

**Julia Meyer**

# **Ernährung am Arbeitsplatz**

**Eine empirische Untersuchung zum  
Ernährungsverhalten Berufstätiger  
in einem Versicherungsunternehmen**

**Verlag M. Wehle . Witterschlick/Bonn**

## **Inhalt**

### Vorwort

<b>I. Einleitung.</b> . . . . .	<b>11</b>
1. Problemstellung. . . . .	11
2. Zielsetzung und Vorgehensweise. . . . .	12
<b>II. Das Ernährungsverhalten.</b> . . . . .	<b>15</b>
1. Begriffserläuterungen. . . . .	15
2. Modelle zur Erklärung des Ernährungsverhaltens. . . . .	16
3. Einflußfaktoren auf das Ernährungsverhalten. . . . .	20
3.1 Kulturell-gesellschaftliche Einflüsse. . . . .	20
3.2 Familial-soziale Einflüsse. . . . .	21
3.3 Einflüsse durch die eigene Persönlichkeit. . . . .	23
3.4 Bezugsgruppen- und äußere Einflüsse. . . . .	23
4. Allgemeine Eßtypologien. . . . .	24
<b>III. Die Betriebsverpflegung.</b> . . . . .	<b>29</b>
1. Allgemeine Definitionen. . . . .	29
2. Bedeutung der Gemeinschaftsverpflegung im haushaltsökonomischen Kontext . . .	31
3. Ursachen und Geschichte der Betriebsverpflegung. . . . .	33
3.1 Geschichte der Betriebsverpflegung. . . . .	34
3.2 Ursachen der Betriebsverpflegung. . . . .	36
3.2.1 Trennung von Arbeitsplatz und Wohnort. . . . .	36
3.2.2 Verkürzte Arbeitspausen. . . . .	36
3.2.3 Alkoholkonsum und Wandel der Anforderungen an die Arbeit .	37

3.2.4	Berufstätigkeit der Frau . . . . .	37
3.2.5	Singles . . . . .	38
3.2.6	Preisgünstiges Verpflegungsangebot . . . . .	38
3.2.7	Technischer Fortschritt im Betriebsverpflegungssystem. . . . .	39
3.2.8	Bewußtsein der heutigen Zeit . . . . .	39
4.	Ernährungsformen am Arbeitsplatz . . . . .	40
5.	Verantwortung und Probleme der Betriebsverpflegung. . . . .	42
5.1	Verantwortung der Betriebsverpflegung . . . . .	43
5.2	Problembereiche der Betriebsverpflegung. . . . .	44
6.	Trends in der GV. . . . .	45
<b>IV.</b>	<b>Empirische Ergebnisse. . . . .</b>	<b>51</b>
1.	Methodik und Aufbau der Studie . . . . .	51
1.1	Untersuchungsmethodik . . . . .	51
1.2	Aufbau der Studie. . . . .	52
2.	Ergebnisse. . . . .	55
2.1	Sozio-demographische Merkmale. . . . .	55
2.2	Ernährungsinteresse und Verständnis von gesunder Ernährung. . . . .	61
2.2.1	Ernährungsinteresse. . . . .	62
2.2.2	Ernährungsverständnis. . . . .	65
2.3	Ernährungsgewohnheiten bei der Mahlzeitenaufnahme. . . . .	69
2.3.1	Die Mahlzeitengestaltung. . . . .	70
2.3.1.1	Regelmäßigkeit . . . . .	70
2.3.1.2	Die Mahlzeitenfrequenz . . . . .	74
2.3.2	Die warme Hauptmahlzeit . . . . .	78
2.3.2.1	Zeitpunkt der warmen Hauptmahlzeit. . . . .	78
2.3.2.2	Hauptgründe für die Wahl des Zeitpunktes der warmen Hauptmahlzeit. . . . .	83

2.3.3	Mahlzeiten während des Arbeitstages. . . . .	85
2.3.3.1	Das Frühstück . . . . .	85
2.3.3.2	Das Mittagessen. . . . .	89
2.3.3.3	Der kleine Hunger zwischendurch. . . . .	94
2.4	Die Betriebsverpflegung. . . . .	96
2.4.1	Die Teilnahme an der Betriebsverpflegung. . . . .	97
2.4.2	Gründe gegen die Nutzung des Betriebsrestaurants. . . . .	100
2.4.3	Zufriedenheit mit dem Speisenangebot . . . . .	101
2.5	Mehrzahlungsbereitschaft für höhere Qualität . . . . .	104
2.5.1	Deutsche Produkte. . . . .	104
2.5.2	Produkte aus kontrolliert biologischem Anbau. . . . .	106
2.6	Beurteilung der angebotenen Portionsgröße und Einschätzung der körperlichen Tätigkeit . . . . .	108
3.	Zusammenfassung. . . . .	110

**V. Schlußwort - Sechs Punkte zur Verwirklichung einer gesunden Ernährung am Arbeitsplatz. . . . . 113**

Bibliographie. . . . .	117
Tabellenverzeichnis. . . . .	123
Abbildungsverzeichnis. . . . .	125
Stichwortregister. . . . .	126