

JUNG. MÄNNLICH. LEHRLING.

Zusammenfassung der Ergebnisse der Fokusgruppeninterviews mit männlichen Lehrlingen in Niederösterreich

Mag. Hermine Mandl

Laut österreichischem Ernährungsbericht 2008 sind rund 30 % der männlichen Lehrlinge übergewichtig bzw. adipös. Aufgrund des Alters und sozialen Umfelds ist diese Gruppe jedoch nur schwer für Gesundheitsthemen zu erreichen.

Diese Erkenntnisse bildeten die Ausgangslage für das Kochprojekt MESSERScharf, welches von Juli 2010 bis Dezember 2011 vom Verein PROgramm für männliche Lehrlinge in Niederösterreich umgesetzt wird. Ziel des vom Fonds Gesundes Österreich, von der Arbeiterkammer NÖ und der Wirtschaftskammer NÖ geförderten Projekts ist es, den Lehrlingen Kochfertigkeiten und grundlegende Zusammenhänge von Ernährung zu vermitteln.

MESSERScharf ist als zweiphasiges Partizipationsprojekt gestaltet, in welchem Lehrlingen aus den niederösterreichischen Landesberufsschulen Hollabrunn, Neunkirchen und Pöchlarn teilnehmen, wo die Jugendlichen in Berufen der Fleischverarbeitung, Metallverarbeitung sowie Holzbearbeitung ausgebildet werden. Um eine möglichst hohe Akzeptanz für das Projekt bei der Zielgruppe zu sichern, wurden die Lehrlinge bereits in der Konzeptionsphase in die Projektentwicklung eingebunden: Unter anderem wurden in Fokusgruppen mit jeweils acht bis neun Lehrlingen pro Schule Informationen über den Zugang von männlichen Lehrlingen zu den Themen Ernährung bzw. Kochen gewonnen. Weiters sollte geklärt werden, wie ein derartiges Projekt an Jugendliche kommuniziert werden kann und welche Medien dafür wie eingesetzt werden können. Die insgesamt 25 Fokusgruppen-Teilnehmer waren zwischen 15 und 18 Jahre alt: ein Lehrling war 15 Jahre jung, zehn Lehrlinge waren 16, elf 17 und drei 18. Alle stammten aus Niederösterreich oder Wien. Fünf Teilnehmer hatten einen türkischen bzw. serbokroatischen Hintergrund. Fast alle Lehrlinge lebten im gemeinsamen Haushalt mit den Eltern, viele hatten Geschwister.

Essen: Vorlieben und Verhalten

Die Essvorlieben der Lehrlinge werden unter anderem vom eigenen Kulturkreis bzw. dem Elternhaus maßgeblich beeinflusst: Je nach eigener kultureller Prägung wurden österreichische (z. B. Wiener Schnitzel, Backhuhn, Spieß), türkische (z. B. Döner, Burek)

und serbokroatische Speisen (z. B. Cevapcici, Pljeskavica) als Favoriten genannt. Aber auch Fastfood (z. B. Chicken Nuggets, Cheeseburger) sowie einzelne Speisen internationaler Küchen (z. B. Chinesisch, Paella, Curryhuhn, Lasagne) wurden erwähnt. Die beliebteste Komponente ist für nahezu alle Lehrlinge Fleisch: Geschmack sowie die vielseitigen Zubereitungsmöglichkeiten werden von den Teilnehmern besonders hervorgehoben, aber auch die Konsistenz und der „Biss“ werden positiv angemerkt.

Der Umgang mit dem Essen im Alltag ist ein funktionaler und wird durch den Tagesablauf der Lehrlinge mitbestimmt, welcher morgens zwischen 3.00 Uhr und 6.30 Uhr beginnt. Je nach Firma und Möglichkeiten kombinieren die Lehrlinge während des Tages Jausen und/oder warme Speisen. Letztere werden entweder in der Firma bereitgestellt, auswärts gegessen oder zu Hause von der Mutter gekocht.

Rollenbilder: Männer ermöglichen, Frauen ernähren

Viele Lehrlinge schildern ein konservatives Rollenbild, welches in den Familien gelebt wird: Der Vater ist vor allem für die finanzielle Absicherung der Familie zuständig sowie für die Vermittlung von sportlicher Begeisterung. Die Mutter ist hauptverantwortlich für die Ernährung in der Familie und für das Ermöglichen von gemeinsamer Sozialzeit.

Kochen sowie Hausarbeit im Allgemeinen fallen damit in den Zuständigkeitsbereich der Mütter und/oder Großmütter. Im Ausgleich dazu wird von Frauen nicht verlangt, (Vollzeit) erwerbsmäßig zu arbeiten. Die Mütter sorgen auch dafür, dass zumindest ab und zu gemeinsame Familienessen stattfinden – sei es an den Wochenenden oder abends unter der Woche.

Väter oder Kinder springen beim Kochen ein, wenn die Mütter verhindert sind. Männer kochen gelegentlich auch ohne Auftrag – dann, wenn sie dazu Lust haben. Kocht ein Mann gerne, wird er von den Lehrlingen teilweise als der ‚bessere Koch‘ wahrgenommen.

Kochen: Verweigerer, Macher, Könner

Die Lehrlinge schätzten ihre eigenen Kochfertigkeiten größtenteils realistisch und teilweise zu hoch ein: Manche werteten bereits die Zubereitung einfacher Gerichte wie Toast, Eierspeise oder Spaghetti als hohe Kochfertigkeit. Bemerkenswert war, dass die Lehrlinge ihre Fertigkeiten so gut wie nie unterschätzt.

Generell kristallisierten sich drei Typen von Köchen heraus:

► Kochverweigerer: Einzelne Lehrlinge gaben an, dass sie lieber auf Essen verzichten, als dass sie für sich selbst etwas zubereiten oder herrichten würden; sie essen zu Hause nur, wenn ihnen etwas vorgesetzt wird.

► Kochpraktiker: Der Großteil der Jugendlichen gibt an, als Köche einspringen zu können, wenn es notwendig ist (z. B. die Mutter ist nicht zu Hause). Sie können sich sowohl kalte als auch warme Speisen zubereiten und improvisieren mit vorhandenen Zutaten sowie nach Lust und Laune. Zu ihrem Rezept-Repertoire zählen in erster Linie kleinere Speisen wie Toast oder Eierspeise. Sie können vorbereitete Mahlzeiten fertigkochen und wännen sich teilweise zuständig für die Zubereitung bestimmter Lebensmittel (z. B. Fleisch).

► Hobbyköche: In jeder Gruppe gab es ein bis zwei Lehrlinge, die durchaus Freude und Lust am Kochen bekundeten. Sie haben bereits einiges an Erfahrungswissen gesammelt, haben wenig bis kaum Berührungsängste mit dem Thema und zeigen sich neugierig, auszuprobieren und zu experimentieren. Sie genießen es, für die Familie zu kochen, wählen Rezepte aus Kochbüchern aus und klären vorab die Verfügbarkeit der Zutaten ab.

Kochen: Muss oder Lust

► Kochen als Mittel zum Zweck: Man kocht in erster Linie, um essen zu können bzw. um Geld zu sparen. Lehrlinge assoziieren mit Kochen eher „Arbeit“, weil häufig ein „Muss“ damit verbunden ist. Der Zweck des Kochens ist in erster Linie, das Grundbedürfnis „Hunger“ mit möglichst wenig Aufwand zu stillen: Optimal ist, wenn das Essen schnell verfügbar ist, gut schmeckt und ansprechend angerichtet ist.

► Lust am Kochen: Mit einem positiven Kocherlebnis geht einher, genug Zeit und Muße zum Kochen zu haben: Rezept und Zutaten werden auf die eigenen Vorlieben abgestimmt. Kochen ist außerdem mit Freiwilligkeit verbunden und findet nicht täglich statt. Wichtig ist, etwas ausprobieren zu können. Auch das „Anpatzen“ wird von einigen als lustvoll erwähnt. Insgesamt wird Kochen dann positiv erlebt, wenn Geschmack, Geruch und Optik des gekochten Gerichts stimmen. Auch werden Erfahrungen wie mit dem Vater oder mit Freunden gemeinsam zu kochen als positive Erlebnisse genannt.

Lifestyle: Auspowern, Ausleben und Ausprobieren

Was das Essen und Essverhalten betrifft, so ist den Lehrlingen einiges an Wissen (z. B. Ernährungspyramide) aus der Schulzeit bekannt. Aber das Thema interessiert die Lehrlinge aktiv wenig: In jungen Jahren gehe es darum, sich „auszuleben“ und „auszuprobieren“. Der Bonus der Jugend sei, dass man essen kann, was man will. Ein Vorsorgedanke in punkto Ernährung ist bei den Lehrlingen nicht vorhanden. Eine abwechslungsreiche Ernährung scheint dennoch für manche Lehrlinge gegeben zu sein und hängt davon ab, was die Mutter der Familie anbietet.

Die meisten Lehrlinge geben an, dass Sport für sie sehr wichtig ist und Spaß macht. Fast jeder Teilnehmer betreibt aktiv Sport oder hat zumindest in der Kindheit Sport betrieben. Fußball ist mit Abstand am populärsten, es werden jedoch auch andere Sportarten wie Motocross-Fahren, Fitness Center, Kampfsport, Beachvolleyball, Handball, Leichtathletik u.a.m. genannt.

Die Freizeit verbringen Lehrlinge an den Wochenenden gerne in Diskotheken, auf Festen und Partys sowie bei Konzerten und Sportveranstaltungen. Bei diesen Gelegenheiten kommt es zu einem verstärkten Alkohol- sowie Zigarettenkonsum. Die Funktion des Alkohols sei dabei, locker zu werden und Spaß zu haben. Zwei muslimische Teilnehmer geben an, keinen Alkohol zu trinken. Als Raucher deklarierten sich zumindest 50 % der befragten Jugendlichen, wobei durchschnittlich eine Packung pro Tag geraucht wird; an den Wochenenden sogar mehr. Die meisten geben an, seit der dritten oder vierten Klasse Hauptschule zu rauchen. Vereinzelt werden bereits erste gesundheitliche Beeinträchtigungen wie Atemnot und Herzprobleme mit dem Rauchen in Verbindung gebracht.

Die Jugendlichen nutzen in ihrer Freizeit Medien wie Internet, Fernsehen und Videospiele, aber auch Musikhören ist wichtig. Printmedien spielen bei den Lehrlingen nur eine nachrangige Rolle.

Fazit: Die Jugend genießen

Männliche Lehrlinge wollen ihre Jugend genießen und in dieser Lebensphase möglichst viele Dinge ausprobieren. Auch wenn sie regelmäßig Alkohol konsumieren und ein hoher Raucheranteil unter ihnen ist, so fühlen sie sich im Großen und Ganzen gesund: Sie sind sportbegeistert, haben ein reges Sozialleben und essen, was sie wollen. Während Fitness durchaus interessant für männliche Lehrlinge ist, stellen Themen wie Ernährung, Essen und Kochen lediglich Randthemen für sie dar. Die meisten befassen sich nur dann mit Kochen, wenn sie dazu aufgefordert werden. Basale Fertigkeiten sind laut eigenen Angaben größtenteils vorhanden. Nur einzelne Lehrlinge verweigern das Thema ganz oder kochen sehr gerne. Gedanken zu Vorsorge und Gesundheitsförderung scheinen in diesem Alter insgesamt noch uninteressant zu sein.

Erkenntnisse für die praktische Umsetzung von MESSERscharf

Um männliche Lehrlinge für das Thema Kochen begeistern zu können, muss eine Brücke zwischen „Kochen als Muss“ und „Kochen aus Lust“ gebaut werden. Folgende Faktoren sind bei der Vermittlung des Themas zu beachten: Ziel ist, Berührungspunkte abzubauen, spielerisches Ausprobieren anzuregen sowie schnelle und einfache Erfolgserlebnisse zu

ermöglichen. Wissen soll auf humorvolle Art und Weise vermittelt werden, sodass ein Lernen möglich wird, ohne dass dies an einen Schulalltag erinnert. Ebenfalls wichtig ist der persönliche Kontakt mit der Zielgruppe: Um die Aufmerksamkeit der Lehrlinge zu binden, braucht es anleitende Personen, welche von den Lehrlingen möglichst als „kompetente“ und gleichzeitig „entspannte“ Persönlichkeiten wahrgenommen werden. Auch die Einbindung von Medien wie YouTube oder Facebook kann sinnvoll sein, da diese Internetportale die Lebenswelt von Jugendlichen stark mitprägen.