

forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungswissenschaften

1. Österreichisches Genussbarometer



Mag. Marlies Gruber, Univ.-Prof. Dr. Jürgen König, f.eh-Symposium
4. März 2010

forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungswissenschaften

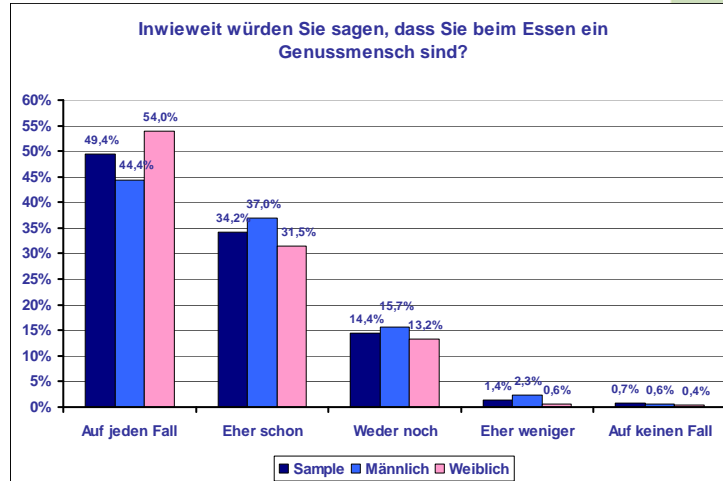
*Schätzen Sie sich als
Genussmensch ein?*



f.eh-Symposium
4. März 2010

Schätzen Sie sich als Genussmensch ein?

forum.ernährung heute
www.fur.forderung.von.ernaehrungsberuflichen



f.eh-Symposium
4. März 2010

1. Österreichisches Genussbarometer

forum.ernährung heute
www.fur.forderung.von.ernaehrungsberuflichen

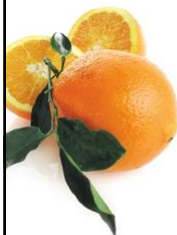
Online-Umfrage

4 Wellen

12.–20.2.2009/8.6.–17.6.2009/
6.10.–14.10.2009/12.1.–20.1.2010

Respondenten: Mitglieder des
Marketagent.com Online Access Panels

Feldzeit: 9 Tage



f.eh-Symposium
4. März 2010

forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungswissenschaften

1. Österreichisches Genussbarometer

Sample-Struktur:

Österreich

Sample

Februar n=500


Juni n=501

Oktober n=504

Jänner n=501

Alter, Geschlecht, Ausbildungsniveau: Verteilung laut Gesamtbevölkerung

Total	%
	100
Geschlecht	
männlich	48,5
weiblich	51,5
Alter	
14–19 Jahre	9,7
20–29 Jahre	17,1
30–39 Jahre	19,6
40–49 Jahre	22,2
50–59 Jahre	16,8
60–69 Jahre	14,6



f.eh-Symposium
4. März 2010

[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer; W3, n=504 (2009/10)]

forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungswissenschaften

1. Österreichisches Genussbarometer

Schwerpunktt Themen

Februar 2009: Bestimmende Genussfaktoren

Juni 2009: Genuss und Lebensqualität

Oktober 2009: Essverhalten und Essmotive

Jänner 2010: Außer-Haus-Konsum



Quelle: Wikipedia 08. 2009


f.eh-Symposium
4. März 2010

Genuss – Definition

Einheit aus körperlichen Reaktionen und kognitiven Vorgängen, die der Erlebende als angenehm empfindet.

Was als Genuss empfunden wird, ist subjektiv und damit individuell verschieden.

Voraussetzung: Genussfähigkeit



forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungsforschung.at

Quelle: Schulze E, 1992

f.eh-Symposium
4. März 2010

Genuss – Definition

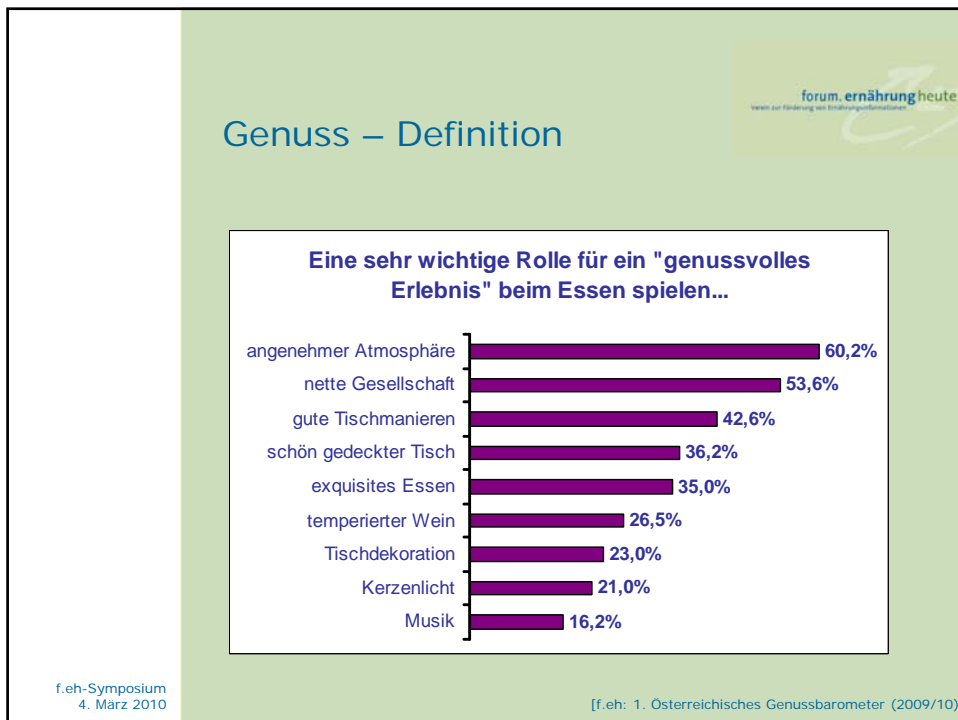
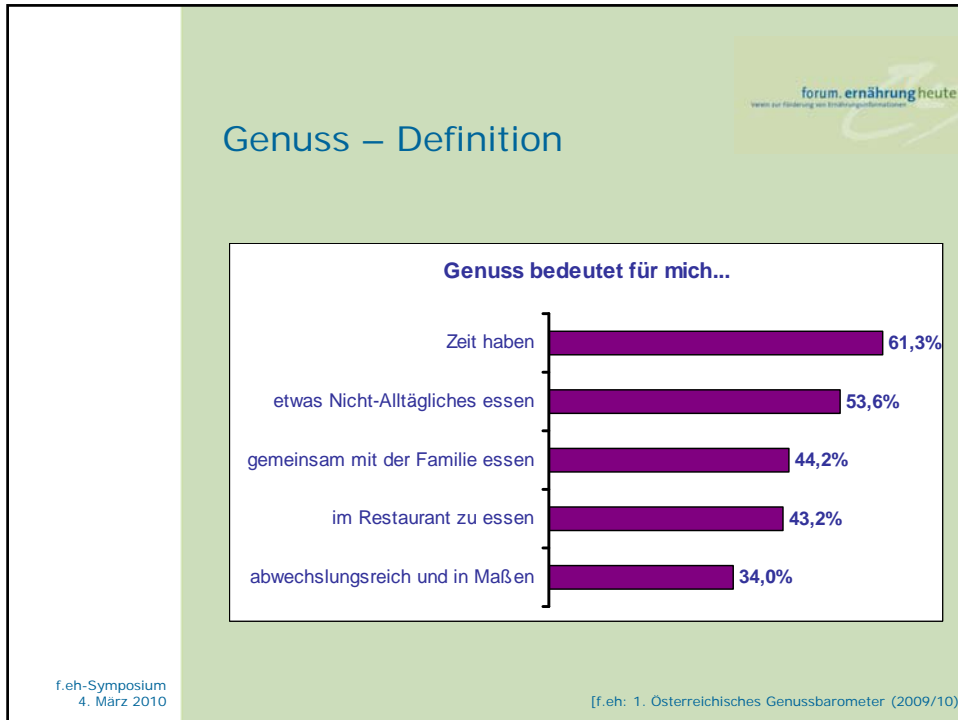
forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungsforschung.at


Was heißt Genuss?

Kategorie	Prozent
Guter Geschmack	73,4%
Frische	55,8%
Appetitlichkeit	54,2%
Premium Qualität	34,4%
Abwechslung	32,4%
Vitaminreiche Nahrung	24,4%
Süßes	24,4%

f.eh-Symposium
4. März 2010

[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer (2009/10)]





forum.ernährung heute
www.fur.forderung.des.ernaehrungsfortschritts.de

Genusstypologie


Genießer ziehen bei genussvollem Verhalten eine positive Bilanz.

Genusszweifler sind ambivalente Genießer, die eigentlich gerne genießen, aber mit schlechtem Gewissen.

Genussunfähige können im Genießen keine Vorteile sehen, weder eine verbesserte Leistungsfähigkeit noch gesteigerte Lebensfreude – Genießen ist für sie ein überwiegend negatives Erlebnis.

[Hauer T (Hrsg.): Das Geheimnis des Geschmacks. Aspekte der Ess- und Lebenskunst. Anabas-Verlag, 2005]

f.eh-Symposium
4. März 2010



forum.ernährung heute
www.fur.forderung.des.ernaehrungsfortschritts.de

Genusstypologie

Wenn ich genieße,

- verbessert sich meine Stimmung
- werde ich leistungsfähiger
- kann ich Probleme besser bewältigen
- erlebe ich Freude und Zufriedenheit
- ist meine Wahrnehmung geschärft
- werde ich von anderen abgelehnt *
- bin ich zu schwach, mich zu zügeln und zu kontrollieren *
- habe ich ein schlechtes Gewissen *
- erlebe ich Schuldgefühle *

* 5 = stimme voll und ganz zu; 1 = stimme überhaupt nicht zu

f.eh-Symposium
4. März 2010

Genusstypologie

Genussentzug ...

- o ist begleitet von Frustgefühlen
- o senkt die Lebenszufriedenheit
- o macht mich depressiv
- o vermindert die Konzentrationsfähigkeit
- o reduziert die Arbeitsmotivation
- o lässt Langeweile aufkommen
- o verringert das Erleben von Glücksgefühlen
- o geht mit gutem Gewissen einher *
- o gibt mir das Gefühl mich kontrollieren zu können *
- o gibt mir das Gefühl von Freiheit und Unabhängigkeit *

* 5 = stimme voll und ganz zu; 1 = stimme überhaupt nicht zu

forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungserforschung.at

Summenscore
>> Genusstyp

f.eh-Symposium
4. März 2010

Genusstypen

Genusstyp	Jun.09	Okt.09	Jän.10
Genießer	17,4%	15,7%	12,40%
Genusszweifler	67,5%	69,2%	68,10%
Genussunfähige	15,2%	15,1%	19,60%

Bei n = 1506
 15,2 % Genießer
 68,3 % Genusszweifler
 16,6 % Genussunfähige

forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungserforschung.at


f.eh-Symposium
4. März 2010

[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer (2009/10)]

Stimmung und Wohlbefinden

Genießer fühlen sich signifikant öfter

- _ optimistisch
- _ glücklich
- _ ausgeglichen
- _ entspannt
- _ allgemein wohl



Genusszweifler und –unfähige

- _ pessimistisch
- _ unsicher
- _ mutlos
- _ traurig
- _ niedergeschlagen

[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer (2009/10)]

forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungswissenschaften

f.eh-Symposium
4. März 2010

Gesundheitsbezogene Lebensqualität

Genießer
„Ich erfreue mich ausgezeichnete Gesundheit.“

Genusszweifler & -unfähige
„Ich erwarte, dass meine Gesundheit nachlässt.“

„Ich habe weniger geschafft als ich wollte.“

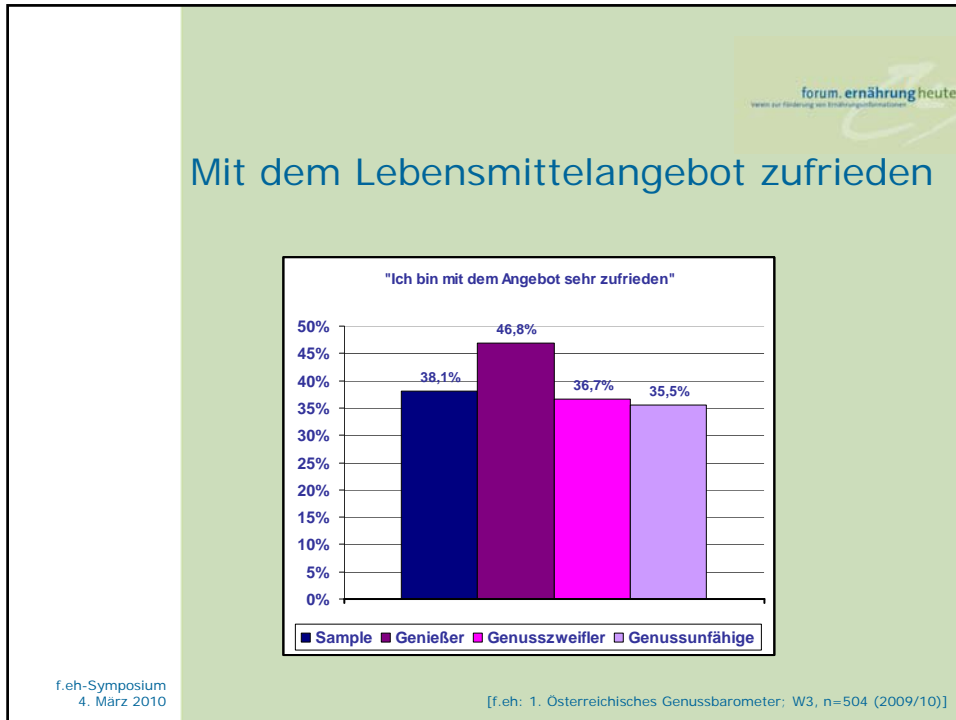
„Schwierigkeiten bei alltäglichen Aufgaben.“

„Ich scheine etwas leichter als andere krank zu werden.“

[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer (2009/10)]

forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungswissenschaften

f.eh-Symposium
4. März 2010




forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungswissenschaften

Sorgfältige Auswahl

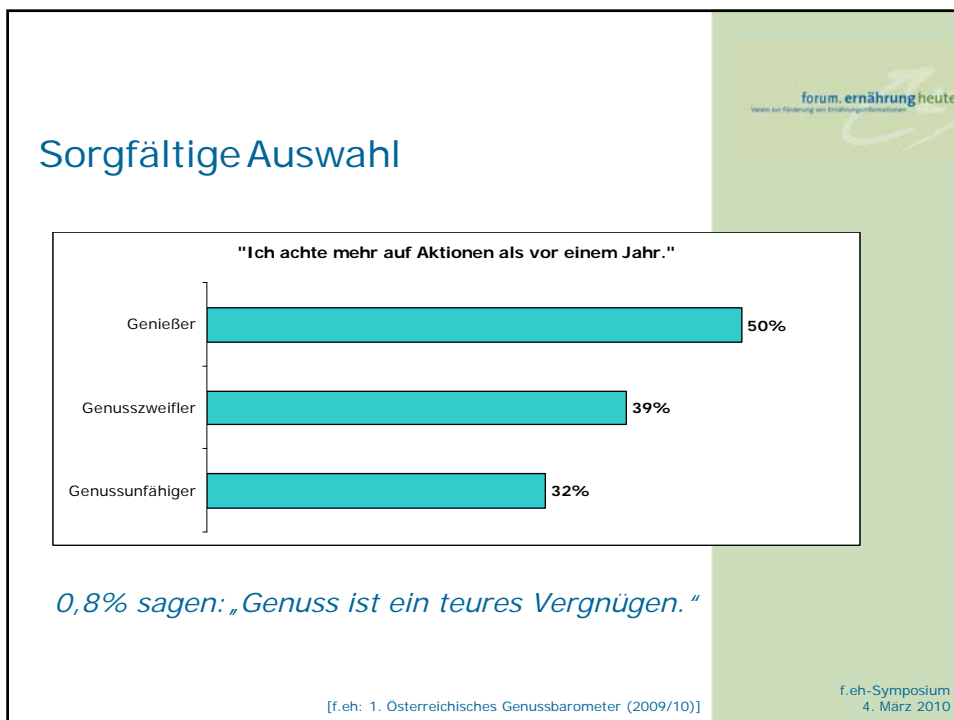
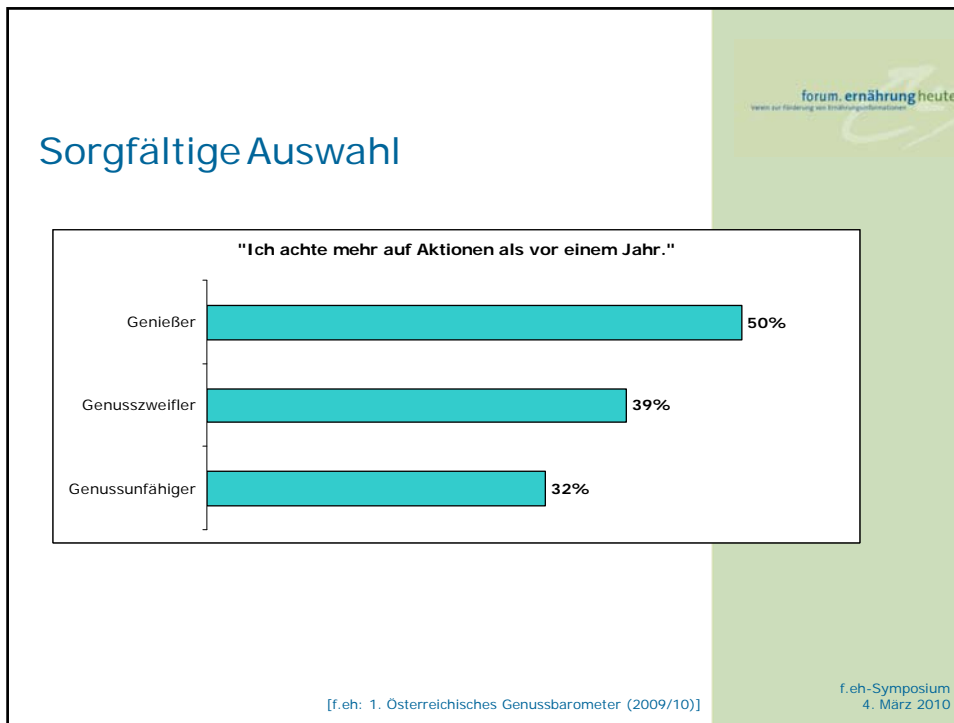
Genießen ist es deutlich wichtiger, dass Lebensmittel:

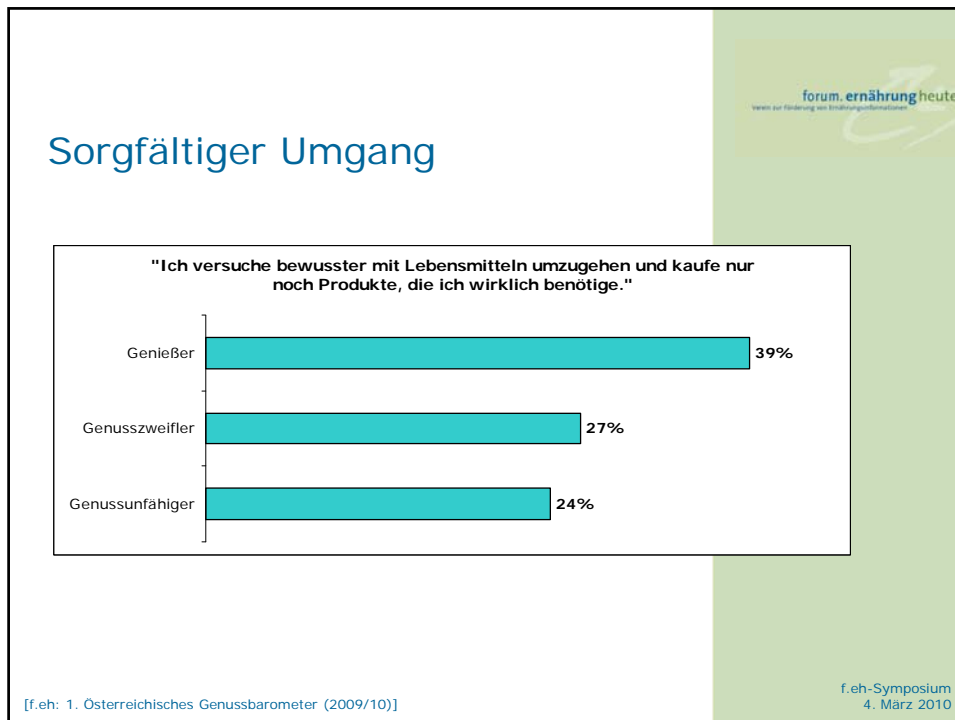
- _ qualitativ hochwertig sind,
- _ naturbelassen und frisch sind,
- _ aus fairem Handel stammen,
- _ aus Österreich und regional sind,
- _ gut schmecken,
- _ nährstoffreich sind.



f.eh-Symposium
4. März 2010

[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer; W3, n=504 (2009/10)]






forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungswissenschaften

Den Mehrwert nutzen

Genießer kaufen bedeutend öfter Produkte, weil

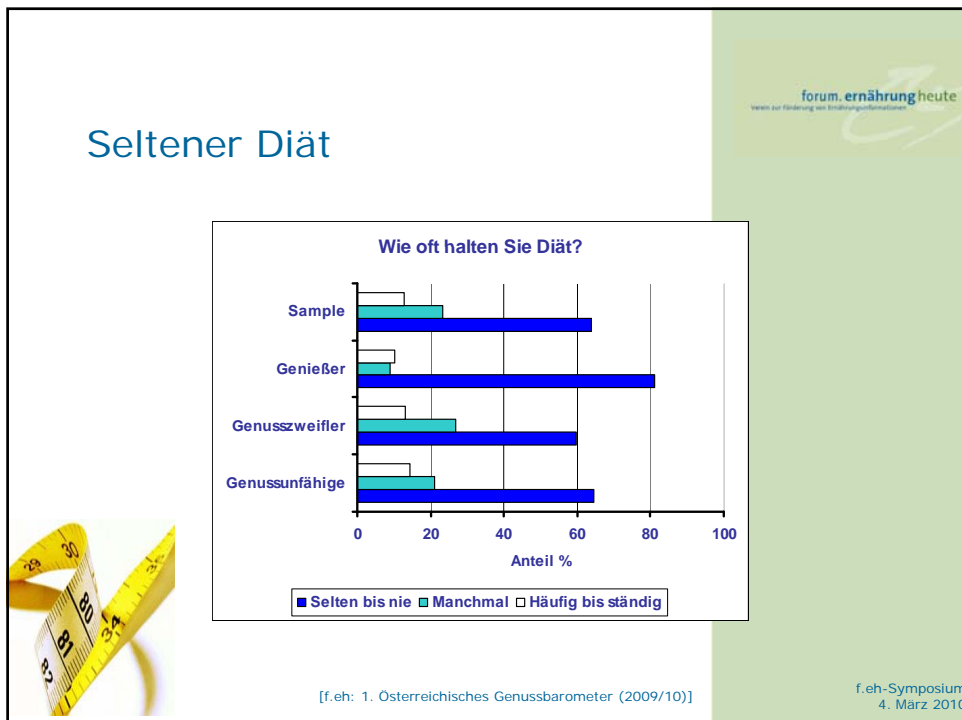
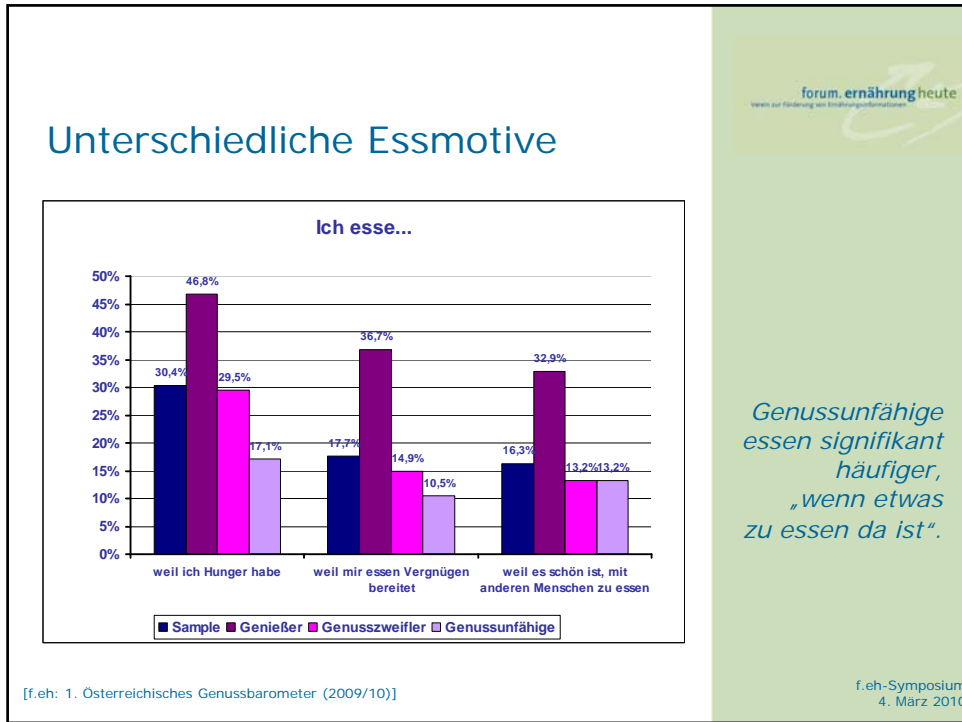
- _ sie sich damit belohnen wollen.
- _ sie damit schöne Erinnerungen verbinden.

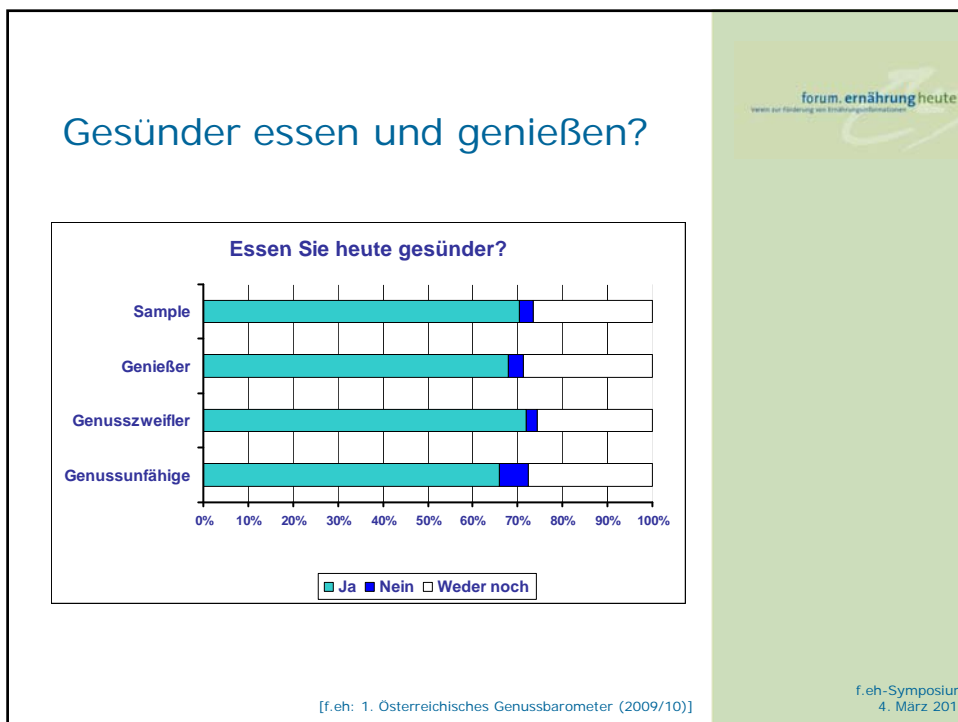
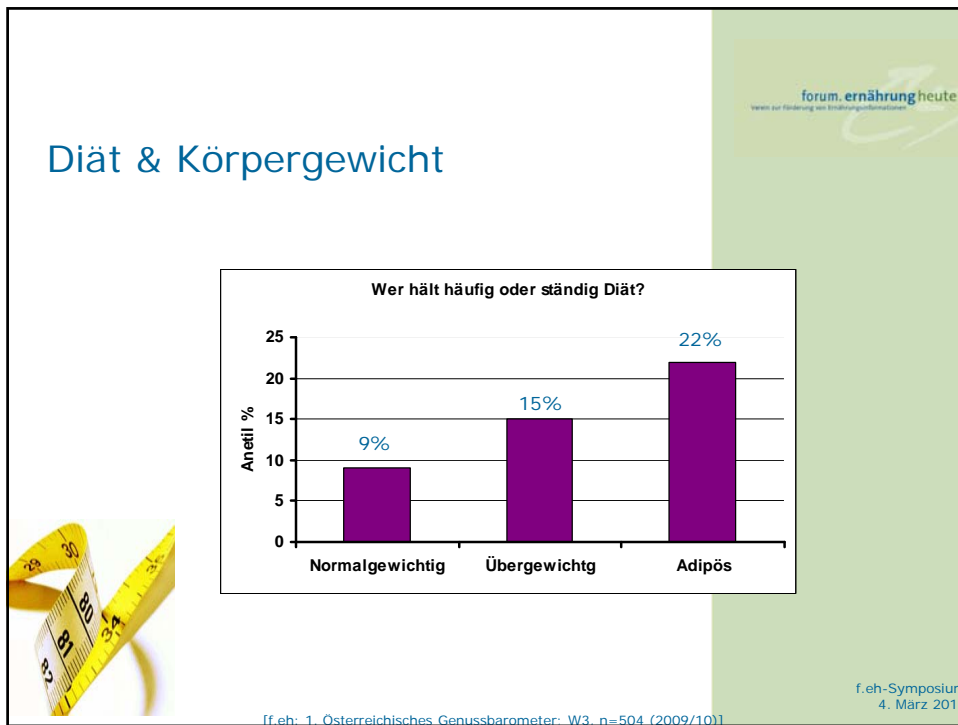
Signifikant weniger wichtig ist,
dass das Produkt aus der Werbung bekannt ist.



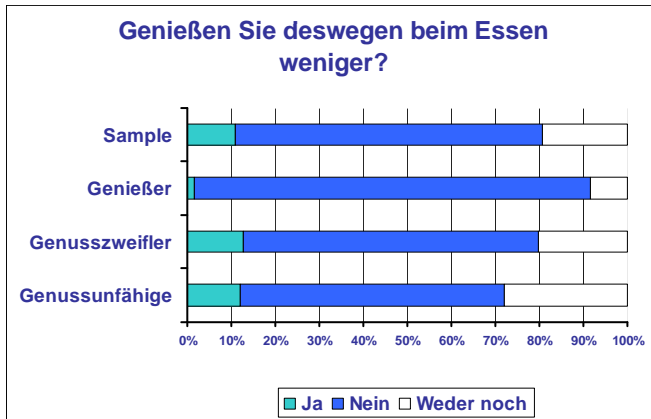
[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer (2009/10)]

f.eh-Symposium
4. März 2010





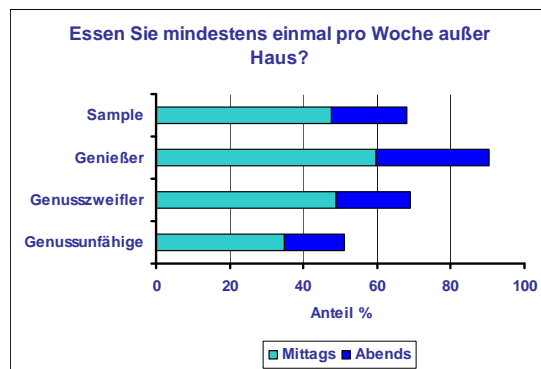
Gesünder essen ist nicht weniger genussvoll.



[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer (2009/10)]

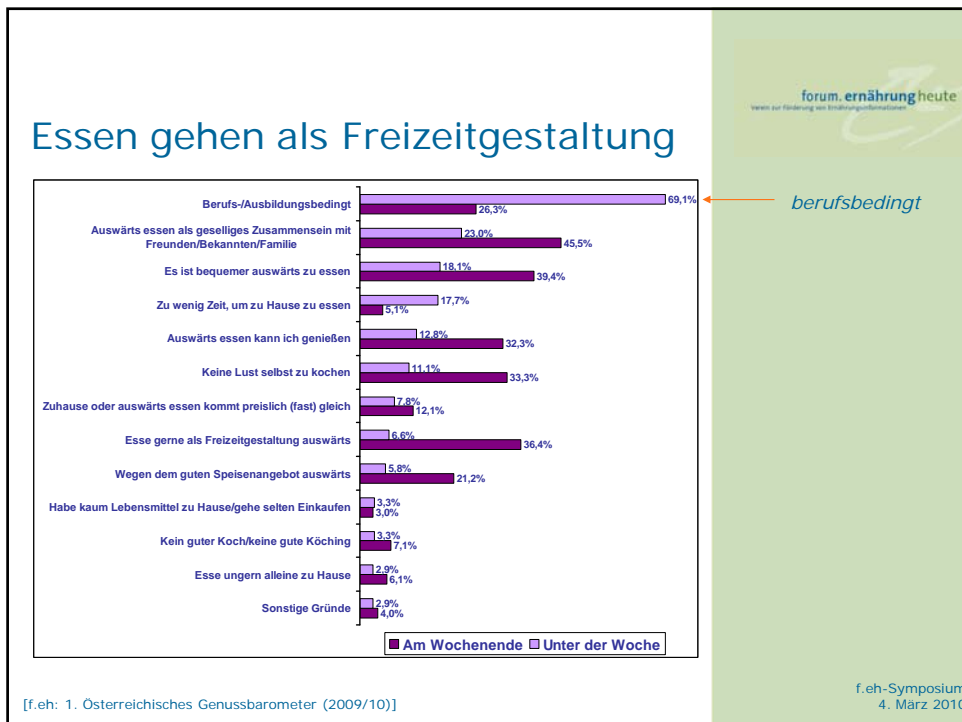
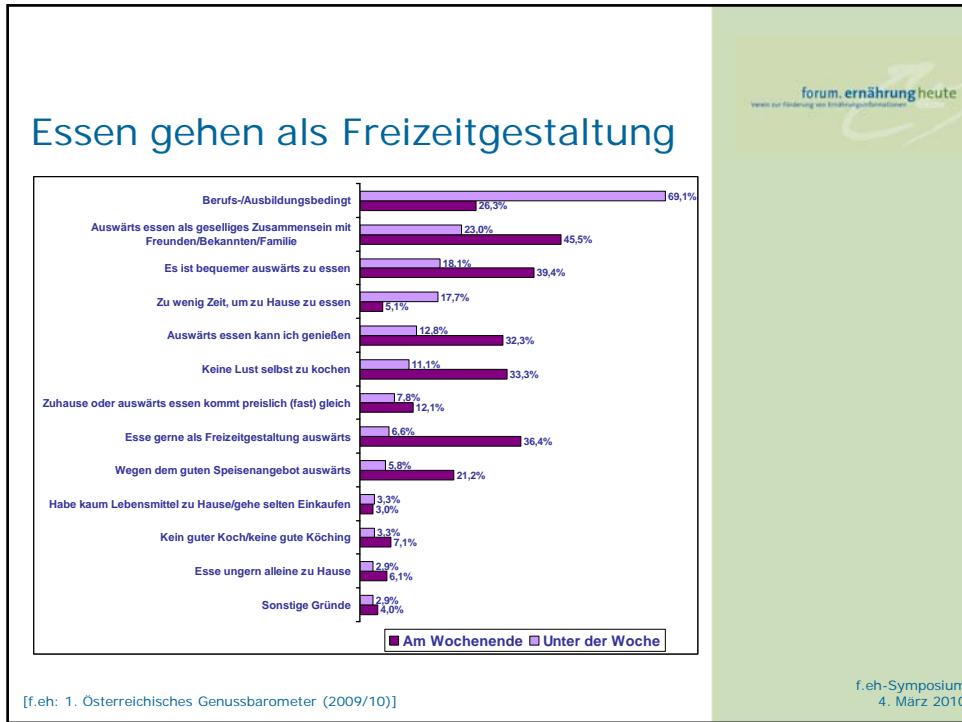
f.eh-Symposium
4. März 2010

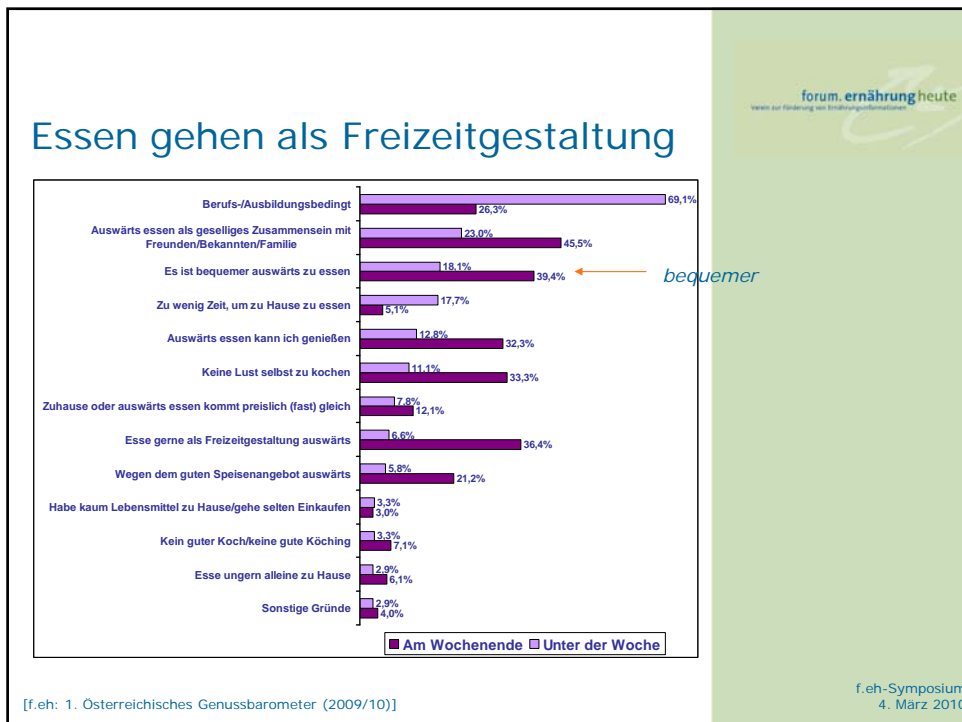
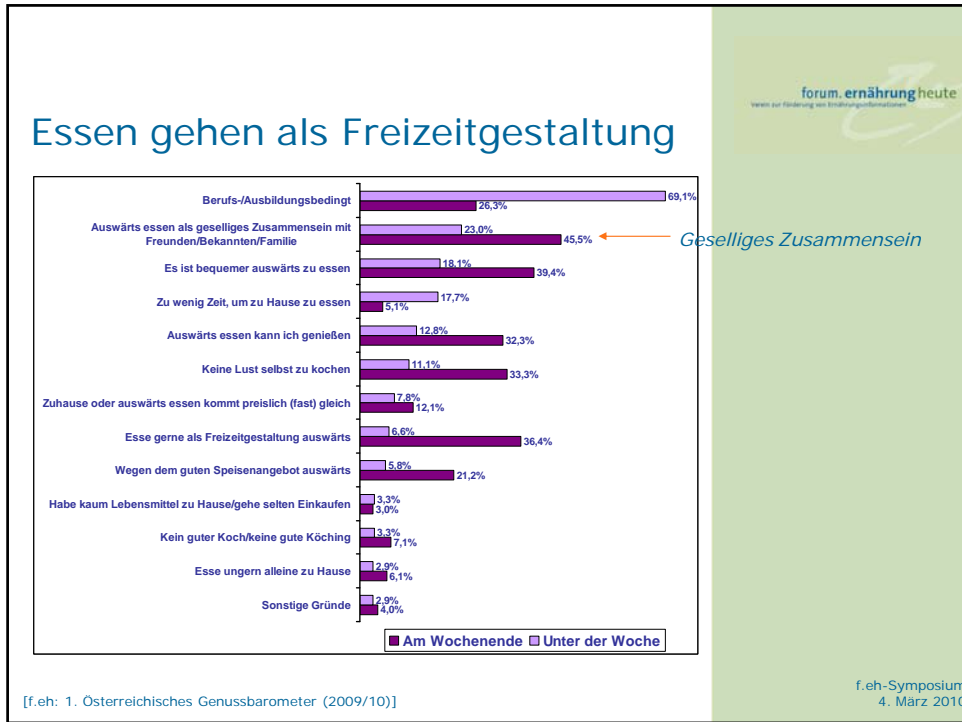
Essen außer Haus

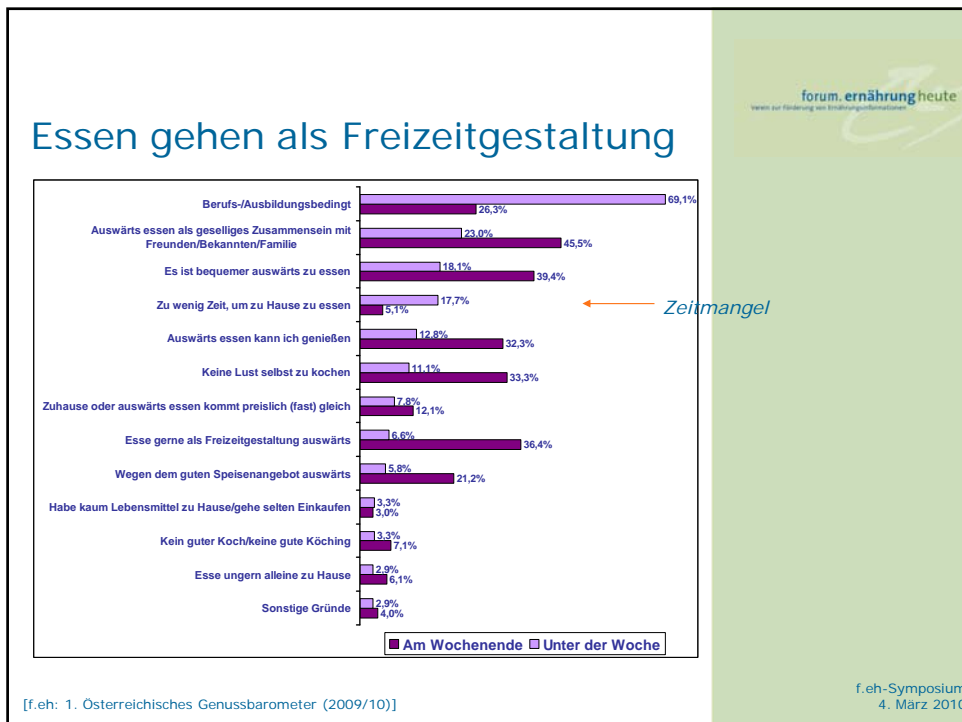
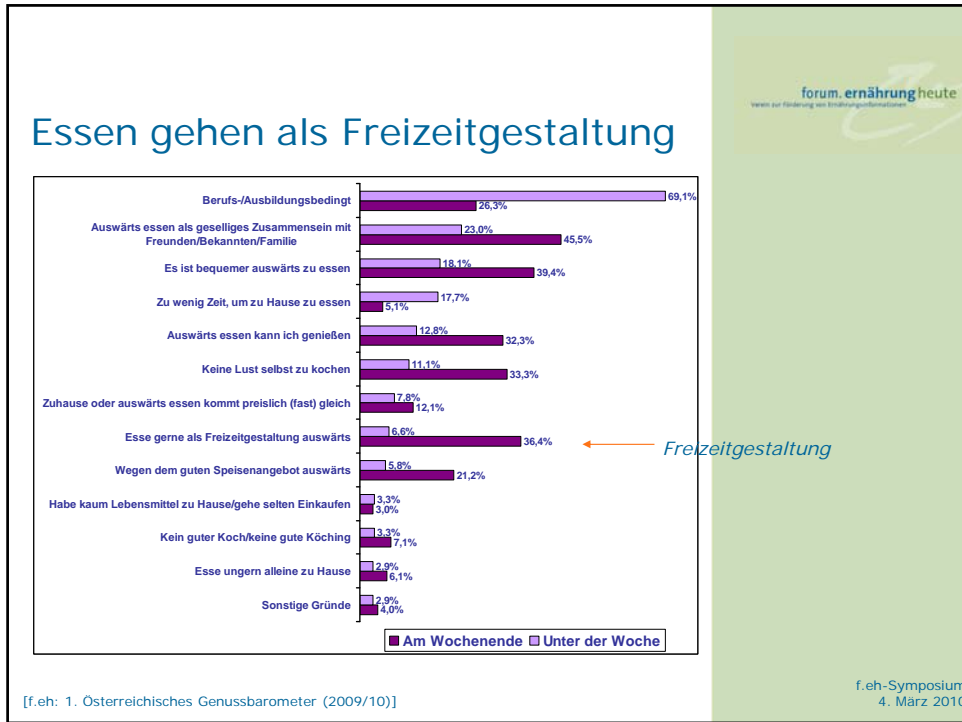


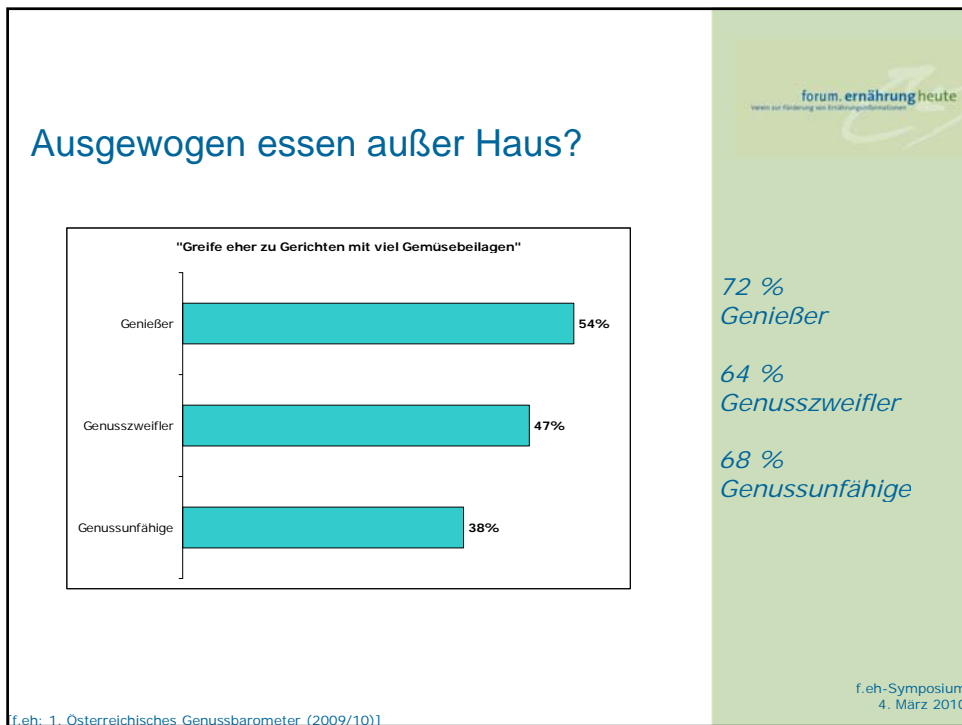
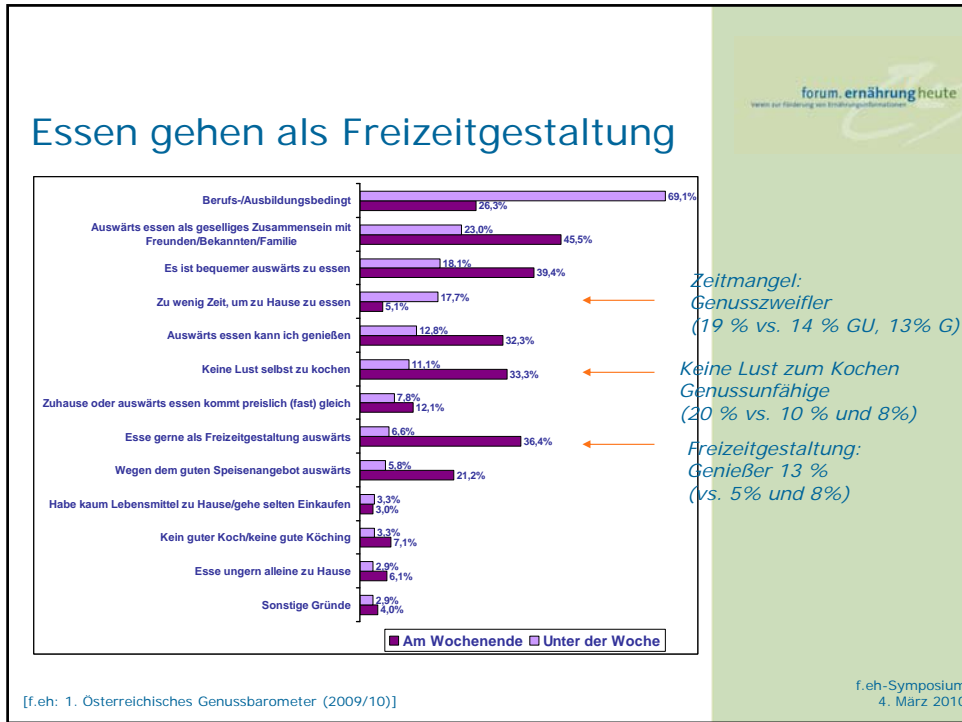
[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer (2009/10)]

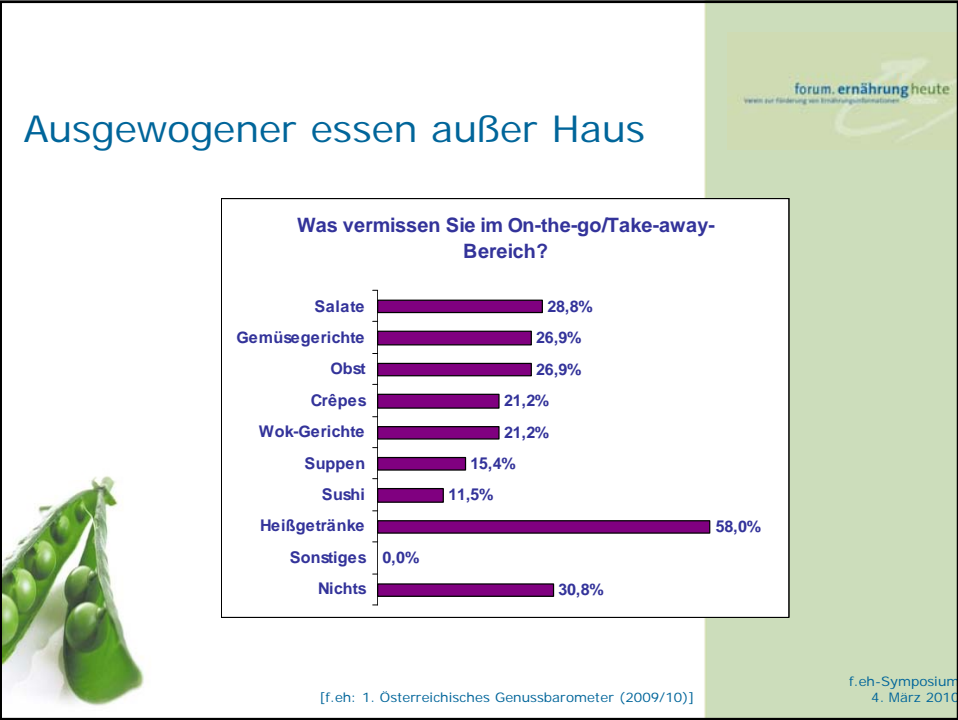
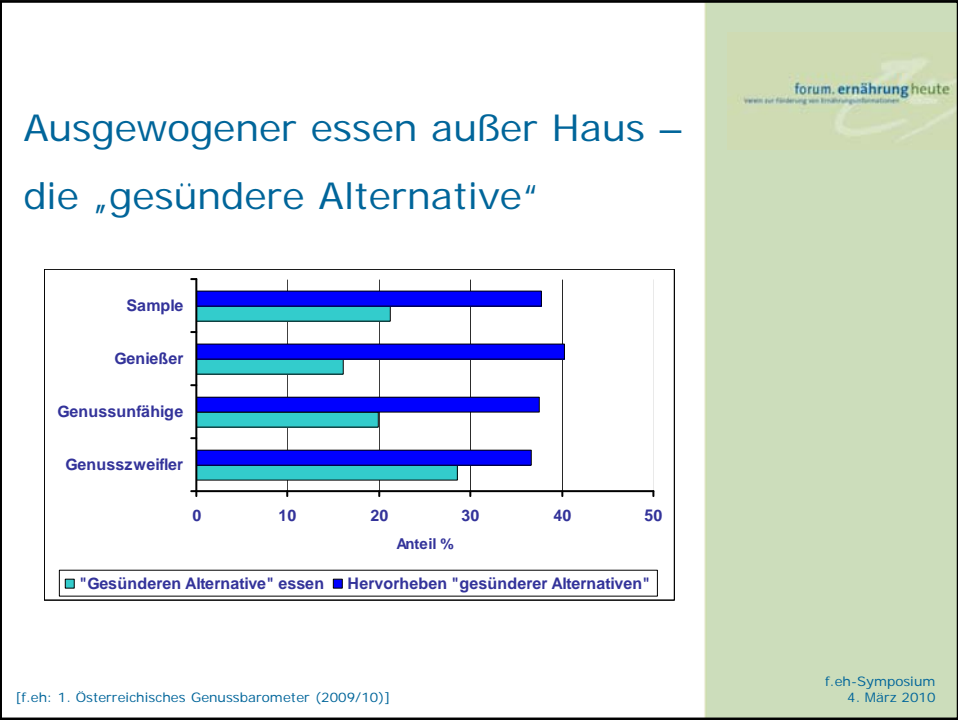
f.eh-Symposium
4. März 2010





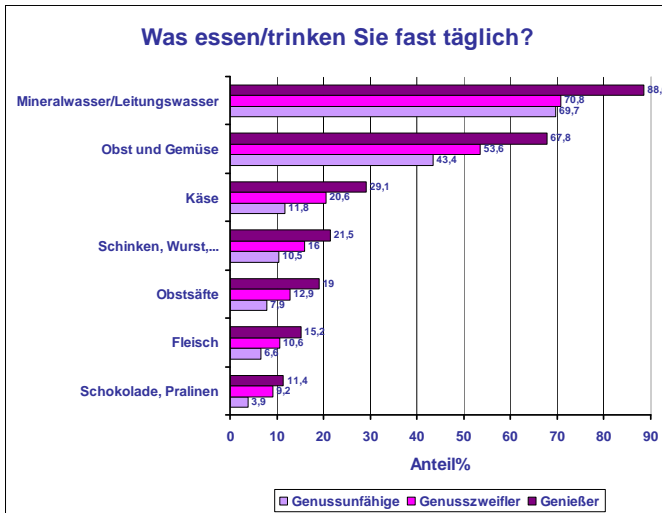






Abwechslung am Speiseplan

forum.ernährung heute
www.fur.forderung.der.ernaehrungsberufsaerzte.at

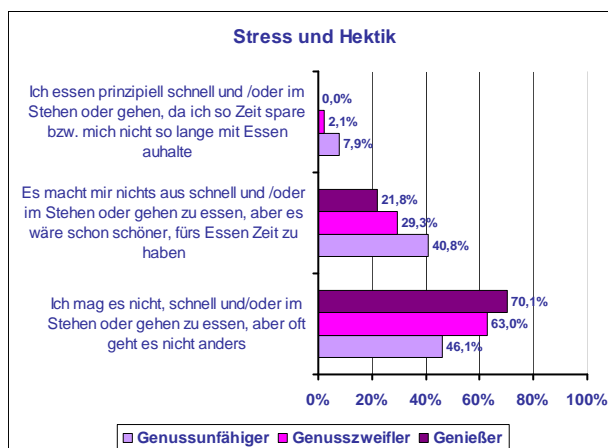


[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer (2009/10)]

f.eh-Symposium
4. März 2010

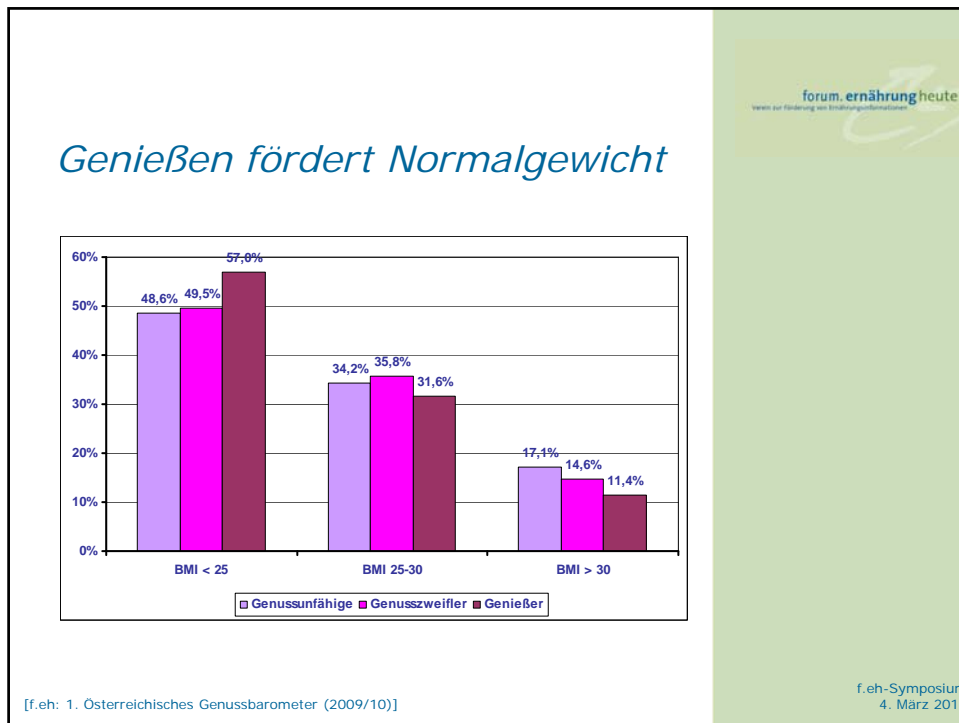
Zeit zum Essen

forum.ernährung heute
www.fur.forderung.der.ernaehrungsberufsaerzte.at



[f.eh: 1. Österreichisches Genussbarometer (2009/10)]

f.eh-Symposium
4. März 2010



forum. **ernährung** heute
www.zur.förderung.der.ernährungsforschung.at

Conclusio

Genusskompetenz ist die Grundlage für gesundheitsförderliches (Ess-)Verhalten.

Genussvoll essen führt ‚automatisch‘ zu ‚gesundem Essen‘.


Genuss muss Platz haben bei Veränderungen des Essverhaltens.

Genießer sind informiertere Konsumenten.

f.eh-Symposium
4. März 2010

forum. **ernährung** heute
www.fur.forderung.de/Ernaehrungsforum/aktuelle

*Gesund i(s)st,
wer vernünftig genießt.*



f.eh-Symposium
4. März 2010