

Entwicklung und Validierung eines Fragebogens zur schnellen Erfassung der Ernährungskompetenz

Die Stärkung der Ernährungskompetenz oder „Food Literacy“ wird zunehmend als Ziel von ernährungsba-
sierten Public Health-Massnahmen genannt. Als Konzept ist die Ernährungskompetenz jedoch wenig wis-
senschaftlich dokumentiert.

Ziele dieser Arbeit waren (i) eine Literaturübersicht über mögliche Definitionen und Elemente der Ernäh-
rungskompetenz zu erstellen; (ii) eine Expertenbefragung durchzuführen, um Präferenzen für die Begriffe
„Kompetenz“ oder „Literacy“ im Ernährungskontext zu eruieren, sowie deren wichtigste Elemente zu iden-
tifizieren und (iii) ein Erhebungstool zur Erfassung von Ernährungskompetenz zu entwickeln, zu testen
und zu validieren.

Für die Literaturübersicht wurden Datenbanken mit Suchbegriffen wie Ernährung, Kompetenz und Literacy
gesucht, und Publikationen gewählt, welche entweder Definitionen oder Erhebungsinstrumente für Ernäh-
rungskompetenz und/oder „Food / Nutrition Literacy“ enthielten. Für die Expertenbefragung wurde eine
real-time Delphi-Befragung durchgeführt (mit Surveylet-Software der Firma Calibrium). Diese Methode soll
eine Konsensbildung unterstützen. Für die Entwicklung eines Fragebogens zur schnellen Erfassung der
Ernährungskompetenz wurde die Internet-basierte SurveyMonkey (Version Gold) verwendet.

Die Literaturübersicht ergab, dass keine einheitliche Definition und Verwendung der Begriffe Ernährungs-
kompetenz und/oder -Literacy vorliegt. Inhaltlich können vier Definitionsgruppen gebildet werden, jene die
auf „Health Literacy“ Modelle basieren (mit Fokus auf Zugang, Verarbeitung und Verständnis von Ernäh-
rungsinformationen), Ernährungswissen-basierte Modelle, Modelle mit Fokus auf Anwendung des Wis-
sens und dessen Einfluss auf Einstellungen / Essverhalten sowie Modelle mit Schwerpunkt auf praktische
Fertigkeiten, welche den Ernährungsalltag beeinflussen können. Die Literaturübersicht lieferte zudem
mögliche Indikatoren für die Erhebung einzelner Aspekte der Ernährungskompetenz. Diese wurden in 25
inhaltlich ähnliche Item-Gruppen eingeteilt, die zur Messung der Ernährungskompetenz herangezogen
werden könnten.

Die Expertenbefragung (mit 34 Experten, aus dem Deutschschweizer Raum), zeigte eine leichte Präfe-
renz für den Begriff „Ernährungskompetenz“. Von der Liste von 25 Items wurden die folgenden bevorzugt:
„Nährwertangaben (pro 100 g) verstehen“, „geeignete Produkte im Rahmen des Haushaltbudgets aus-
wählen können“, „Grundlagen der Lebensmittelzubereitung anwenden können“, „die Rolle des Lebensmit-
tels im Kontext einer Mahlzeit oder Tageszufuhr einschätzen können“, „Mögliche Konsequenzen einer
ungeeigneten Nährstoffzufuhr auf die Gesundheit kennen“. Ernährungskompetenz wäre demzufolge eine
Kombination aus kognitiven und praktischen Fertigkeiten.

Anhand der Erkenntnisse aus der Literaturübersicht und der Expertenbefragung wurde ein konzeptueller
Rahmen für Ernährungskompetenz entwickelt und Hypothesen für die einzelnen Dimensionen formuliert.
Eine erste Version eines online Fragebogens wurde mit 73 jungen Erwachsenen getestet (meistens Stu-
dierenden). Die ersten Schlussfolgerungen daraus sind, dass einige Items für die Messung einzelner Di-
mensionen der Ernährungskompetenz geeignet sind, Optimierungen des Fragebogens sind aber nötig.
Die überarbeitete Version soll in einer nächsten Phase bei einer heterogeneren Gruppe getestet werden,
um die Validität des Fragebogens zu überprüfen.