

Zeit fürs Essen – Deskriptive Auswertung der Zeitbudgeterhebung

Ernährungsgewohnheiten und Esskultur haben sich mit der Wohlstandsentwicklung stark verändert. Nicht mehr das üppige, opulente Mahl wird präferiert, sondern das Edle, Teure und Schlichte. Glaubt man einschlägigen Trendergebnissen von Marktforschern und den Botschaften der Werbung, so geht der Trend hin zum „situativen“ Essen und zum Außer-Haus-Essen. In den USA scheinen sich „Snacking“ und „Grasing“, also die Loslösung von festen Mahlzeiten schon weitgehend durchgesetzt zu haben. Gegessen wird demnach wann immer man Appetit und Gelegenheit hat. Bei der vorherrschenden starken Berufsorientierung von Männern und Frauen und den damit verbundenen Anforderungen an Präsenz sowie Flexibilität und Mobilität scheint dies eine logische Folge zu sein. Aus den gleichen Gründen lässt sich vermuten, dass bei einer großen Mehrheit die Hauptmahlzeit nicht mehr mittags stattfindet, sondern abends. Zum Bild passt des weiteren auch noch die Vermutung, dass gemeinsame Familien-Mahlzeiten im Schwinden begriffen sind. Begründen lässt sich dies nicht nur mit der geringer werdenden Kinderzahl, sondern vor allem mit den Schwierigkeiten, die zahlreichen zeitlichen Verpflichtungen und Termine der Haushaltsmitglieder im Alltag zu koordinieren. Ebenso plausibel erscheint in diesem Zusammenhang die Rede von den „neuen Männern“ und den „neuen Frauen“, die sich emanzipiert und partnerschaftlich auch bei der Alltagsorganisation verhalten. Die Daten der Zeitbudgeterhebung bieten die Möglichkeit, diese Beobachtungen und Vermutungen auf ihren Realitätsgehalt hin zu überprüfen.

Alltäglich werden knapp 10% eines ganzen Tages für Aktivitäten rund um das Essen verwendet. Dabei werden im Durchschnitt pro Person und Tag 80 Minuten für die Essensaufnahme und gut 50 Minuten für die Zu- und Nachbereitung von Mahlzeiten (Beköstigung) aufgebracht. Je nach Geschlecht, Alter und Haushaltstyp gibt es jedoch starke Abweichungen bei der jeweils aufbrachten „Zeit fürs Essen“. Im Hinblick auf das Geschlecht lassen sich im Durchschnitt bei den reinen Essenszeiten nahezu keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen feststellen, aber für die Beköstigung bringen Frauen mit gut 80 Minuten eine Stunde am Tag mehr auf als Männer, die 20 Minuten investieren. Damit bringen Frauen durchschnittlich etwa genausoviel Zeit für die Beköstigung auf wie für das Essen selbst.

Das Alter erweist sich sowohl bei den Zeiten für die Nahrungsaufnahme als auch bei den hauswirtschaftlichen Aktivitäten für die Ernährung als ein wichtiger Einflussfaktor: Nahezu kontinuierlich steigt bei Männern und Frauen sowohl die Dauer für die Nahrungsaufnahme als auch für die Beköstigung mit dem Alter an. So verbringen Personen im Alter bis zu 20 Jahren eine Stunde und 6 Minuten am Tag mit Essen, bei den über 65-Jährigen sind dies eine Stunde und 43 Minuten. Für die Beköstigung bringen die unter 20-Jährigen erheblich weniger und die 21-35-Jährigen etwas weniger Zeit auf als der Durchschnitt, die anderen Altersgruppen haben hingegen überdurchschnittlich hohe Zeitanteile (vgl. Abbildung 1 und 2, S. 203).

*) Dr. Erika Claupein, Bundesforschungsanstalt für Ernährung, Karlsruhe.
Prof. Dr. Ulrich Oltersdorf, Bundesforschungsanstalt für Ernährung, Karlsruhe.
Georg Walker, Bundesforschungsanstalt für Ernährung, Karlsruhe.

Unterschiede zeigen sich nicht nur in der Zeitverwendung, sondern auch die Ess- und Arbeits- Situation ist je nach individueller Lage verschieden.

Abbildung 1
Essen
Zeit – pro Person – nach Alter und Geschlecht

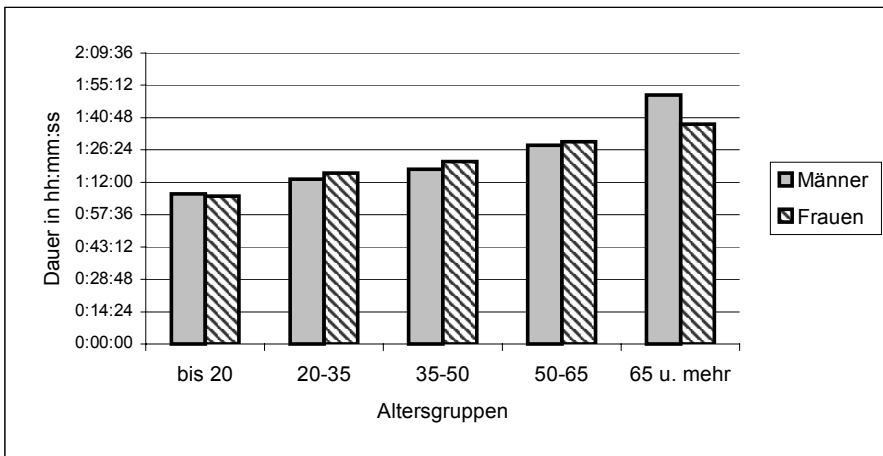
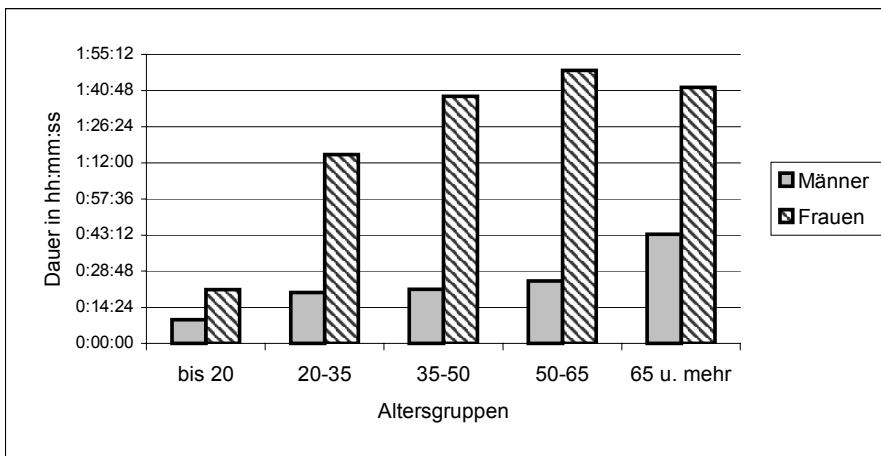


Abbildung 2
Beköstigung
Zeit – pro Person – nach Alter und Geschlecht



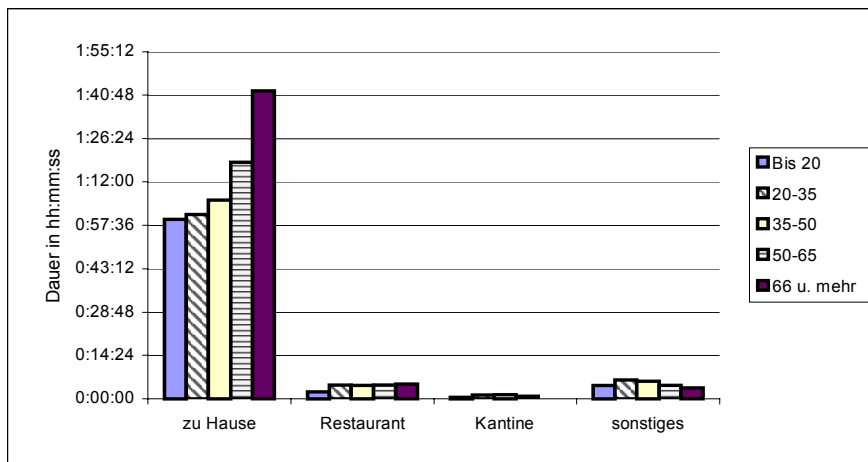
1 Ess-Situationen

Die jeweiligen Ess-Situationen ergeben sich aus verschiedenen Orten der Mahlzeiteinnahme, den jeweils anwesenden Personen und den jeweiligen Zeiten im Tagesablauf.

1.1 Orte der Mahlzeiteinnahme

Die Mahlzeiten werden vorwiegend zu Hause eingenommen, wobei hier die Dauer wiederum mit dem Alter ansteigt. Dieser Anstieg ist bei Mahlzeiten im Restaurant, in der Kantine und bei sonstigen einschlägigen Dienstleistungsbetrieben nicht zu beobachten, bei Letzteren nimmt die Essenszeit pro Person mit dem Alter ab (vgl. Abbildung 3). Zwischen Männern und Frauen lassen sich nur geringfügige Unterschiede feststellen: Tendenziell haben Männer höhere Zeitanteile für das Essen außer Haus als Frauen. Im Durchschnitt essen Männer gut 10 Minuten pro Tag außer Haus, bei Frauen sind dies knapp 8 Minuten.

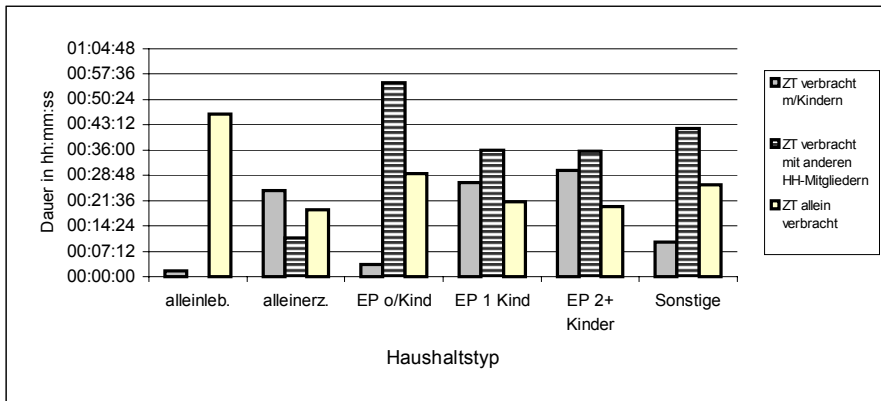
Abbildung 3
Essen
Zeit - pro Person - Männer nach Altersgruppen



1.2 Anwesende Personen

Bis auf die Ausnahme bei den Alleinlebenden wird in allen Haushaltstypen mehr Zeit beim Essen mit anderen Personen zugebracht, als dass alleine gegessen wird. Dem Familienzyklus entsprechend sind die Essenszeiten, die zusammen mit Kindern verbracht werden, bei Ehepaaren mit Kindern und bei Alleinerziehenden höher als bei den übrigen Haushaltstypen. Sie erreichen aber bei den „vollständigen Familien“ nicht das gleiche Niveau in der Zeitdauer wie die Mahlzeiten mit anderen Haushaltsmitgliedern. Wie zu erwarten, verbringen Alleinlebende, aber auch Alleinerziehende insgesamt weniger Zeit beim Essen zusammen mit Haushaltsangehörigen als die übrigen Haushaltstypen. Im Vergleich essen Ehepaare ohne Kinder die längste Zeit zusammen mit erwachsenen Haushaltsmitgliedern (vgl. Abbildung 4, S. 205). Im Durchschnitt essen Frauen länger im Beisein von Kindern als Männer.

Abbildung 4
Essen
Zeit – pro Person – nach Haushaltstyp



1.3 Mahl-Zeiten

Mehrheitlich finden am Tag die drei klassischen Mahlzeiten Frühstück, Mittagessen und Abendessen statt, und sie finden hauptsächlich zu Hause statt. Beim Frühstück gibt es eine größere Streuung bei der Uhrzeit, das Mittagessen hingegen ist relativ streng auf die zwei Stunden zwischen 12 und 14 Uhr konzentriert. Das Abendessen ist wiederum weniger deutlich auf eine bestimmte Zeitspanne fixiert, allerdings streuen die Zeitpunkte weniger als beim Frühstück. In den Nachmittagstunden wird häufiger noch eine kürzere Zwischenmahlzeit eingenommen (vgl. Abbildung 5, S. 206).

Diese Mahlzeitenmuster unterscheiden sich im Hinblick auf das Geschlecht wenig, im Hinblick auf das Alter sind jedoch Unterschiede erkennbar. Mit Ausnahme der über 65-jährigen wird für das Frühstück die wenigste Zeit aufgewendet. Bei Personen unter 50 Jahren steigt der Zeitanteil für das Essen zu Hause im Tagesablauf tendenziell an, so dass abends die längste Zeit beim Essen zugebracht wird. Bei den über 50-jährigen wird hingegen mittags länger gegessen (vgl. Abbildung 6, S. 206).

Auch beim Restaurantbesuch unterscheiden sich die Altersgruppen. Während die über 50-jährigen in den Mittagstunden mehr Zeit im Restaurant verbringen als abends, verhält es sich bei den jüngeren Altersgruppen umgekehrt (vgl. Abbildung 7, S. 207). Kantinen werden von allen Altersgruppen nahezu ausschließlich zum Mittagessen aufgesucht, wohingegen andere Verpflegungseinrichtungen zwar hauptsächlich mittags frequentiert werden, und dies eher von Personen mittleren Alters, aber ansonsten werden sie bis auf wenige Stunden in der Nacht zu jeder Tageszeit aufgesucht (vgl. Abbildung 8, S. 207). Diese sonstigen Verpflegungseinrichtungen scheinen die Orte zu sein, an denen das „situative Essen“ stattfinden könnte. Leider lassen sich diese Orte mit den Daten der Zeitbudgeterhebung nicht näher spezifizieren. Insgesamt ist die Verweildauer in diesen Einrichtungen allerdings recht gering (vgl. Abbildung 5).

Abbildung 5
Zeit zum Essen im Tagesverlauf von Frauen
(n = 16082)

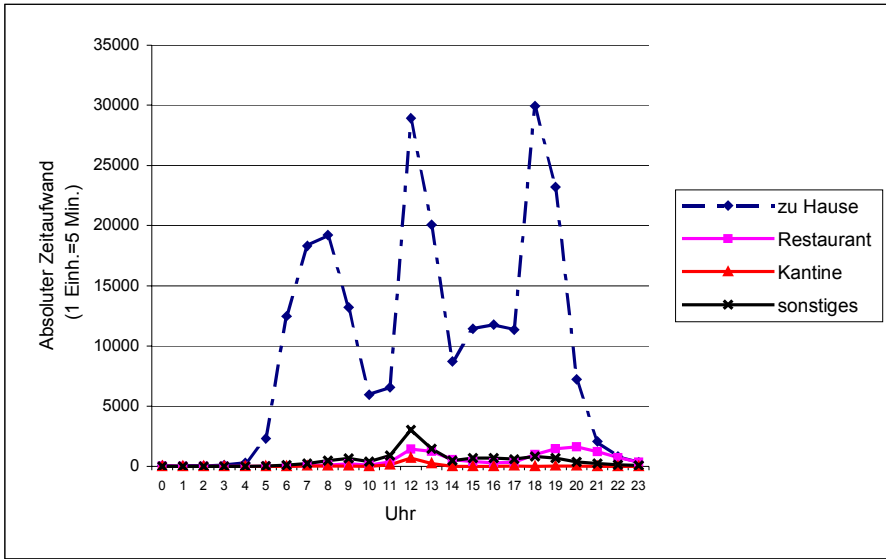


Abbildung 6
Essen zu Hause im Tagesverlauf
Zeitanteile verschiedener Altersgruppen

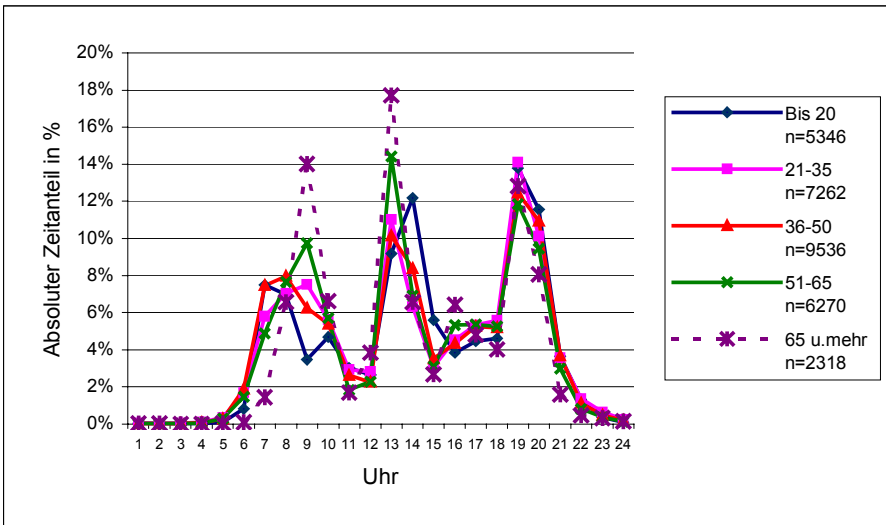


Abbildung 7
Essen im Restaurant im Tagesverlauf
Zeitanteile verschiedener Altersgruppen

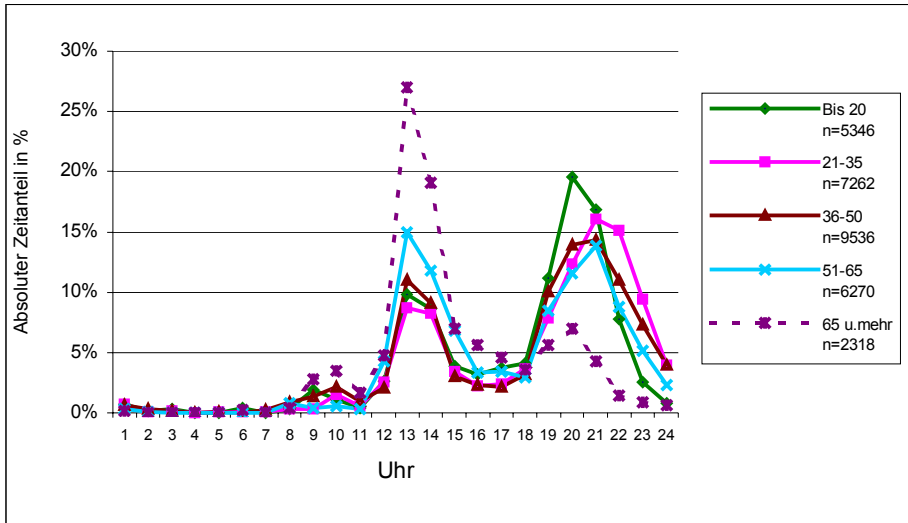
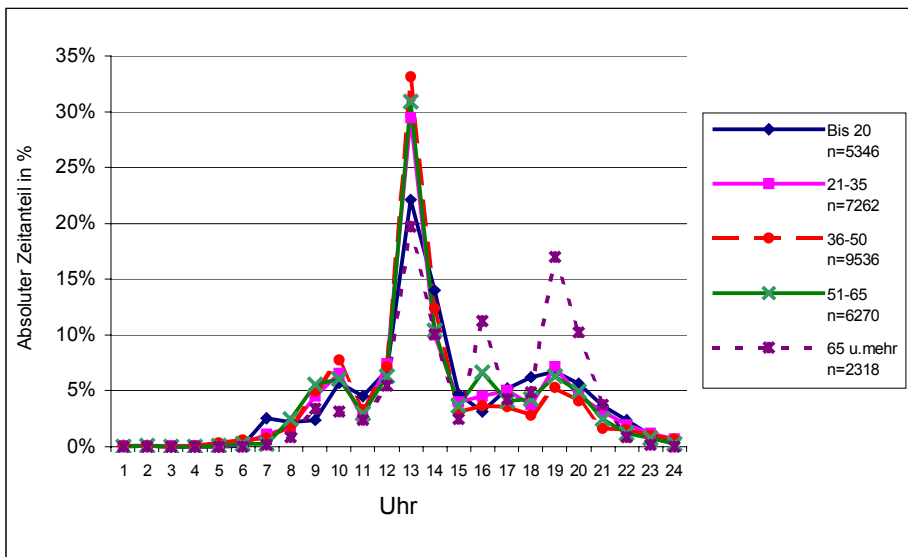


Abbildung 8
Essen an sonstigen Orten im Tagesverlauf
Zeitanteile verschiedener Altersgruppen



1.4 Fazit zum Thema Essen

Die eingangs formulierten Erwartungen der Ernährungsgewohnheiten einer modernen, flexiblen Gesellschaft im Hinblick auf Orte und Zeiten lassen sich bislang nicht bestätigen.

Es lassen sich wenig Anzeichen für *situatives Essen* finden. Die Zeitanteile für Essen außer Haus sind insgesamt mit durchschnittlich etwa 9 Minuten pro Person und Tag gegenüber rund 70 Minuten für Mahlzeiten, die zu Hause eingenommen werden, noch recht gering und die drei Spitzen im Tagesablauf, die für Frühstück, Mittagessen und Abendessen stehen, sind deutlich ausgeprägt.

Die Frage nach dem Zeitraum der *Hauptmahlzeiten* lässt sich nicht eindeutig beantworten. Geht man davon aus, dass die Hauptmahlzeit länger dauert als die anderen Mahlzeiten, so findet sie durchschnittlich bei Männern im Allgemeinen und bei Personen über 35 Jahre eher abends statt. Bei Frauen unterscheiden sich die Zeitanteile für das Essen mittags und abends kaum, so dass hier aus der Zeitverwendung kein Hinweis bezüglich der Hauptmahlzeit abgeleitet werden kann. Bei den jüngeren Altersgruppen (bis 35 Jahre) sind die Zeitanteile in den Abendstunden höher. Hier scheint sich eine Verschiebung der Hauptmahlzeit in den Abend anzudeuten.

Auch die Vermutung, dass *Familienmahlzeiten* seltener werden, lässt sich nicht eindeutig bestätigen. Immerhin finden zwei Drittel aller Mahlzeiten im Beisein anderer Haushaltsangehöriger statt.

Insgesamt sind nach Analyse der Zeitbudgeterhebung in deutschen Haushalten eher die klassischen, traditionellen Mahlzeitenmuster vorherrschend. Bei jüngeren Altersgruppen sind diese Muster jedoch nicht ganz so deutlich vorzufinden als bei älteren Personen. Ob sich hier eine Trendwende andeutet, kann mit dem vorliegenden Datenmaterial nicht beurteilt werden.

2 Arbeits-Situationen (Beköstigung)

Die verschiedenen hauswirtschaftlichen Tätigkeiten für die Ernährung werden auch als „Beköstigung“ bezeichnet. Hierzu lassen sich aus der Zeitbudgeterhebung folgende Aktivitäten eindeutig zuordnen:

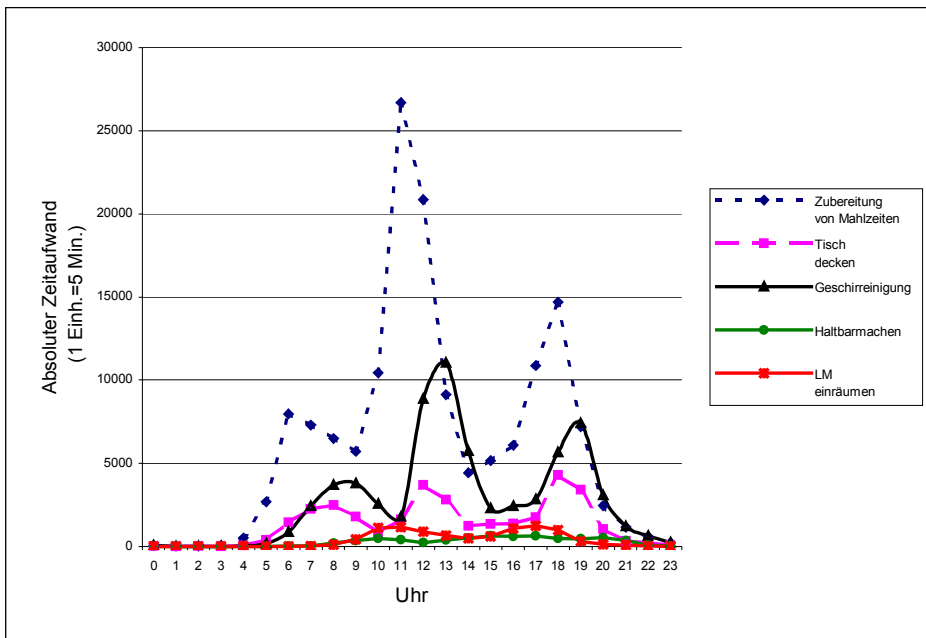
- Zubereitung von Mahlzeiten
- Tisch decken
- Geschirreinigung
- Konservierung von Lebensmitteln
- Lebensmittel einräumen

Das Einkaufen von Lebensmitteln ist nicht getrennt erfasst worden und wird daher hier nicht berücksichtigt.

2.1 Arbeits-Zeiten

Betrachtet man die Verteilung der hauswirtschaftlichen Tätigkeiten für die Ernährung im Tagesverlauf (vgl. Abbildung 9 und Abbildung 10, S. 210) wird zunächst einmal sichtbar, wie sehr diese Zeiteinsetzungen nicht nur bei Frauen sondern auch bei Männern – bei deutlichen Unterschieden in der Zeitdauer – auf die Mahlzeitenstrukturen bezogen sind. Dies bezieht sich vor allem auf die unmittelbar relevanten Tätigkeiten der Vor- und Nachbereitung von Mahlzeiten, das sind die Zubereitung von Mahlzeiten, das Tischdecken und die Geschirreini-gung. Die drei Spitzen zum Frühstück, Mittag- und Abendessen sind hier deutlich erkennbar. Bei den Frauen insgesamt ist der zeitliche Aufwand um die Mittagszeit am höchsten, wobei die Zubereitung von Mahlzeiten die meiste Zeit beansprucht. Mit deutlichem Abstand – und zeitlich leicht versetzt – folgt der Zeitaufwand für das Geschirrspülen. Dieses Muster der Zeitverwendung für die Beköstigung bestärkt die Annahme der mittäglichen Hauptmahlzeit. Der Aufwand für das Tischdecken ist bei allen drei Mahlzeiten etwa gleich hoch (vgl. Abbil-dung 9).

Abbildung 9
Beköstigung im Tagesverlauf
Zeitaufwand von Frauen (n = 16082)



Auch die Männer werden zu allen drei Mahlzeiten aktiv, aber außer bei der Geschirreini-gung, ist abends der Zeitaufwand höher als morgens und mittags. Dieser Unterschied ist aber nicht so groß, wie man ihn bei einer unterstellten Vollzeit-Erwerbstätigkeit vermuten könnte. Obwohl auch die Männer die meiste Zeit für die Zubereitung von Mahlzeiten verwenden, ist der Abstand zu den anderen ernährungsbezogenen Tätigkeiten nicht so groß wie bei den

Frauen. Bei durchschnittlich 20 Minuten pro Mann und Tag ist allerdings auch kein großer Spielraum gegeben.

Die deutlich ausgeprägte Mittagsspitze bei den Aktivitäten im Bereich der Beköstigung ist in doppelter Hinsicht bemerkenswert. Während sie bei den Frauen eher insofern überrascht, als dass die Spitze um die Mittagszeit noch um so vieles höher ist als diejenige am Abend, überrascht bei den Männern eher, dass überhaupt eine deutliche Mittagsspitze erkennbar ist. Insofern ist es von Interesse zu schauen, welche Männer (und Frauen) hauptsächlich dafür verantwortlich sind.

Abbildung 10
Beköstigung im Tagesverlauf
Zeitaufwand von Männern (n = 14650)

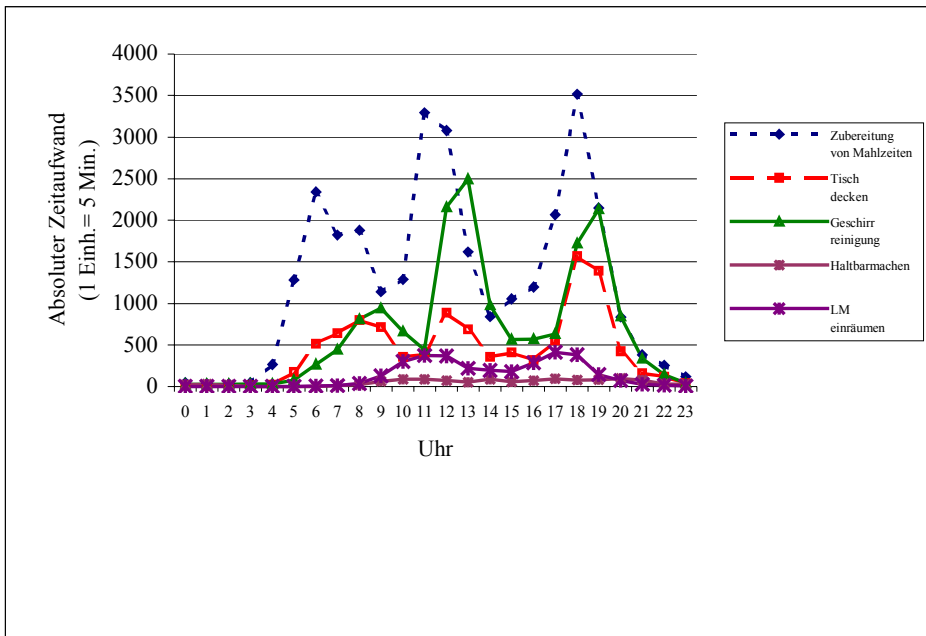


Abbildung 11
Beköstigung
Zeit – pro Person – Frauen nach Altersgruppen

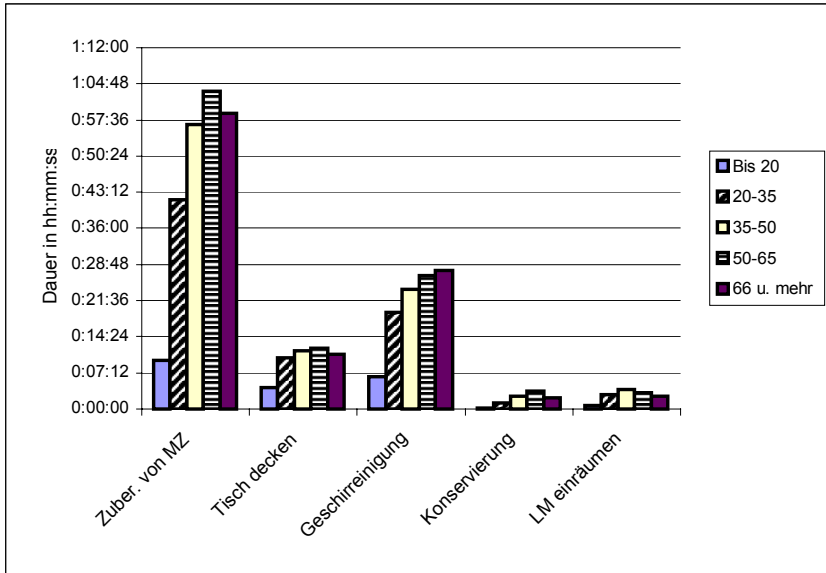
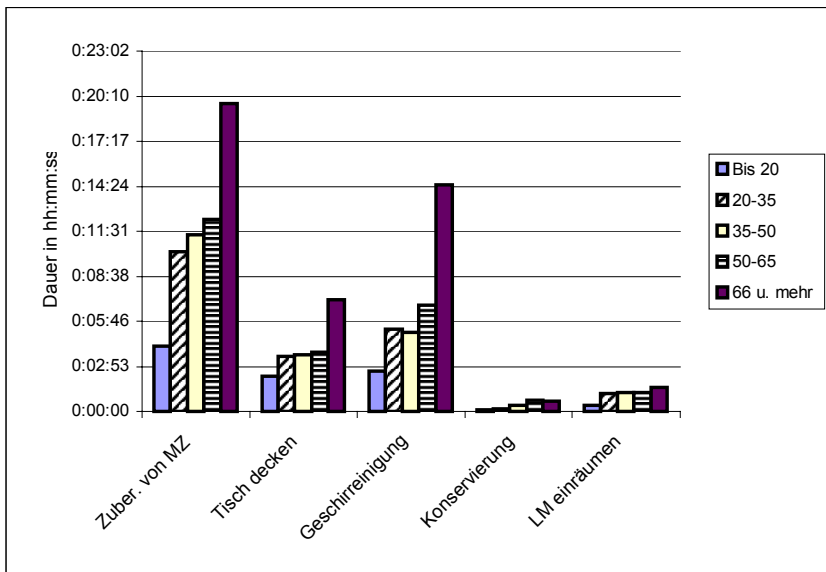


Abbildung 12
Beköstigung
Zeit – pro Person – Männer nach Altersgruppen



Die Abbildungen 11 und 12 zeigen die Zeitanteile von Frauen und Männern pro Person und Tag für die verschiedenen Tätigkeiten im Bereich der Beköstigung. Die Dauer der verschiedenen Tätigkeiten steigt bei Frauen und Männern mit dem Alter an. Bei Frauen über 65 Jahren ist bei der Zubereitung von Mahlzeiten, beim Tischdecken, bei der Konservierung und beim Einräumen von Lebensmitteln ein leichter Rückgang zu verzeichnen, bei Männern ist das Gegenteil der Fall. Hier steigt insbesondere bei der Mahlzeitenbereitung, beim Tischdecken und beim Geschirrspülen der aufgebrauchte Zeitanteil deutlich an.

2.2 Anwesende Haushaltsangehörige

Bei der Arbeit für das Essen sind seltener andere Haushaltsangehörige anwesend als beim Essen selbst. Ansonsten zeigt sich eine ähnliche Situation wie beim Essen. Kinder sind, der Haushaltssituation entsprechend, hauptsächlich bei den Alleinerziehenden und bei Familien mit Kindern zugegen. Ebenfalls der Haushaltssituation entsprechend sind Alleinlebende auch bei der Beköstigung weitgehend alleine. Die Ehepaare ohne Kinder bringen insgesamt die meiste Zeit für die Beköstigung auf, wobei hiervon der größte Zeitanteil allein verbracht wird (vgl. Abbildung 13).

Analysiert man die aufgebrauchte Zeit für die Beköstigung nach Altersgruppen, so zeigt sich, dass hierfür vor allem die älteren Personen verantwortlich sind. Mit dem Alter steigt tendenziell die Zeit für Beköstigung insgesamt und die damit allein verbrachte Zeit an. Die Zeitdauer mit Kindern hingegen ist bei den 20-35-jährigen am höchsten und sinkt dann mit zunehmendem Alter ab. Die Zeit, in der die Beköstigung mit anderen Haushaltsangehörigen verbracht wird, ist im Vergleich dazu weitgehend konstant (vgl. Abbildung 14, S. 213).

Abbildung 13
Beköstigung
Zeit – pro Person – nach Haushaltstyp

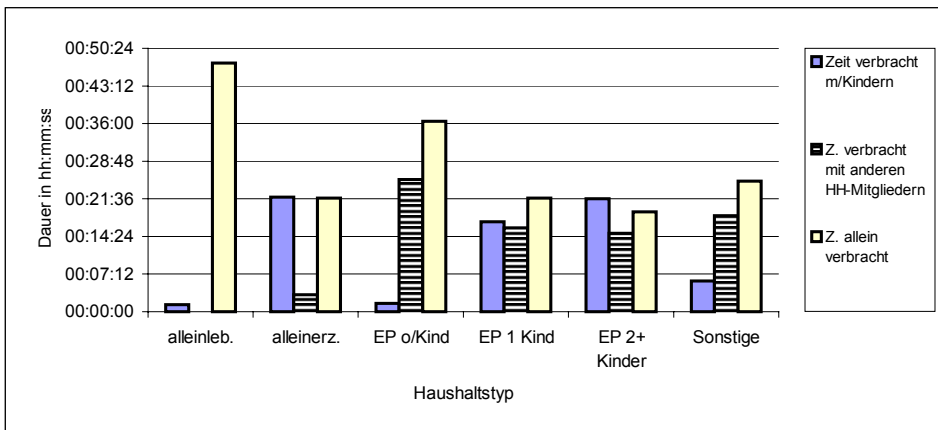
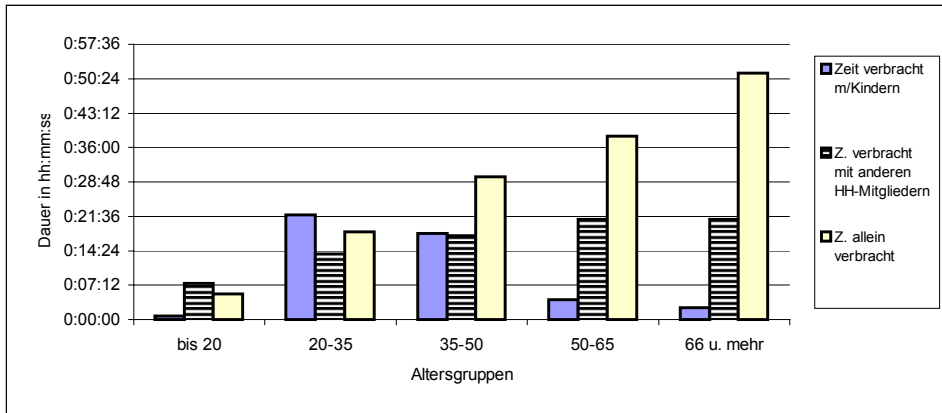


Abbildung 14
Beköstigung
Zeit – pro Person – nach Altersgruppen



2.3 Fazit zum Thema Beköstigung

„Neue Männer“ und „neue Frauen“ halten sich bislang noch bedeckt. Insgesamt lässt sich auch bei der Beköstigung kein grundlegender Wandel in der Zeitverwendung feststellen. Sowohl die traditionelle Rollenverteilung zwischen Männern und Frauen als auch die klassische mittägliche Zeitspitze sind dominant. Interessant erscheint die deutlich höhere Beteiligung von Männern über 65 Jahre. Dieses Phänomen hat jedoch schon Loriot in seinem Film „papa ante portas“ herausgearbeitet und mögliche Konsequenzen aufgezeigt. Eine Bestätigung erfährt diese humoristisch dargestellte Problemlage durch eine soziologische Untersuchung der Situation von „Hausfrauen im Ruhestand“. Sven Dierks¹⁾ stellt darin fest, dass es um so weniger Streit gibt, je weniger sich die Männer nach ihrer Pensionierung im Haushalt einmischen. Offensichtlich ist die Pensionierung nicht der richtige Zeitpunkt für den Einstieg ins Haushaltsmanagement.

Die gemachten Aussagen beziehen sich auf eine Erhebung, die 1991/92 stattgefunden hat. Inzwischen kann sich viel oder wenig verändert haben. Die geplante EU-weite Zeitbudgeterhebung kann Aufschluss darüber geben. Sie lässt darüber hinaus erstmals Ländervergleiche zu. Wünschenswert wäre eine Etablierung einer regelmäßig stattfindenden Zeitbudgeterhebung, die auch Längsschnittvergleiche ermöglichen würde. Zusätzliche Panels könnten qualitative Aspekte aufgreifen und die Analysen dadurch ungemein bereichern.

1) Dierks, Sven: Hausfrauen im Ruhestand !? Identitätsprobleme in biographischen Lebensphasen, Hamburg 1997.