile. Das Fazit in *Kapitel 6* fasst schließlich die Ergebnisse der empirischen Studien zusammen und diskutiert ihre Erkenntnisse, mögliche Schlussfolgerungen und Perspektiven für die aktuelle Kultivierungsforschung. Den Abschluss bildet ein Ausblick auf den Anwendungsbezug der Befunde für die Praxis der Ernährungsaufklärung.