



BACHELORARBEIT

Herr
Dominik Polak

**Ursachenanalyse und
Lösungsversuch der
steigenden Übergewichtigkeit
von Kindern im Zusammenhang
mit aktuellen Medien**

2017

BACHELORARBEIT

Ursachenanalyse und Lösungsversuch der steigenden Übergewichtigkeit von Kindern im Zusammenhang mit aktuellen Medien

Autor:
Herr Dominik Polak

Studiengang:
Angewandte Medien

Seminargruppe:
AM14wS1-B

Erstprüfer:
Prof. Dr. sc. med. Thomas Müller

Zweitprüfer:
Prof. Dr. med. Roland Cyffka

Einreichung:
Mittweida, 05.06.2017

BACHELOR THESIS

**Cause analysis and approach
on the impact of media
concerning increasing obesity
among children**

author:
Mr. Dominik Polak

course of studies:
Angewandte Medien

seminar group:
AM14wS1-B

first examiner:
Prof. Dr. sc. med. Thomas Müller

second examiner:
Prof. Dr. med. Roland Cyffka

submission:
Mittweida, 05.06.2017

Bibliografische Angaben:

Polak, Dominik:

Ursachenanalyse und Lösungsversuch der steigenden Übergewichtigkeit von Kindern im Zusammenhang mit aktuellen Medien

Cause analysis and approach on the impact of media concerning increasing obesity among children

2017 - 71 Seiten

Mittweida, Hochschule Mittweida (FH), University of Applied Sciences,

Fakultät Medien, Bachelorarbeit, 2017

Abstract

Die vorliegende Bachelorarbeit zeigt die Zusammenhänge von Adipositas und dem Gebrauch von Medien bei Kindern und Jugendlichen auf. Hierzu wurde zunächst Adipositas genauer definiert und eine Aufzählung von möglichen Gründen für Adipositas gegeben. Anschließend wurde das mediale Thema näher erörtert. Dort wurde eine Rangfolge der beliebtesten Medien unter Kindern aufgestellt. Danach wurden die einzelnen Medien genauer beschrieben und die Art der Einflussnahme auf Kinder untersucht. Im Anschluss daran wurden beide Themengebiete zusammengeführt und ein Zusammenhang zwischen Adipositas und dem medialen Konsum analysiert. Des Weiteren wurden Verbesserungsbeispiele, anhand von bestehenden Medienkampagnen, für die aktuelle Medienwelt erarbeitet und ein Ausblick in die Zukunft gegeben.

Inhaltsverzeichnis

Abstract	V
Abbildungsverzeichnis	VIII
Tabellenverzeichnis	X
1 Die Zusammenhänge der Nutzung von Medien durch Kinder und Jugendlichen und der steigenden Übergewichtigkeit in der heutigen Zeit	1
2 Adipositas	4
2.1 Definition und Klassifikation von Adipositas.....	4
2.2 Entwicklung in Deutschland.....	7
2.3 Ursachenanalyse der Adipositasentwicklung.....	11
3 Medien	20
3.1 Definition.....	20
3.2 Herausarbeitung der wichtigsten Medien im Bezug auf deren Einfluss.....	22
3.2.1 Fernsehen.....	23
3.2.2 Internet.....	26
3.2.3 Spielekonsolen.....	30
4 Medieneinfluss auf adipöse Kinder und Jugendliche	34
4.1 Medien als Grund für Übergewichtigkeit.....	34
4.2 Zukünftige Möglichkeiten für Medien zur Vorbeugung von Adipositas bei Kindern und Jugendlichen.....	39
4.3 Verbesserungsbeispiele für die aktuelle Medienwelt.....	45
5 Fazit	50
Literaturverzeichnis	XI
Anlagen	XIV

Eigenständigkeitserklärung.....XVIII

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Perzentil für den BMI bei Jungen von 0-18 Jahren	
http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=210	5
Abbildung 2: Perzentil für den BMI bei Mädchen von 0-18 Jahren	
http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=210	5
Abbildung 3: Adipositas-Entwicklung bei Männern von 1998-2012	
https://de.statista.com/statistik/daten/studie/233449/umfrage/entwicklung-von-uebergewicht-und-adipositas-in-deutschland-bei-maennern/	8
Abbildung 4: Adipositas-Entwicklung bei Frauen von 1998-2012	
https://de.statista.com/statistik/daten/studie/233461/umfrage/entwicklung-von-uebergewicht-und-adipositas-in-deutschland-unter-frauen/	8
Abbildung 5: Adipositas-Statistik international	
https://de.statista.com/statistik/daten/studie/153915/umfrage/uebergewicht-und-fettleibigkeit-bei-kindern-seit-2005/	10
Abbildung 6: Adipositas im Zusammenhang mit sozialem Status	
http://niki-projekt.de/volkskrankheiten/adipositas/	11
Abbildung 7: Gründe für Adipositas	
http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=320	13
Abbildung 8: Mediennutzung in Deutschland von 14-29 Jahren	
https://de.statista.com/infografik/3792/mediennutzungsdauer-2015/	22
Abbildung 9: Haushalte in Deutschland mit Computer	
https://de.statista.com/statistik/daten/studie/3802/umfrage/ausstattung-der-haushalte-mit-einem-computer/	27

Abbildung 10: Häufigkeit des Surfens

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/11111/umfrage/haeufigkeit-der-internetnutzung-durch-deutsche-kinder/>.....28

Abbildung 11: Verkaufszahlen Spielekonsolen

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/517912/umfrage/absatz-von-spielkonsolen-in-deutschland-nach-plattform/>.....32

Abbildung 12: Veränderung von Übergewicht in den letzten 10 Jahren

<http://medienbewusst.de/wp-content/uploads/2012/08/Anzahl-Kinder-%C3%9Cbergewicht.jpg>.....34

Abbildung 13: Exergames

<https://www.exergamefitness.com/>.....48

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Gewichtseinteilung.....	5
------------------------------------	---

1 Die Zusammenhänge der Nutzung von Medien durch Kinder und Jugendliche und der steigenden Übergewichtigkeit in der heutigen Zeit

In den letzten Jahren kann man immer wieder Berichte über die zunehmende Übergewichtigkeit von Kindern und Jugendlichen lesen. In den meisten Berichten davon, werden diese inzwischen sogar als Risikogruppe dargestellt. Denn die Heranwachsenden nehmen weltweit immer weiter zu und die Begrünungen dazu sind sehr vielseitig. Zum einen Bewegungsmangel, zu fettes Essen, zu viele Süßigkeiten, zu viel Zeit vor dem Computer etc werden in Bezug auf Adipositas genannt. Ob das Szenario nur übertrieben dargestellt wurde oder es inzwischen wirklich Realität ist, lässt sich gegenwärtig wissenschaftlich noch nicht klar entscheiden. Auffällig ist jedoch die Präsenz des Themas in internationalen Medien und nicht nur in Deutschland.¹

Dieser Trend lässt sich aber auch genauer in Deutschland erkennen.

Denn hier „nimmt die Zahl der Kinder und Jugendlichen mit Adipositas zu. In mehreren Regionen Deutschlands ist aktuell ein deutlicher und anhaltender Anstieg der Prävalenz der Adipositas zu verzeichnen. Sie beträgt bezogen auf neue deutsche Referenzwerte, bei einem Erwartungswert von 3%, in manchen Regionen Deutschlands bei Fünf- bis Sechsjährigen bis zu 7% und bei 13- bis 15 Jährigen bis zu 8%. Die Ursachen für diese Entwicklung sind nicht eindeutig zu klären. Es ist jedoch anzunehmen, dass die Zunahme der körperlichen Inaktivität sowie das Überangebot an energiedichten Nahrungsmitteln entscheidend hierzu beitragen.“²

Laut dieser Statistik lässt sich ein klarer Anstieg der Übergewichtigkeit bei Kindern und Jugendlichen erkennen. Jedoch ist der Grund nicht richtig bekannt, beziehungsweise ist man sich in der Forschung unsicher über die Begründung für diesen Anstieg. Dennoch ist bei vielen Begründungen der Bewegungsmangel der heutigen Jugend ein Aspekt. Auch der Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte nennt als Grund für die Überschreitung des Normalgewichts den Bewegungsmangel. Der Verband meint aber

1 Vgl. Naul, Roland, https://www.researchgate.net/profile/Roland_Naul/publication/237828575_NUTRITIONAL_BEHAVIOUR_MEDIA_CONSUMPTION_AND_PHYSICAL_INACTIVITY_IN_A/links/00463528e1025740b4000000.pdf, Zugriff am 01.04.2017, 26

2 Wabitsch, <https://www.stadt-koeln.de/mediaasset/content/pdf57/43.pdf#page=36>, Zugriff am 01.04.2017, 35

auch, dass Bewegungsmangel nicht allein Ursache für diesen rasanten Anstieg ist. Hier spielen unterschiedliche Einflussfaktoren mit hinein. Diese könnten beispielsweise mediale Nutzung, Ernährung, Medikamente und dergleichen sein.³

Allerdings lässt sich der Bewegungsmangel auch schon auf kleinen regionalen Ebenen erkennen, so lässt beispielsweise die Lust von Kindern und Heranwachsenden auf Sport, auch auf Vereinsebene nach. Dies kann man auch zunehmend an kleinen Sportvereinen sehen, ganz gleich auf welche Sportart diese spezialisiert sind. Sie haben zunehmend Probleme Nachwuchsmannschaften aufrecht zu erhalten, aufgrund des Mangels an Kindern.

Adipositas steht längst nicht nur im Fokus der Forschung und wird in Studien behandelt, sondern auch bekannte Nachrichtenblätter haben sich dem Thema bereits angenommen. Hierzu zählen unter anderem die Welt, der Stern und N24 auf deutscher Seite, aber auch ausländische Medien, wie die Vogue behandeln dieses Thema bereits. Man hat auch hier das gravierende Wachstum der Adipositas-Zahlen bemerkt und versucht nun, die Öffentlichkeit darauf aufmerksam zu machen.

Bei den Zeitungen allerdings wird meist der erste Blick auf die Ernährung der Kinder gelegt. Hinterlegt wird dies meist mit Geschichten von Kindern mit Adipositas und deren Schwierigkeiten im Alltag mit Mobbing. Dennoch sind auch hier bereits fundierte und gut hinterlegte Statistiken und Berichte vorhanden, wie ein Beispiel der Süddeutschen Zeitung aufzeigt. Der Bericht stützt sich auf Wissenschaftler des Sportinstituts aus Karlsruhe und zudem noch auf verschiedene Langzeitstudien, die zwischen 2003 und 2006 sowie 2009 und 2012 mit mehr als 5000 Kindern durchgeführt wurden.⁴

Laut dem zitierten Wissenschaftler des Sportinstituts gibt es auch hier verschiedene Gründe für den Bewegungsmangel. Zum einen sind dies die zunehmenden Inaktivitätszeiten der Kinder gerade in Schulen. Zum anderen spielen auch schlecht in Sport ausgebildete Grundschullehrer eine relevante Rolle in der Begründung Wolls.⁵

Trotzdem spielt auch Woll auf die steigende Präsenz der Kinder in der Medienwelt an. Laut dem Wissenschaftler sind 60% der Jungen und 50% der Mädchen im Kindes- und

3 Kinderärzte im Netz, <https://www.kinderaerzte-im-netz.de/krankheiten/uebergewicht-fettsuchtadipositas/was-ist-uebergewicht/>, Zugriff am 10.04.2017, o.S.

4 Die Süddeutsche Zeitung, <http://www.sueddeutsche.de/news/leben/familie-kinder-in-deutschland-sind-zu-traege-dpa.urn-newsml-dpa-com-20090101-170322-99-760321>, Zugriff am 10.04.2017, o.S.

5 Ebd, Zugriff am 10.04.2017, o.S.

Jugendalter täglich circa drei oder mehr Stunden vor Bildschirmen, wie Fernseher oder Computer.⁶

Auch wenn die Begründungen der Forscher im Gebiet Adipositas sehr auseinander gehen, wird dennoch bei einigen als zusammenhängender Faktor die steigende Medienpräsenz bei Heranwachsenden genannt. Nun stellt sich die Frage inwiefern das Nutzungsverhalten von den neuen Medien und Adipositas einhergeht. In welchem Ausmaß gerade auch Werbung Kinder und Heranwachsende anspricht und sich auf deren Adipositas-Leiden auswirkt. Des Weiteren in welchem Ausmaß Spielekonsolen wie PS4 und Xbox aber auch Wii auf Kinder und Jugendliche wirken. Zudem kommen Fragen nach Verbesserungsvorschlägen auf, wie man beispielsweise Medien und Werbung auf die Vorbeugung von Adipositas aufbauen kann.

Grundlage dieser Arbeit wird sein, die Zusammenhänge zwischen medialer Nutzung und Adipositas bei Kindern näher aufzuarbeiten. Zunächst wird auf generelle Gründe für Adipositas eingegangen und zudem eine Definition des Begriffs geliefert. Des Weiteren werden anschließend genauer die Medien Fernsehen, Internet und Spielekonsolen angesprochen. Abschließend werden Medien und Adipositas zusammengeführt und inwiefern diese hinsichtlich Adipositas zusammenwirken zudem werden anschließenden Verbesserungsbeispiele gegeben. Das Fazit wird anschließend auf die Forschungsfrage nochmals genauer eingehen und diese beantworten.

6 Die Süddeutsche Zeitung, <http://www.sueddeutsche.de/news/leben/familie-kinder-in-deutschland-sind-zu-traege-dpa.urn-newsml-dpa-com-20090101-170322-99-760321>, Zugriff am 10.04.2017, o.S.

2 Adipositas

Im folgenden Kapitel wird nun zunächst auf Adipositas generell eingegangen. Hierzu wird anfangs eine Definition von Adipositas aufgezeigt. Hinzu kommen danach Statistiken zu den aktuellen Adipositas-Zahlen in Deutschland und anschließend folgt eine Aufzählung möglicher Gründen für Adipositas, gerade im Kindes- und Jugendalter.

2.1 Definition und Klassifikation von Adipositas

Allgemein muss beim Begriff Adipositas und Übergewicht aufgepasst werden, denn die Begriffe sind keine Synonyme wie anfangs angenommen. Denn „der Begriff Übergewicht [...] wird häufig verwendet, wenn ein Individuum 'schwerer' als ein anderes ist.“⁷ Generell kann also gesagt werden, dass Übergewicht besteht, wenn das Körpergewicht zu groß ist, so Wagner. Wagner spricht zudem von einem gewissen Grenzwert im Body Mass Index, der nicht überschritten werden darf um weiterhin 'nur' als übergewichtig zu zählen. Dieser Wert beläuft sich auf 25-29,9 kg/m². Allgemein gesagt, können durch den BMI alle bestimmten Formen des Übergewichts und der Adipositas bestimmt werden.⁸

Eine Adipositas-Erkrankung liegt erst dann vor, wenn „der Körperfettanteil an der Gesamtkörpermasse für das Alter und Geschlecht pathologisch erhöht ist“.⁹ Man spricht also erst von Adipositas, wenn der Grenzwert des Übergewichts überschritten wird, somit ab einem Wert von 30 kg/m². Hier wird nun zudem „von einer chronischen Krankheit mit hohem Morbiditäts- und Mortalitätsrisiko gesprochen. Adipositas bedeutet Fettleibigkeit, was sich auf eine Störung des Stoffwechsels oder eine Vermehrung des Fettgewebes bezieht.“¹⁰

Der BMI, oder auch Body Mass Index, wird bei Erwachsenen klar aufgeteilt. Somit kann auch eine klare Abgrenzung von Übergewicht und Adipositas getroffen werden. Die Aufteilung hierbei ist wie folgt:

7 Wagner, Timo 2013, 4

8 Vgl. Ebd, 4

9 Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>, Zugriff am 11.04.2017, o.S.

10 Wagner, Timo 2013, 4

Einteilung der Gewichtsklassen	BMI (kg/m ²)
Untergewicht	<18,5
Normalgewicht	18,5-24,9
Präadipositas (Übergewicht)	25-29,9
Adipositas I	30-34,9
Adipositas II	35-39,9
Adipositas III	>40

Tabelle 1: eigene Darstellung (nach Timo Wagner¹¹)

In der Darstellung lassen sich die Grenzwerte von Normalgewicht zu Übergewicht und von Übergewicht zu den einzelnen Adipositas-Aufspaltungen klar erkennen. Diese Darstellung gilt zunächst für Erwachsene, da diese bereits voll Entwickelt sind.

Bei Kindern und Heranwachsenden jedoch geht dies nicht so einfach. Hier müssen zudem noch andere Abgrenzungen getroffen werden, um den BMI bestimmen zu können.

Durch die Tatsache, dass der BMI bei Kindern anderen Auswirkungen unterliegt, wie beispielsweise Alter und Geschlecht, muss nach diesen beiden Kriterien unterschieden werden. Dies liegt an den unterschiedlichen Entwicklungsphasen zwischen Jungen und Mädchen. Hierzu dienen so genannte Normtabellen, die bei der Bestimmung des BMI von Vorteil sind. Solche Tabellen sind geschlechtsspezifisch aufgeteilt und dienen der ungefähren Einschätzung wann ein Kind Übergewichtig ist. Da das Wachstum der Kinder unterschiedlich sein kann, kann nur eine ungefähre Perzentile bestimmt werden, nach welcher man nun entscheiden kann, ob das Kind adipös ist.

Um mittels einer solchen Tabelle eine Einschätzung treffen zu können, muss zunächst der BMI des Kindes berechnet werden. Hierzu gibt es eine klare Formel:

$$\text{BMI} = \text{Gewicht in kg} / (\text{Größe in m})^2$$

Anschließend kann nun mittels des Alters des Kindes und des BMIs die Perzentile berechnet werden, auf welcher sich das Kind befindet.

11 Wagner, Timo 2013, 4f

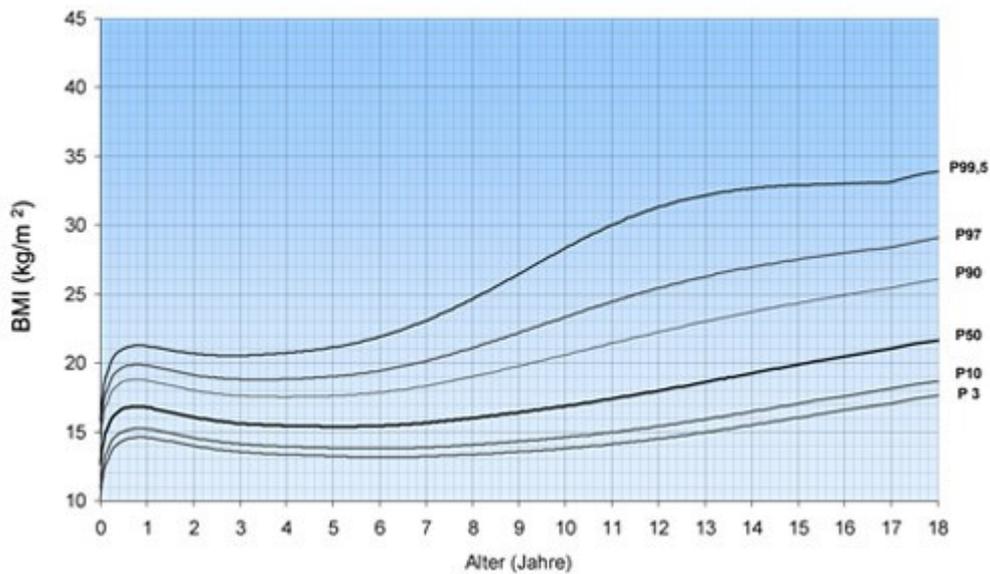


Abbildung 1: Perzentil für den BMI bei Jungen von 0-18 Jahren

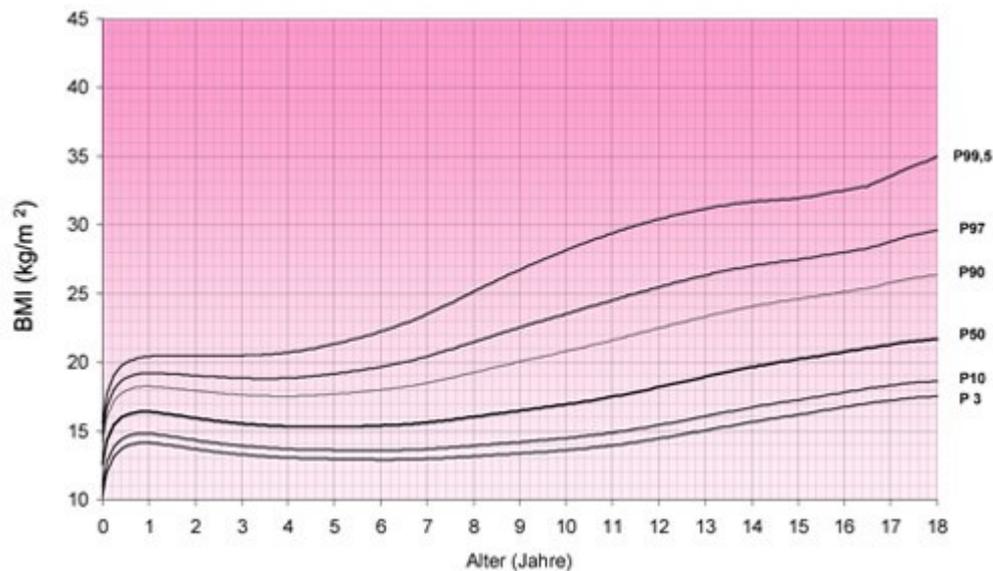


Abbildung 2: Perzentil für den BMI bei Mädchen von 0-18 Jahren

Laut der Adipositas-Gesellschaft, welche diese Grafiken auch angefertigt hat, gibt es in Deutschland eine definierte Perzentil-Einteilung, um im Kindesalter bereits Übergewicht und Adipositas zu erkennen.

Die Grenzen sind wie folgt definiert, von einem Übergewicht spricht man, wenn eine Person sich zwischen der Perzentile 90-97 befindet. Somit sollte man sich zunächst auf die 90. Perzentile konzentrieren, wenn man sein Kind auf Übergewicht testen möchte. Von Adipositas spricht man, wenn die Perzentile seines Kindes zwischen 97

und 99,5 liegt. Abschließend spricht man von extremen Adipositas beim Überschreiten des Wertes von 99,5.¹²

Wie man bereits erkennen konnte bestehen innerhalb von Adipositas weitere Einteilungen. Diese Einteilungen werden Grade genannt und stehen für das Risiko von Begleiterkrankungen. Beim 1. Grad der Adipositas-Diagnose besteht bereits ein erhöhtes Risiko für eine Begleiterkrankung. Dies steigert sich nochmals im 2. Grad zu einem hohem und im 3. Grad zu einem sehr hohem Risiko, so das Klinikum Augsburg.¹³

Folgeerkrankungen beziehungsweise Begleiterkrankungen gibt es bei Adipositas viele verschiedene. Dies macht Adipositas für die einzelne Person erst so gefährlich. Mögliche Erkrankungen sind beispielsweise Bluthochdruck, Schlafapnoe, Thrombose, Gelenksverschleiß, Tumorerkrankungen und dergleichen sein.

2.2 Entwicklung in Deutschland

Generell ist zu erwähnen, dass die Problematik der übermäßigen Essenaufnahme erst seit der landwirtschaftlichen Revolution besteht, nachdem bis ins 19. Jahrhundert hinein Hungersnöte zu alltäglichen Problemen zählten. Allerdings wurde Adipositas erst in den vergangenen 20 Jahren richtig bekannt und erfuhr erste Aufmerksamkeit in der Gesellschaft. 1997 wurde Adipositas erstmals von der Weltgesundheitsorganisation in Zusammenhang mit dem Wort Epidemie genannt. Von der WHO wurde nun auch die Verbreitung von Adipositas in allen Gesellschaftsschichten festgestellt.¹⁴

Anschließend wurden im gleichen Jahr bereits die Grenzwerte des BMIs für Übergewicht und Adipositas von der WHO festgelegt. Durch diese Festlegung war es nun möglich, die Krankheitszahlen global zu bestimmen und das Problem somit aufzuzeigen.¹⁵ „Im Jahr 2000 drückte sich die WHO zum Thema Adipositas und Übergewicht wie folgt aus: 'A disease that has assumed epidemic proportions, posing one of the greatest threats to human health and well being in the 21st century'.“¹⁶

12 Vgl. Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>, Zugriff am 11.04.2017, o.S.

13 Klinikum Augsburg, http://www2.klinikum-augsburg.de/2511/Definition_der_Adipositas.htm, Zugriff am 11.04.2017, o.S.

14 Vgl. Mkhitarian, 2015, 3

15 Vgl. ebd, 3

16 Ebd, 3

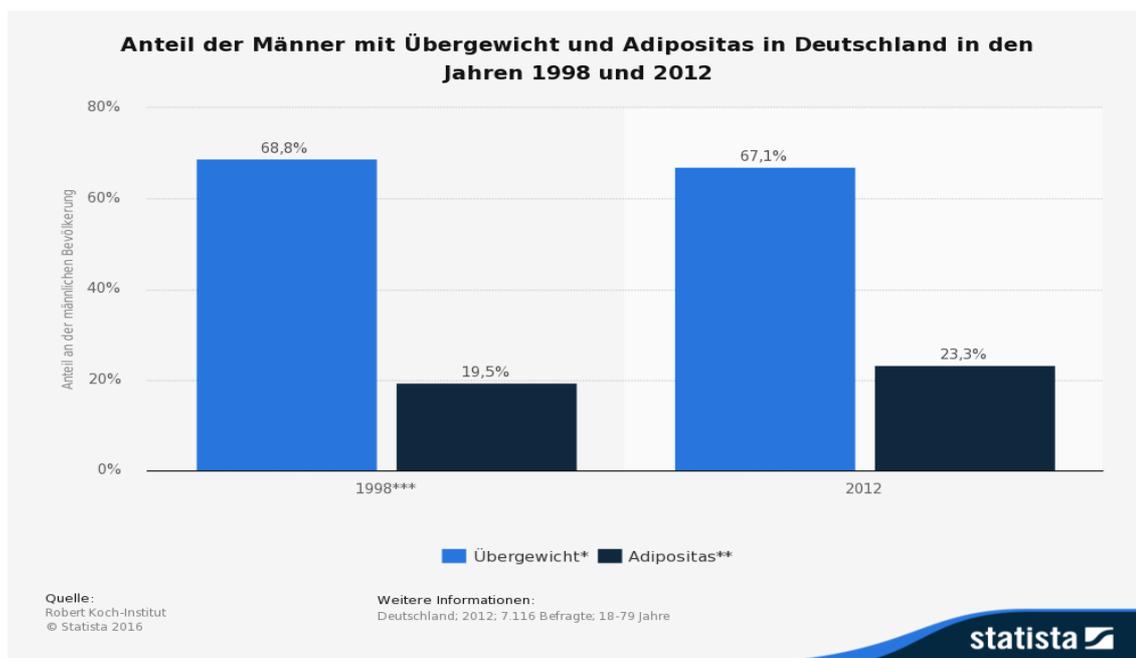


Abbildung 3: Entwicklung Adipositas bei Männern von 1998-2012

Wie die Statistik zeigt, hat sich Adipositas seit 1998 trotz des Bekanntwerdens und der Einführung von Präventionsmaßnahmen innerhalb der männlichen Bevölkerung um circa 4% gesteigert. Allerdings ist die Zahl der übergewichtigen Männer in der gleichen Zeit um fast 2% gesunken. Trotz dieser Tatsache ist der Anstieg der adipösen Männer innerhalb der zwei Dekaden äußerst besorgniserregend.

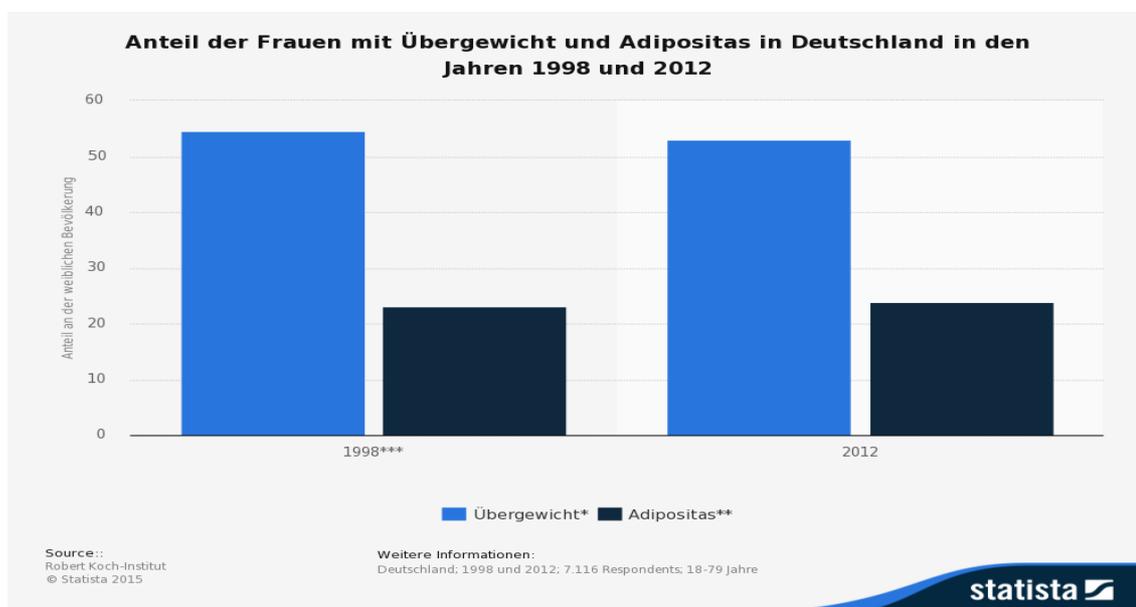


Abbildung 4: Entwicklung Adipositas bei Frauen von 1998-2012

Bei Frauen hingegen ist ein derartiger Trend nicht erkennbar. Die Zahl der adipösen Frauen steigt um nicht einmal 1% während die übergewichtigen Frauen nehmen gleichzeitig auch minimal ab.

Bei Kindern hingegen ergibt sich laut der Arbeitsgemeinschaft Adipositas bei Kindern und Jugendlichen ein weiterer gravierender Trend. Denn laut KiGGS Studie, welche die Gesundheit von Heranwachsenden überprüft hat, haben bereits 15% der Kinder und Jugendlichen Übergewicht und weitere 6,3% waren adipös. Wenn man also von circa 12 Millionen Kindern in Deutschland ausgeht, ergibt dies somit eine Anzahl von 1,8 Millionen übergewichtigen und 756000 adipösen Heranwachsenden.¹⁷ Im Vergleich zu den 1980er-90er Jahren ergibt dies einen Anstieg um 50%.¹⁸

Im internationalen Vergleich kann man allerdings erkennen, dass es durchaus Länder mit einem höheren durchschnittlichen BMI gibt. Denn „in einer systematischen Analyse wurden weltweit in 190 Ländern der BMI und die Prävalenz von Übergewicht und Adipositas in nationalen Surveys und epidemiologischen Studien bei 9,1 Mio. Personen ab 20 Jahren von 1980-2008 ausgewertet. Im Jahr 2008 lag der BMI weltweit bei Männern bei 23,8 kg/m² und bei Frauen bei 24,1 kg/m². Am höchsten war der BMI in Nauru mit 33,9 kg/m² bei Männern und 35,0 kg/m² bei Frauen.“¹⁹ Hinzu kommt noch Nordamerika, deren Vergleichs-BMI mit 1,5 kg/m² bei Männern und 3,0 kg/m² bei Frauen höher liegt als der deutsche Durchschnittswert. Allerdings ist auch international ein Anstieg des Durchschnitts-BMIs erkennbar. Dieser nahm von 1980-2008 bei Männern um 0,4 und bei Frauen um 0,5 kg/m² pro Dekade zu.²⁰ Somit ist zu sehen, dass dies kein nationales Problem in Deutschland ist, sondern dass sich dieser Trend weltweit entwickelt, egal in welchem Land oder Kontinent. Auch der Anteil der adipösen Kinder ist im internationalen Vergleich, wie die unten stehende Tabelle zeigt, noch unterdurchschnittlich. Hierbei ist darauf zu achten, dass der deutsche Wert mit dem grauen Balken und der Mittelwert mit dem schwarzen Balken gekennzeichnet ist. Des Weiteren sind in dieser Grafik, welche 2005-2006 aufgestellt wurde, zunächst alle 11-15 jährigen Heranwachsenden eingeschlossen. Ganz oben in der Statistik findet man die USA und Kanada, bei welchen auch der priorisierte Stand von Fast-Food zu der hohen Prozentzahl beiträgt. Der deutsche Wert liegt im Gegensatz zum Mittelwert 0,02 Prozent darunter.

Die bereits erwähnte KiGGS-Studie befasste sich allerdings nicht nur mit Adipositas bei Kindern generell, sondern verglich auch die Werte der adipösen Kinder mit deren

17 Vgl. Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>, Zugriff am 12.04.2017, o.S.

18 Vgl. Kinderärzte im Netz, <https://www.kinderaerzte-im-netz.de/krankheiten/uebergewicht-fettsuchtadipositas/was-ist-uebergewicht/>, Zugriff am 12.04.2017, o.S.

19 Wirth, 2013, 29

20 Vgl. ebd, 29

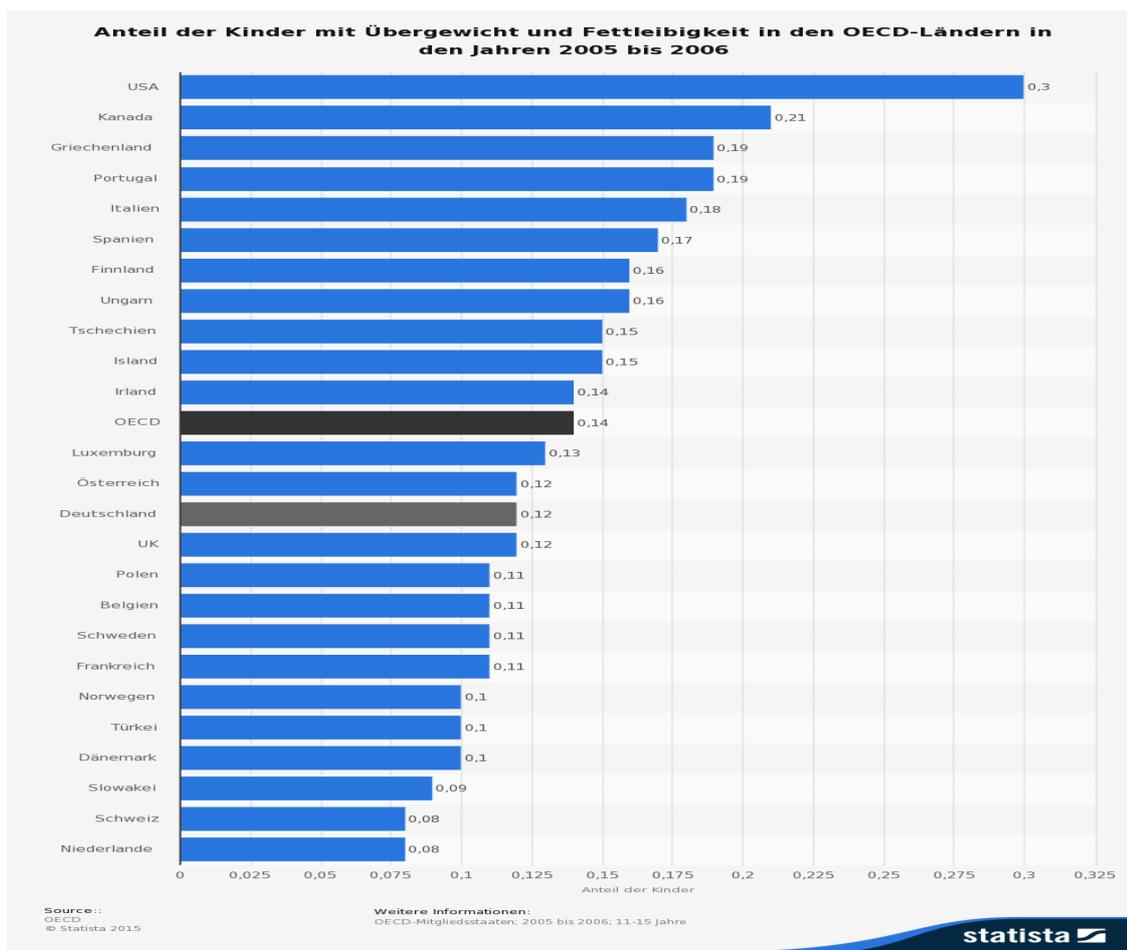
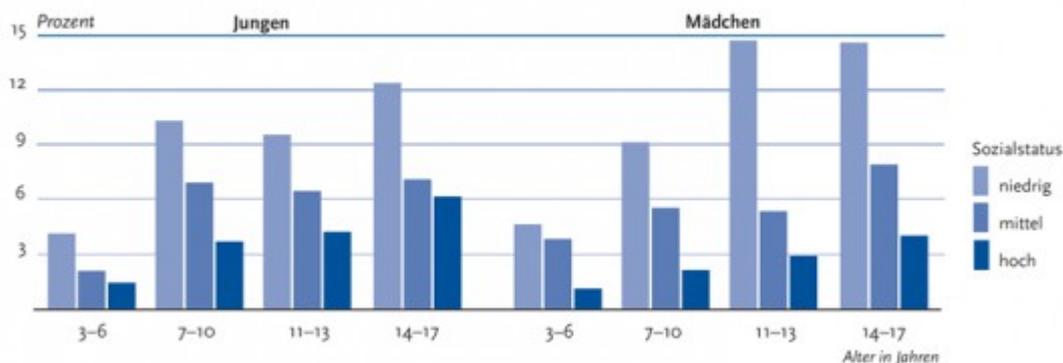


Abbildung 5: Adipositas Statistik International 11-15 Jahre

sozialen Status. Wie man in Abbildung 6 erkennen kann, sind es gerade die Kinder mit niedrigem sozialem Status die an Adipositas leiden. Bei all jenen Altersgruppen sind gerade diese Werte sehr hoch. Am wenigsten sind die Kinder mit hohem sozialem Status von Adipositas betroffen.

Die Interpretation dieser Statistik ist komplex. Es gibt hierzu genau zwei Ansätze. Hier stellt sich die Frage, ob die Kinder durch Adipositas zu einem geringen sozialen Status gekommen sein oder zum anderen liegt der soziale Status daran, dass die Kinder adipös wurden. Letztere Option ist allerdings am wahrscheinlichsten, obwohl auch die erste zutrifft.

Adipositas: Verbreitung bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland
3-17jährige 2003-2006 (KiGGS-Basiserhebung)²¹



Quelle: Robert Koch-Institut (Hrsg), Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg) (2008): Erkennen – Bewerten – Handeln: Zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. RKI, Berlin, 41-42.

Abbildung 6: Adipositas im Zusammenhang mit sozialen Schichten

Was allerdings klar erkennbar ist, ist dass Adipositas sich stark schichtspezifisch verhält. Wenn man den zweiten Ansatz wählt kann man somit erkennen, dass Jungen und Mädchen aus den unteren sozialen Schichten fast 5-Mal wahrscheinlicher adipös sind als Kinder aus hohen sozialen Schichten.²¹

2.3 Ursachenanalyse der Adipositasentwicklung

Im anschließenden Unterpunkt geht es nun um die Erkundung einer Begründung für Adipositas allgemein, bevor anschließend näher auf den medialen Aspekt eingegangen wird.

Wie bereits erwähnt, gibt es unterschiedliche Gründe für Adipositas bei Kindern und Jugendlichen. Das Essverhalten, Süßigkeiten, die Antriebslosigkeit für Sport und natürlich die Nutzung von Medien stehen im Vordergrund. Nun werden spezifisch einzelne Aspekte genauer betrachtet und beschrieben.

Der Autor Janosch Bülow, sieht das Problem von Adipositas tief in der Kindheit verankert, denn in der früheren Kindheit wird das Kind sehr schnell von äußeren Einflüssen geprägt. Er beschreibt, dass bereits die als Säugling erfahrenen Erlebnisse das Individuum bis ins spätere Leben hinein prägen und beeinflussen können. Bülow nennt als Beispiel das Schreien eines Säuglings und der Lösungsansatz der Eltern bezüglich des Schreiens. Daher die Eltern den Grund für das Schreien nicht kennen, gibt es den möglichen Lösungsversuch des Stillens zur Beruhigung, obwohl der Grund

²¹ Vgl. niki-projekt, <http://niki-projekt.de/volkskrankheiten/adipositas/>, Zugriff am 17.04.2017, o.S.

ein unbekannt ist.²² Somit, falls Hunger nicht der Auslöser war, „kommt es zur Kopplung von negativen Reizen und Nahrungsaufnahme.“²³

Dies könnte der Grundstein für die Verbindung des Essens mit einem Heilmittel sein, aufgrund dessen man später versuchen wird, emotionale Probleme mittels Essen zu lösen.²⁴ Allerdings betrifft dieses Problem das Individuum nicht nur im Säuglingsalter, sondern kann auch erst später entstehen. In späteren Jahren versuchen allerdings die Erziehungsberechtigten beispielsweise negative Erlebnisse vergessen zu machen oder positives Verhalten zu belohnen. Bülow beschreibt zudem, dass gerade auch die Funktion der Eltern als Vorbilder einen schlechten Einfluss auf die Kinder haben kann, abhängig von deren Essverhalten.²⁵

Auch die Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter hat sich mit der Problematik der Ursachenforschung von Adipositas befasst und hat dies in einer Darstellung zusammengefasst. Die Arbeitsgemeinschaft geht von vielen verschiedenen Gründen für Adipositas aus. Zudem werden in dieser Grafik auch Zusammenhänge von Ereignissen verknüpft, die als mögliche Gründe für Adipositas gelten.²⁶

Innerhalb der Grafik unterscheidet die Arbeitsgemeinschaft in internationale und nationale Faktoren sowie in die Bereiche Gemeinde/Wohnbereich, Arbeit/Schule/Zuhause, Individuum und die Bevölkerung. Für jeden dieser Unterpunkte gibt es bestimmte Gründe für Adipositas die mit den andern Gründen der Unterkapitel zusammenhängen.²⁷

Laut der Arbeitsgemeinschaft, zeigt dieses Diagramm genauere Aspekte auf, die auf den verschiedenen Ebenen das Verhalten des Individuums hinsichtlich seines Essverhaltens und Bewegungsradius negativ beeinflussen und somit ein Grund für Übergewicht oder Adipositas sind.²⁸

Außerdem wird in der Grafik auch genauer zwischen internationalen und nationalen Faktoren unterschieden. Hierfür steht in der Grafik die eingezeichnete blaue Trennmauer. Allerdings betreffen internationale Faktoren die Kinder und Jugendlichen

22 Vgl. Bülow, 2012, 78

23 Bülow, 2012, 78

24 Vgl. Ebd, 78

25 Ebd, 79

26 Vgl. Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>, Zugriff am 20.04.2017, o.S.

27 Ebd, Zugriff am 20.04.2017, o.S.

28 Ebd, Zugriff am 20.04.2017, o.S.

in Deutschland genauso wie die nationalen Faktoren, von daher muss auch dieser Aspekt genauer beachtet werden.²⁹

Netzwerk kausaler Faktoren der Adipositas (s. www.a-g-a.de)

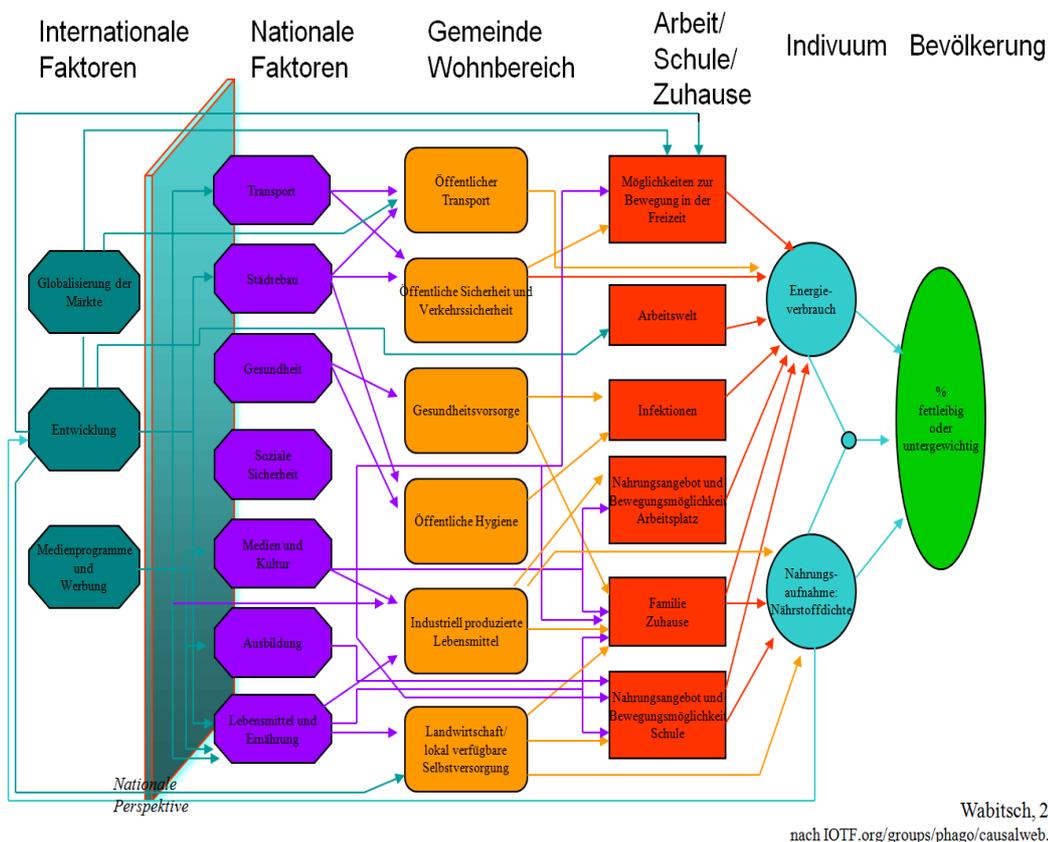


Abbildung 7: Netzwerk möglicher Gründe für Adipositas

Das Diagramm zeigt Aspekte auf, die auf die verschiedenen sozialen Ebenen einwirken. Bei dem Vorgang der Prävention versucht man, das individuelle Verhalten zu beeinflussen. Die Pfade zeigen Faktoren auf, die dieses Verhalten hinsichtlich der Nahrungsaufnahme beeinflussen³⁰

Prinzipiell kann man nun laut der Arbeitsgemeinschaft jeden der bereits aufgezählten Faktoren grob aufgliedern und beschreiben. Angefangen bei dem Punkt 'Schule, Arbeit, und Zuhause' welcher zunächst als Schwerpunkt gewählt wird, um gegen die Problematik der Adipositas vorzugehen. Als Beispiel nennt die Adipositas Gesellschaft, dass „obgleich Schulen ein Ziel für Aktionen sein können, um die

29 Vgl. Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>, Zugriff am 20.04.2017, o.S.

30 Vgl. Ebd, Zugriff am 20.04.2017, o.S.

Nahrungsmittelauswahl oder die Art der körperlichen Aktivität von jungen Menschen zu verändern, ist klar, dass Schulen alleine und unabhängig von äußeren Strukturen, Geldgebern, Zulassungsbehörden und den zuständigen Schulgremien, handlungsfähig sein werden. Das Hauptinteresse liegt im Bereich der erreichten akademischen Leistungen und Gesundheitsthemen sind normalerweise zweitrangig.³¹

Vom Punkt 'nationale Politik' oder 'nationale Faktoren' ausgehend, beschreibt die Arbeitsgemeinschaft, dass deren finanzielle Unterstützung wichtig für die Schulen ist, um große Veränderungen hervorrufen zu können. Die Regierung legt beispielsweise die Nahrungsmittelauswahl in Schulen fest und ist für die Bereitstellung zuständig. Somit unterstützt also die nationale Politik beispielsweise die Ausgabe von Mahlzeiten an Schulen.³²

Die nationale Politik hingegen steht und fällt mit den internationalen Märkten und der ökonomischen Entwicklung der Länder. Internationale Banken sind in der Lage, ihre Schuldnerländer dazu aufzufordern, eine höhere Anzahl ihrer landwirtschaftlichen Produkte zu exportieren anstatt diese für die nationale Grundversorgung zu nutzen. Das führt zu einer Verschiebung der Verfügbarkeit von Nahrung. Somit lässt sich sagen, dass internationale Kooperationen eine große Wirkung auf die Nahrungsverfügbarkeit hat. Zudem kann gesagt werden, dass Nahrungsmittel, welche besonders beworben werden, eher Platz in Regalen finden als andere, da eine größere Gewinnspanne zu erwarten ist. Internationale Kooperationen können außerdem durch die Steuerung der Löhne die Kaufkraft beeinflussen.³³

Ausgehend von den internationalen Faktoren, beginnt es bei der Globalisierung der Märkte. Dort erkennt man den ersten Pfeil, der auf die Möglichkeit zur Bewegung in der Freizeit einwirkt. Hierzu muss zunächst gesagt werden, dass die internationalen Märkte großen Einfluss auf das einzelne Individuum haben, in diesem Fall jedoch betrifft dies eher die Erwachsenenwelt. Da die einzelnen Märkte auch den Lohn des Individuums steuern und lenken, können diese somit auch Einfluss auf die Arbeitszeit eines jeden Menschen nehmen. Resultierend daraus, könnte der Punkt 'Möglichkeiten zur Bewegung in der Freizeit' negativ beeinflusst werden. Allein der Tatsache geschuldet, dass Überstunden gemacht werden müssen. Diese Tatsache zielt nun mittels des nächsten Pfeils auf den Energieverbrauch des Individuums ab, welcher nun auch

31 Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>, Zugriff am 20.04.2017, o.S.

32 Vgl. Ebd, Zugriff am 20.04.2017

33 Vgl. Ebd, Zugriff am 20.04.2017

verringert wird. Daraus könnte nun Fettleibigkeit oder Übergewicht bei jedem Einzelnen entstehen. Der nächste Aspekt, auf den von der Globalisierung der Märkte eingewirkt wird, ist der 'öffentliche Transport'. Dies könnte sowohl Arbeitszeiten als auch Fahrpreise beeinflussen, was bedeuten könnte, dass Einzelpersonen statt mit dem Fahrrad zu fahren lieber den Bus nehmen. Daraus ergibt sich anschließend wieder ein niedrigerer Energieverbrauch, was letzten Endes zur Fettleibigkeit oder zu Übergewicht führen kann.³⁴

Anschließend wird nun der internationale Faktor 'Entwicklung' näher behandelt. Diese zielt mit dem ersten Pfeil auf die 'Möglichkeit zur Bewegung in der Freizeit' ab. Dies könnte mehrere Begründungen haben. Zum einen könnten durch neue Innovationen, wie neue High-Tech Geräte, das einzelne Individuum negativ beeinflusst werden. Hierbei könnten beispielsweise neue Spielekonsolen oder TV-Geräte gemeint sein, die die Leute vom Sport oder von der Bewegung abhalten könnten. Zum anderen könnte dies auch durch Neuerungen auf den Arbeitsmarkt Einfluss nehmen und somit auch die Arbeitszeit bestimmen. Von hier ausgehend, ist es wie bereits erwähnt. Man erreicht damit einen negativen Einfluss des Energieverbrauchs und somit könnte dies zu Fettleibigkeit oder Übergewicht führen. Der zweite Aspekt der von der Entwicklung beeinflusst wird ist der Punkt 'Arbeitswelt'. Das betrifft gerade Innovationen die Einfluss auf die Arbeit eines Individuums nehmen können. Auch hier könnte das bedeuten, dass mehr Überstunden getätigt werden müssen oder es neue Umstellungen gibt. Resultierend daraus ergibt sich abermals ein verringerter Energieverbrauch und daraus eine mögliche Adipositas-Erkrankung.³⁵

Der dritte Faktor auf den Einfluss genommen wird ist der 'Städtebau'. Das könnte Innovationen im Bauwesen als Grundlage haben, oder geringere Preise durch neue Baumittel. Von hier aus nimmt dies Einfluss auf den 'Öffentlichen Transport', was daraus resultiert siehe weiter oben, die 'öffentliche Sicherheit und Verkehrssicherheit', daraus ergibt sich ein Einfluss auf die Möglichkeit zur Bewegung in der Freizeit. Wenn die Sicherheit gering ist, werden die Möglichkeiten zur Bewegung auch weniger genutzt, und ein Einfluss auf den 'Energieverbrauch' kommt zustande.

Der dritte Pfeil bewegt sich vom Punkt 'Städtebau' auf den Punkt 'Öffentliche Hygiene' was mehr oder weniger abhängig von der Anzahl der Bewohner innerhalb der Stadt ist, denn je mehr Personen dort leben, desto schwieriger ist es die Hygienestandards

³⁴ Vgl. Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>, Zugriff am 20.04.2017, o.S.

³⁵ Vgl. Ebd, Zugriff am 20.04.2017

hochzuhalten. Hier folgt nun eine Einflussnahme auf den Punkt 'Infektionen', die aus mangelnder Hygiene entstehen können, woraus sich anschließend durch Krankheit eine Auswirkung auf den Energieverbrauch ergibt. Der letzte Pfeil der sich von der Entwicklung wegbewegt, zielt auf den Punkt 'Landwirtschaft/lokal verfügbare Selbstversorgung' ab. Dies ist selbstverständlich ein nachvollziehbarer Schritt, da sich durch die Entwicklung auch die landwirtschaftlichen Methoden ändern. Allerdings ist es auch möglich, durch die Entwicklung Produkte zunehmend preisgünstiger aber auch in Massen auf dem Markt anbieten zu können, wie beispielsweise Eier oder Milch. Daraus ergibt sich nun entweder eine positive oder negative Wendung. Zudem muss dazu gesagt werden, dass Produkte, die in Werbungen platziert sind zunehmend auch in den Supermarktregalen an erster Stelle stehen. Das hat wiederum Auswirkungen auf die 'Familie und das Zuhause' und das 'Nahrungsangebot und Bewegungsmöglichkeiten' in der Schule sowie auf die 'Nahrungsaufnahme und -dichte'. Das ist allein der Tatsache geschuldet, dass generell durch verminderte Preise für ungesunde Lebensmittel, diese bevorzugt gekauft und auch konsumiert werden. Anschließend ist die Folge wieder die Übergewichtigkeit oder Fettleibigkeit. Ein Beispiel hierfür wäre die USA, denn dort kostet Fast Food, von Ketten wie MCDonalds nur einen Bruchteil dessen was gesunde Lebensmittel kosten. Zudem ist die Verbreitung jeglicher Fast Food Ketten dort anders verteilt als in Europa. Wohingegen man hier Fast Food Ketten wie MC Donalds nur in Städten findet, hat man in den USA diese sehr viel verteilter und deutlich mehr. Somit ist die Konsequenz, dass übermäßig ungesunde Lebensmittel konsumiert werden.³⁶

Der letzte und wichtigste Punkt dieser Grafik sind 'Medienprogramme und Werbung' und deren Einfluss auf Adipositas. 'Medienprogramme und Werbung' haben zunächst Einfluss auf drei weitere Faktoren: 'Medien und Kultur', 'Ausbildung' und 'Lebensmittel und Ernährung'. Dies lässt sich folgendermaßen erklären: Zum einen sind die nationalen Medien klar durch die internationale Medienwelt beeinflusst. Beispielsweise sind gerade amerikanische Serien äußerst beliebt bei den Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Deutschland. Somit sehen sich die nationalen Medien auch zur Ausstrahlung gedrängt. Dies gilt ebenso für die Ausbildungen. Die internationale Perspektive gibt hier auch die Trends an und hat auch hier Auswirkungen auf das Ausbildungssystem. Abschließend bestimmen diese auch noch die Trends der Lebensmittel und der Ernährung. Diese könnten gut, aber auch schlecht sein. Beispiele

36 Vgl. Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>, Zugriff am 25.04.2017, o.S.

wären hierbei der Fitness-Trend als positive Trendentwicklung und der Drang zu Fast Food als negativ.³⁷

Jetzt wird zunächst vom Punkt 'Medien und Kultur' weitergegangen. Zunächst lässt sich ein Einfluss auf das 'Nahrungsangebot und die Bewegungsmöglichkeiten am Arbeitsplatz' erkennen. Als Erklärung kann man zunächst wieder die Trends, im Bezug auf Ernährung, ansprechen die gegeben werden. Diese beeinflussen auch zunehmend das Nahrungsangebot allgemein. Durch die Tatsache, dass auch Auswirkungen auf die Kultur erkennbar sind Auswirkungen haben ist es möglich, dass es auf die Bewegungsmöglichkeiten am Arbeitsplatz auch Einfluss nimmt, beispielsweise durch zunehmendes schauen auf das Handy anstatt kurz spazieren zu gehen.³⁸

Des Weiteren wird zunehmend auch auf die 'Familie und das Zuhause' eingewirkt. Auch hier werden einfache Gewohnheiten der Familien beeinflusst, wie das Essverhalten oder aber das Ansteigen des Fernsehkonsums usw.³⁹

Zudem wird auch Einfluss auf die industriell produzierten Lebensmittel ausgeübt. Man drängt somit die Industrie in eine bestimmte Richtung. Je nachdem, was der momentane Essenstrend sagt, muss sich somit auch die Industrie und deren Waren umstellen.⁴⁰

Der Punkt 'Lebensmittel und Ernährung' wirkt in sofern auf die 'Landwirtschaft/ lokal verfügbare Selbstversorgung' ein, dass prinzipiell die internationalen Medienprogramme, beziehungsweise die internationalen Faktoren beeinflussen was gerade gut ist für die Landwirtschaft. Zudem beeinflussen somit die internationalen Faktoren auch wieder die Industriell produzierten Lebensmittel und das Nahrungsangebot und die Bewegungsmöglichkeiten in den Schulen.⁴¹

Alles in allem lässt sich also sagen, dass der Grund für Adipositas sehr vielfältig sein kann und auch nicht nur ein regionales Problem darstellt oder die Familie lediglich die Schuld an der Übergewichtigkeit des Kindes hat. Man kann hier die Vielfältigkeit erkennen, aus der sich Adipositas bilden könnte.

37 Vgl. Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>, Zugriff am 25.04.2017, o.S.

38 Vgl. Ebd, Zugriff am 25.04.2017

39 Vgl. Ebd, Zugriff am 25.04.2017

40 Vgl. Ebd, Zugriff am 25.04.2017

41 Vgl. Ebd, Zugriff am 25.04.2017

Weitere Ansätze die eine Möglichkeit für die Begründung von Adipositas darstellen beschreibt auch Rudolf Weiner, dieser nennt als Oberpunkte eine langfristige positive Energiebilanz, genetische Faktoren, das Alter, psychische Ursachen und Essverhaltensstörungen.

Von einer langfristigen positiven Energiebilanz spricht man dann, wenn die Nahrungsaufnahme über einen längeren Zeitraum höher ist als der Verbrauch. Diese Problematik rührt daher, dass sich in der Vergangenheit der Mensch zum Schutz vor schlechten Zeiten Energiereserven angelegt hat. Hierzu wurde, um mögliche Hungerphasen zu überstehen, in den guten Zeiten zu jeder Zeit Nahrung zu sich genommen. Laut Weiner, kann in der heutigen Zeit, bereits bei einem Unterschied von 2% von Nahrungsaufnahme zu Energieverbrauch, eine stetige Gewichtszunahme entstehen. Zunächst führt diese Tatsache jedoch erst zu Übergewicht und nach einer längeren Periode erst zu Adipositas. Ein weiterer Punkt den Weiner bemerkt ist der Konsum von Alkohol, dessen Auswirkung, durch die hohe Anzahl an Kcal, dem der Nahrungsaufnahme gleicht.⁴²

Die genetischen Faktoren die Weiner in seinem Buch beschreibt, sind als Studie an Familien und Zwillingen durchgeführt worden. Mittels dieser Studien konnte herausgefunden werden, dass eine Erkrankung an Adipositas erblich bedingt sein kann.⁴³ „Fast immer kann das adipöse Erscheinungsbild als das Resultat einer Wechselwirkung vorherbestimmender Erbanlagen mit Umweltfaktoren wie hyperkalorischer, fettreicher Ernährung und Bewegungsmangel interpretiert werden. Solche Erbanlagen können beispielsweise mit einer vermehrten Nahrungsaufnahme, einem verminderten Energieumsatz oder einer bevorzugten Energiespeicherung in Form von Fett verbunden sein.“⁴⁴

Auch das Alter spielt nach Weinig eine Rolle in der Anzahl von Adipositasfällen. Generell kann man hier bei Männern bis zum 55. Lebensjahr und bei Frauen bis zum 70. Lebensjahr einen klaren Gewichtsanstieg erkennen. Zudem spielen auch andere Konstanten eine Rolle in der Gewichtszunahme, diese wären beispielsweise die Anzahl der Kinder bei Frauen oder weitere hormonelle Gründen die einen klaren Gewichtsanstieg zur Folge haben.⁴⁵

42 Vgl. Weiner, 2010, 21

43 Vgl. Ebd, 22

44 Ebd, S22 ff

45 Vgl. Ebd, S 23

Als weitere Faktoren können auch psychologische Ursachen mit in die Adipositasentwicklung hineinspielen. Die Gründe hierfür können von Individuum zu Individuum ganz verschieden sein. Als psychische Ursachen nennt Weinig „Störung des Selbstwertgefühls, mangelnde Selbstkontrolle, Mangel an Zuwendung und Liebe, Essanfall-Syndrom oder auch Hyperphagie-Syndrom, Störung des Körperschemas und die Störung des Sättigungsgefühls.“⁴⁶ Hierbei entsteht laut Weinig ein sogenannter „Circulus Vitiosus“⁴⁷, allgemein auch bekannt als Teufelskreis. Als Linderung des schlechten Gefühls oder der Depression wird somit gegessen, daher auch die Redewendung 'seinen Kummer in sich hinein fressen'. Nach diesem Anfall folgt die Resignation, dass der Essanfall nach einer Zeit doch nicht geholfen hat, woraus sich anschließend wieder ein Essanfall ergibt.⁴⁸

Zu guter Letzt folgt als weiterer Grund die Essensverhaltensstörung. Hier ist zunächst zu bemerken, dass bei Essensverhaltensstörungen zwei ganz gegensätzliche Seiten vorhanden sind. Wo Bulimie und Anorexia nervosa auf der einen Seite stehen, kommen auf der anderen Seite Adipositas und Übergewicht. „Das Essverhalten dieser gegensätzlichen Patientengruppen ist wie ihr Gewicht völlig konträr. Während der magersüchtige Patient seine Mahlzeit genau vorbereitet, sie zelebriert und genau festgelegte Mengen zu sich nimmt, isst der Adipöse in der Regel so lange, bis er satt ist. Das ganze vollzieht sich extrem schnell, sodass ein Sättigungsgefühl nicht eintreten kann.“⁴⁹ Das Sättigungsgefühl kommt erst einige Zeit später, so dass die Mahlzeiten nicht eingeteilt werden müssen. Als Folge hat dies die maximale Füllung der Fettdepots und die akute Überschreitung des aktuellen Tagesbedarfs.⁵⁰

Somit kann man auch hier die verschiedenen Herangehensweisen an das Thema Ursachenanalyse von Adipositas erkennen. Viel wird allerdings auf Fehlernährung und Bewegungsmangel zurückgeführt, was bei allen drei Ansätzen eine wichtige Rolle in der Argumentierung gespielt hat. Man kann die einzelnen Begründungen auch teilweise auf den medialen Aspekt zurückführen, welcher bei dem Schaubild auch näher besprochen wurde.

46 Weiner, 2010, 24

47 Ebd, 24

48 Vgl. Ebd, 24

49 Ebd, 27

50 Vgl. Ebd, 27

3 Medien

In diesem Punkt wird erst einmal der generelle Begriff Medien näher definiert. Hierbei wird zunächst eine Definition des Begriffs Medium aufgestellt. Anschließend wird der Punkt 'die beliebtesten Medien' von Kindern und Jugendlichen nochmals unterteilt und diese näher beschrieben.

3.1 Definition

Bei der Definition des Begriffs Medien kann man auch auf verschiedene Ansätze zurückgreifen. Laut Bernd Wirtz wird der Begriff Medium vielseitig verwendet. Neben der Verwendung in den Sparten der Kommunikations- und Medienwissenschaft kann man diesen auch in der Psychologie, der Soziologie, der Physik, der Chemie und der Pädagogik vorfinden. Als Fokus der Definition des Begriffs Medium dient die lateinische Übersetzung, welche für Medium soviel wie 'Mitte, Mittel oder etwas Vermittelndes' wäre.⁵¹ In verschiedenen Bereichen, wie denen der „Kommunikationswissenschaften, der Publizistik und der Medienökonomie ist man lange von einem technischen Medienbegriff ausgegangen. Danach gelten Medien als die technischen Mittel oder Instrumente, die der Verbreitung von Aussagen dienen.“⁵²

Den technischen Medienbegriff kann man zudem in drei Sparten aufteilen, die primären, sekundären und tertiären Medien. Ein primäres Medium ist beispielsweise die Sprache, hierzu wird also keine Technik eingesetzt. Ein sekundäres Medium braucht Technik lediglich zur Verbreitung oder zur Produktion und nicht zum Empfangen. Ein Beispiel für ein sekundäres Medium ist die Zeitung oder die Zeitschrift. Ein tertiäres Medium benötigt auf beiden Seiten, also auf der Produktions- wie auch der Rezeptionsseite, Technik. Beispiele für tertiäre Medien sind Fernsehen und Internet.⁵³

Generell kann allerdings gesagt werden, dass Medien, egal auf welche Sparte diese bezogen sind, nach einer bestimmten Struktur organisiert sind, beispielsweise durch Zeitungsverlagshäuser. „Darüber hinaus erfüllen sie jedoch auch eine Funktion, die einerseits die normativen Anforderungen in Form von Leistungen, die das Mediensystem erbringen soll (z.B. Information, Kritik und Kontrolle, Unterhaltung),

51 Vgl. Wirtz, 2009, 9

52 Ebd. 9

53 Vgl. Ebd, S 9

andererseits aber auch – auf einer abstrakteren Ebene – das 'Dirigieren der Selbstbeobachtung des Gesellschaftssystems umfasst.'⁵⁴

Wirtz beschreibt in seinem Buch zudem noch weitere Definitionen des Wortes Medien. So verbirgt sich hinter dem Wort Medien oder Medium „immer noch die technischen Mittel und die hinter diesen Mitteln stehenden organisatorischen und institutionellen Gebilde, die redaktionelle und zahlreiche andere Inhalte bereitstellen, um Massenkommunikation und gesellschaftlichen Austausch von Informationen zu realisieren.“⁵⁵

Auch die Uni Paderborn hat verschiedene Definitionen des Wortes Medien veröffentlicht. Zum einen sind Medien ein Mittel der gesellschaftlichen Vernetzung und erlegen dem Kommunizierten eine Form auf.⁵⁶

Die Uni Paderborn geht bei ihrer Erklärung primär auf die Möglichkeit der Kommunikation ein. Jedoch stehen Medien nicht nur für Kommunikation sondern sind inzwischen deutlich vielschichtiger.

Spezieller sollen in dieser Arbeit allerdings Massenmedien, wie beispielsweise Fernsehen und Internet durchleuchtet werden. Deshalb spielt auch die Definition von Massenmedien eine wichtige Rolle. Von Massenmedien spricht man laut Siegrist, wenn ein Prozess der Kommunikation mit einer Masse über technische Verbreitungsmittel erfolgt. Hierbei gibt es auch verschiedene Arten der Massenmedien wie beispielsweise „Print-, auditive, visuelle und audiovisuelle Medien.“⁵⁷ Laut Siegrist gibt es auch eine klare Rangfolge der beliebtesten Medien von Kindern. Beginnend bei dem Fernsehen, folgen anschließend der Computer, Spielekonsolen und danach Handys. Die Beliebtheit der einzelnen Medien ist allerdings sehr abhängig von Alter der Kindes, vom Geschlecht und der Herkunft.⁵⁸

Genau diese Rangfolge wird nun im folgenden genauer besprochen. Es wird auf die ersten drei Plätze der Beliebtheit von Massenmedien genauer eingegangen. Zunächst wird das Fernsehen und dessen Einfluss auf Kinder genauer besprochen, anschließend wird auf das Internet und dessen Nutzung geschaut. Abschließend wird der Einfluss von Spielekonsolen auf Kinder und Heranwachsende näher durchleuchtet.

54 Wirtz, 2009, 9f

55 Ebd, 10

56 Winkler, <http://homepages.uni-paderborn.de/winkler/medidef.pdf>, Zugriff am 01.05.2017, o.S.

57 Siegrist, 2011, 4

58 Vgl. Ebd, 4

3.2 Herausarbeitung der wichtigsten Medien in Bezug auf deren Einflussnahme

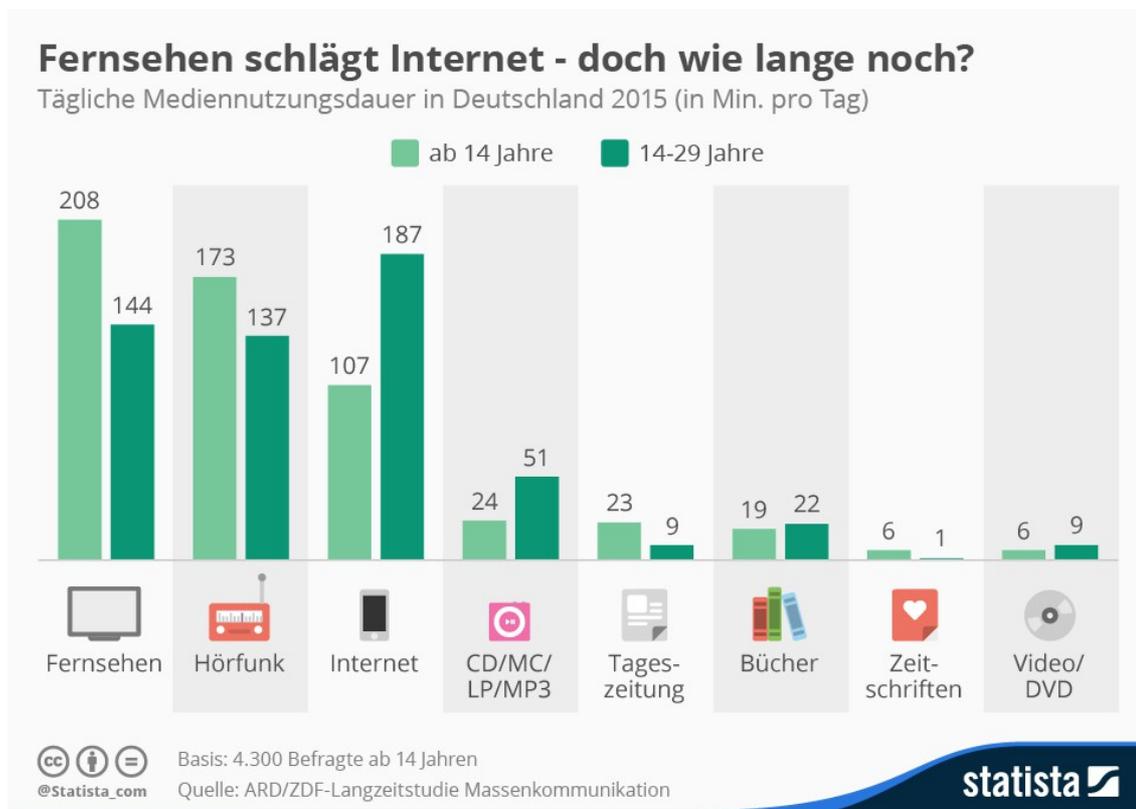


Abbildung 8: Mediennutzung in Deutschland von 14-29 Jahre

Wie auch bei Sigrist beschrieben, kann man nun in der oben stehenden Statistik genauer die Rangfolge der beliebtesten Medien für alle 14-29 Jährige erkennen. Angeführt vom Fernsehen folgt dort bereits auf Platz 3 im Jahr 2015 das Internet. Inzwischen kann man allerdings sagen, dass für die Zielgruppe dieser Arbeit ein Tausch zwischen Hörfunk und Internet vollzogen wurde. Zudem ist für Kinder und Jugendliche noch ein weiteres Medium hinzugekommen, nämlich die Spielekonsole. Wohingegen man mit dem Fernsehen und dem Internet zwei längere bereits beliebte Medien hat, wird mit den Spielekonsolen ein Medium angesprochen, welches noch nicht sehr lange diese Beliebtheit erfährt. Erst seit dem Boom der Spieleindustrie und den Varianten von Sony und Xbox lässt sich ein klarer Anstieg erkennen. Inzwischen ist es mehr und mehr der Traum der Kinder und Jugendlichen über die Kopplung von Internet und Spielekonsolen als Kind und Jugendlicher bereits berühmt zu werden. Über Plattformen wie Twitch und Youtube erfährt das Medium Spielekonsole noch zusätzlicher Beliebtheit und Bekanntheit. Die heutigen 'Spieler' können sogar in Online-Profi Ligen gegeneinander antreten, was den Drang des Spielens immer weiter erhöht.

Allerdings stellt sich nun die Frage wie und in welchem Ausmaß Kinder oder allgemein Heranwachsende von solchen Medien bzw. Massenmedien beeinflusst werden.

3.2.1 Fernsehen

„Das Fernsehen spielt in den bundesdeutschen Familien immer noch eine herausragende Rolle. In vielen Familien sorgt es für Information und Unterhaltung, zudem bietet es eine Kulisse für familiäre Zusammenkunft.“⁵⁹ Angaben zu genauen Zahlen zum Konsum oder beliebten Sendezeiten findet man auch überall im World Wide Web oder auch in der Fachliteratur. Die Unterschiede zwischen diesen Zahlen können allerdings sehr gravierend sein. Überall findet man dort Abweichungen von Zahlen. Der Grund dafür ist sehr simpel. Zunächst ist die eigene Einschätzung des Konsums durch Kinder und Heranwachsende, aufgrund einer schlechten Einschätzungsgabe der Kinder, sehr unglaubwürdig. Zum Anderen, besteht allerdings auch die Gefahr, dass die Eltern der Kinder falsche Angaben machen, da sie ihre Fehler bezüglich der Erziehung in diesem Falle nicht eingestehen wollen. Zudem befindet sich die Medienwelt in einem Wandel, sodass durch das Hinzukommen von neuen Medien die Zahlen und Statistiken sehr schnell veralten können.⁶⁰

Die Entwicklung des Mediums Fernsehen von seinen Anfängen zum heutigen Spitzenmedium wird nun näher analysiert.

Der Beginn des Fernsehens als Medium für jedermann liegt in den 50er Jahren. Zunächst allerdings galt das Fernsehen als eine Art Gruppenereignis, was der Tatsache geschuldet war, dass ein Fernseher sehr teuer war und somit nicht jeder einen besitzen konnte. Somit entstanden soziale Treffpunkte an Orten wie Gaststätten oder aber in privaten Haushalten. Gestartet hatte die Entwicklung allerdings nicht mit der Programmviefalt, wie sie heute jedem bekannt ist sondern lediglich mit der ARD.⁶¹ Erst in den 70er Jahren kam es zu einem deutlichen Anstieg der Haushalte mit einem Fernseh-Gerät. Bis dahin existierten nur die Sender ARD, ZDF und die dritten Programme, also die öffentlich-rechtlichen Sender. Diese wurden allerdings in den 1980er Jahren durch private Sender ergänzt. In der heutigen Zeit kann man inzwischen fast keinen Haushalt mehr ohne ein funktionierendes TV-Gerät finden. Stattdessen

59 Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, <https://www.bmfsfj.de/blob/93926/a21d212ef3d0bc9e24d6a1a40ed318d5/geflimmer-im-zimmer-data.pdf>, Zugriff am 05.05.2017, 6

60 Vgl, Schüler, 2004, 10

61 Vgl. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, <https://www.bmfsfj.de/blob/93926/a21d212ef3d0bc9e24d6a1a40ed318d5/geflimmer-im-zimmer-data.pdf>, Zugriff am 05.05.2017, 12

besitzen viele Haushalte sogar mehr als nur ein Gerät. Laut Schüler besitzen derzeit 34% der Kinder einen eigenen Fernseher in ihrem Zimmer. Außerdem sehen in der heutigen Zeit etwa 80% der Kinder täglich fern.⁶²

Bei den aktuellen Statistiken zu den präferierten Freizeitbeschäftigungen befindet sich der TV-Konsum bei Kindern und Jugendlichen auf Platz 2 hinter Aktivitäten mit Freunden. Diesen beiden folgen spielen im Freien, Sport, spielen innerhalb des Hauses, der Computer und danach die Haustiere.⁶³

Doch es stellt sich die Frage, warum gerade das Medium Fernsehen so beliebt bei Kindern und hingegen das Radio oder die Zeitung ein absteigendes Medium. Beantwortet werden kann dies mit den einzelnen Mechaniken eines Fernsehers.

Um nun auf die Wirkungsweise des Fernsehens auf den Menschen genauer eingehen zu können, muss der Mensch als Ganzes betrachtet werden. Hier kann nun nicht mehr lediglich ein Kind oder ein Heranwachsender in den Blick genommen werden, sondern man schließt zunächst vom Individuum auf den Erwachsenen und dann anschließend auf das Kind. Der Grund dafür ist sehr banal. Zunächst kann man genauer sehen, dass Kinder die Verhaltensweise der Eltern versuchen zu reflektieren und zu übernehmen. Egal, ob Sprechen, Laufen, Essen oder eben Fernsehen. Kinder sehen ihre Eltern als Vorbilder und lernen durch sie bestimmte Verhaltensweisen. Dies ist nun der Grund, warum zunächst der Erwachsene betrachtet werden muss um anschließend auf das Kind schließen zu können.

Der Grund, weshalb ein Individuum fernsieht, erklärt Carsten Richter wie folgt: Er beschreibt grundsätzlich den Drang fernzusehen mit dem Gefühl des Zeitdrucks. Grund dafür sind die festgelegten Sende- und Serienzeiten des Sendeprogramms. Generell, so Richter, gibt es für den Menschen drei große Aufgaben- oder Tätigkeitsfelder im Leben, welche aus dem Arbeiten, dem Schlafen und dem Fernsehen bestehen. Als Beispiel nennt Richter einen Alltag eines beliebigen Menschen der gerne Serien schaut. Die Person arbeitet den halben Tag. Durch die festgelegte Sendezeit der Lieblingsserie bleibt diesem Menschen nur noch wenig Zeit zwischen Arbeit und Serie die alltäglichen Erledigungen zu tätigen. Somit wird dieses Individuum bereits jetzt vom Fernsehen gesteuert. Allerdings erfreut sich das Fernsehen trotz seiner negativen Wirkung voller Beliebtheit. Denn Fernsehen gibt dem

62 Vgl. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, <https://www.bmfsfj.de/blob/93926/a21d212ef3d0bc9e24d6a1a40ed318d5/geflimmer-im-zimmer-data.pdf>, Zugriff am 05.05.2017, 10ff

63 Vgl. Schüler, 2004, 12

Menschen das Gefühl sich frei entscheiden zu können. Der Mensch kann zwischen einer Vielzahl von Programmen, Filmen und Serien unterscheiden. Durch Video-on-demand ist das Individuum sogar nicht mehr an Sendezeiten gebunden, sondern selbst der Zeitpunkt steht diesem frei zur Auswahl.⁶⁴

Ein weiterer Grund weshalb das Fernsehen sich so an Beliebtheit erfreut, ist, das breite Spektrum an Interessen, das es abdeckt. Da jeder Mensch eigene Interessen hat, ist es schwierig, jeden Menschen diesbezüglich zu befriedigen. Das Fernsehen besitzt so viele Möglichkeiten über die Vielzahl von Sendern, die Lieblingssendung oder den Lieblingsfilm zu finden, dass es ein Medium für Jedermann geworden ist.

Ein weiterer wichtiger Grund für die Beliebtheit des Fernsehens ist die nicht vorhandene Notwendigkeit des Denkens. Nach einem stressigen Arbeitstag verspürt man das Verlangen nach Entspannung. Somit wird das TV-Gerät zum Symbol dafür. Entspannt auf dem Sofa sitzen und nebenbei einfach fernsehen dient bei den meisten inzwischen als Ausgleich zum stressigen Alltagsleben. Bei vielen Haushalten werden auch Tätigkeiten neben dem Fernsehen betrieben. Der Fernseher läuft nur im Hintergrund und eine andere Aktivität steht im Vordergrund, wie beispielsweise Hausaufgaben machen, Putzen, etc.

Dennoch sollte der Hauptgrund der Platzierung des Fernsehens beim Menschen einfach das Vertreiben von Langeweile sein. Jeder kennt es doch, man kommt nach Hause und hat mal eben eine Stunde Zeit und weiß nicht was man machen soll. Nun im Entscheidungsprozess wird mal eben das TV-Gerät eingeschaltet und man schafft es innerhalb dieser Stunde nicht mehr weg davon. Es ist diese Gemütlichkeit und gleichzeitig dieser universelle Nutzen den das Fernsehen bei Menschen so beliebt macht. Man schaut es zusammen oder alleine, nur Fernsehen oder macht etwas nebenbei, zur Entspannung oder eben weil man seine Lieblingsserie sehen möchte, zu Großereignissen wie der WM, EM oder doch Super Bowl. Fernsehen verbindet Menschen untereinander und spendet den Menschen eine andere Realität in die man für kurze Zeit flüchten kann.

64 Vgl. Richter, 2014, 15ff

3.2.2 Internet

Anders als das Fernsehen hat das Internet noch keine so lange Vorgeschichte. Es ist ein Medium der Neuzeit und heute ein sehr beliebter Faktor. Gerade unter den jüngeren Nutzern erfreut sich das Internet besonderer Beliebtheit. In den USA vertreiben circa 90% der Jugendlichen ihre Zeit mit dem Surfen im Internet. In Deutschland allein besitzen inzwischen 96 % der 14-29 Jährigen einen Internetanschluss und die Nutzerzahl hat sich hierzulande fast verzehnfacht. Laut Nielsen NetRatings stellt die Altersgruppe der 9-12 Jährigen sogar eine der am rasantesten wachsenden Nutzergruppen dar.⁶⁵

Die Definition von Internet allerdings ist aus dem Englischen zunächst herzuleiten. Es stellt eine Kombination aus 'international' und 'network' dar. „In der Literatur wird der Begriff Internet oft auch für Interconnected Networks verwendet. Der Begriff Internet wird für ein weltweites Rechnernetzwerk zum Austausch von Daten, die sich nicht aus einzelnen Rechnern zusammensetzt, sondern aus zahlreichen Netzwerken besteht, verwendet. Diese Netzwerke basieren auf einer gemeinsamen Sprache dem sogenannten Übertragungskontrollprotokoll: Transmission Control Protokoll (TCP) bzw. Netzwerkprotokoll: Internet Protokoll (IP).“⁶⁶

Seine Entstehungsgeschichte beginnt bei dem Vorgänger des Internets: dem ARPANET. Angefangen bei der Entwicklung des Computers in den 40er Jahren und der Gründung des Militärprojekts des US-Verteidigungsministeriums, das sogenannte „Advanced Research Project Agency“⁶⁷ oder auch kurz ARPA genannt. Erläuterung für die Gründung war die Entwicklung von „neuen Technologien im Bereich der Datenübertragung und der Kommunikation [...] mit dem Ziel, ein störungsfreies und flächendeckendes Computernetz zu schaffen. Mit dem sog. ARPANET wurde 1969 die Grundlage hierfür geschaffen, indem vier Standorte miteinander verbunden wurden.“⁶⁸

Da das ARPANET allerdings nur militärischen Zwecken zur Verfügung stand, erfolgten nach einiger Zeit weitere Entwicklungen solcher Netzwerke, diese wurden allerdings zunächst im wissenschaftlichen Sinne genutzt.⁶⁹

65 Vgl. Raufelder, 2009, 42

66 Joeres, 2010, 12

67 Ebd, 12

68 Ebd, 12

69 Vgl. Ebd, 13

„Abgelöst wurde das ARPANET 1989 vom Netzwerk der National Science Foundation (NSFNET). Hierbei erfolgte eine schrittweise Öffnung des Netzes indem immer mehr Länder, sowie auch privat betriebene Netze und Personen, Zugang erhielten. Dementsprechend stieg auch die Benutzeranzahl, obwohl das Netz bis zu diesem Zeitpunkt nur über Kommandozeilenbefehle erschlossen werden konnte, die ein fundiertes Fachwissen voraussetzen.“⁷⁰ Auf dessen Basis, wurde der Grundstein für das heute bekannte Internet gelegt. Vom militärischen über wissenschaftlichen hin zum kommerziellen Netzwerk. Erst allerdings als der Hyperlink 1991 erfunden wurde, konnte man von einem Netzwerk für Jedermann reden.⁷¹

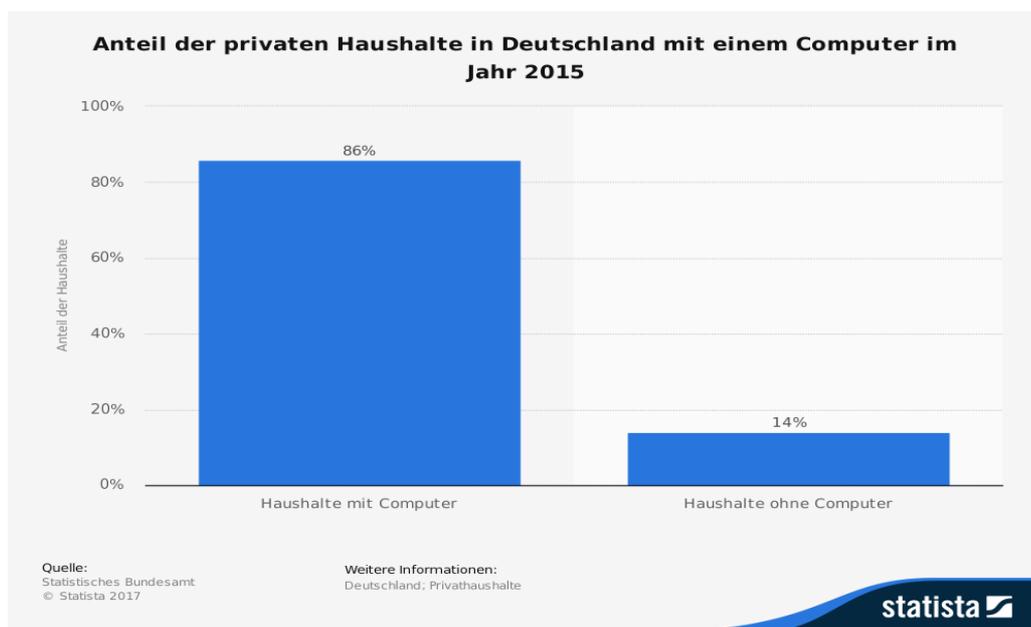


Abbildung 9: Haushalte in Deutschland mit Computer

Inzwischen haben überwiegend alle Haushalte in Deutschland Internet oder zumindest einen Computer. Wie die oben stehende Statistik erkennen lässt, besitzen 86% der Haushalte in Deutschland im Jahr 2015 einen Computer, lediglich 14% besitzen keinen, wobei dies nicht gleichbedeutend ist mit der Tatsache, dass diese kein anderes internetfähiges Gerät wie ein Smartphone besitzen.

Gerade auch das Internet erfreut sich nicht nur beim jüngeren Publikum an Beliebtheit, sondern in der heutigen Zeit basiert alles darauf. Es ist zu einem unverzichtbaren Medium für die heutige Generation geworden, dass Arbeit erleichtern soll und das Wissen sammelt.

⁷⁰ Joeres, 2010, 12

⁷¹ Vgl. Ebd, 12

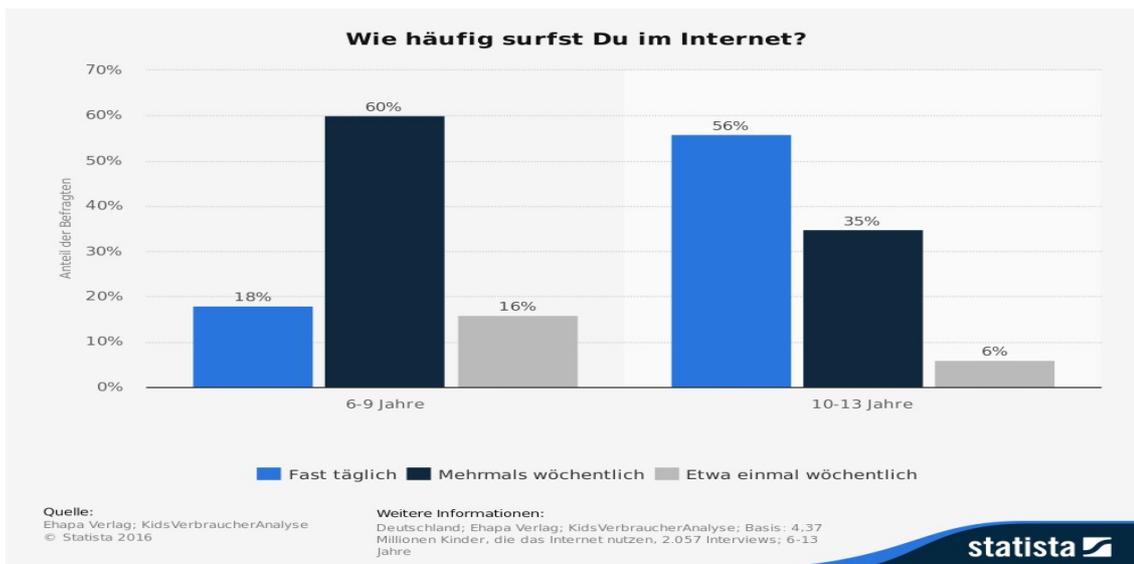


Abbildung 10: Häufigkeit des Surfens im Internet bei 6-13 jährigen Kindern

Anhand der Abbildung 10 kann man aber auch einen klaren Trend bei den Heranwachsenden Deutschlands erkennen. Zunächst liegen die Kinder zwischen 6-9 Jahren klar am höchsten mit 60%, jedoch ist die tägliche Nutzung mit 18% gering. Diese Konstellation dreht sich allerdings in den Jahren 10-13. Hier führt der fast tägliche Internetkonsum bereits deutlich mit 56%. Anschließend kommt die mehrmals wöchentliche Nutzung des Internets beschrieben, die zwar im Vergleich sehr gesunken ist, aber mit 33% immer noch sehr hoch liegt. Zum Schluss folgt der Gebrauch des Internets von etwa einmal wöchentlich mit sehr geringen 6%. Somit lässt sich bereits in jungen Jahren eine klare Tendenz zum Internet erkennen. Bereits mit 6-9 Jahren gebrauchen die Kinder das Internet mehr als einmal wöchentlich mit 78%, dieser Wert steigert sich nochmals, sobald die Kinder älter werden auf 89%.

Auch der Grund für die Beliebtheit des Internets ist bei jedem Individuum deutlich erkennbar. Das Internet strahlt Vielseitigkeit aus. Es ist Lexikon und Unterhaltungsplattform in einem, kennt Rezepte und Anleitungen für Reparaturen, es gibt Spiele und Videos auf Plattformen wie Youtube oder Netflix, es gibt Mail und Chats zum Austausch von Nachrichten und zudem ist man immer über die Nachrichtenwebsites über die Welt informiert.

Laut Michaela Joeres sind die wichtigsten Dienste des Internets in der heutigen Zeit: Mail, WWW, Netnews, Chat/Instant Messaging, Entertainment, Onlineshopping und Onlinebanking.⁷²

72 Vgl. Joeres, 2010, 16

Der Mailservice ist laut Joeres der meistgenutzte Dienst im Internet und gilt allgemein als der Austausch von elektronischen Briefen. Die Übermittlung der elektronischen Briefe hat den postalischen Weg, aufgrund der Übertragungsgeschwindigkeit der Nachricht bereits schnell abgelöst. Zudem wird dieser Dienst, sowohl privat, als auch arbeitstechnisch, bzw. geschäftlich, sehr viel genutzt.⁷³

Das WWW oder allgemein das World Wide Web stellt die Zusammenführung aller Internetdienste zu einer gemeinsamen Oberfläche dar. Allgemein bezeichnet es zudem das Surfen im Web durch sogenannte Hyperlinks.⁷⁴

Das Usenet ist gleichbedeutend mit einem Netzwerk aus Informationen und News. Dies ist vergleichbar mit einem schwarzen Brett im Internet wie beispielsweise in einem Diskussionsforum.⁷⁵

Zu Chats zählen Websites wie Skype oder Facebook etc. Hier wird besonders Wert auf die persönliche Komponente der einzelnen User gelegt. Über diese Messenger-Dienste kann man Nachrichten schnell verschicken, erhalten und im direkten Austausch mit seinem elektronischen Gegenüber sein.⁷⁶

Entertainment-Websites wie Youtube, Netflix oder diverse Spieleseiten stehen für Video-on-demand, Videostreaming und Entertainment in Form von Spielen. Diese Seiten erfreuen sich inzwischen beim jüngeren Publikum besonderer Beliebtheit. Netflix beispielsweise, steht für Video-on-demand. Dort kann man jederzeit zwischen vielen verschiedenen Serien und Filmen wählen. Youtube hingegen deckt lediglich die kleineren und kürzeren Videos ab und steht inzwischen bei den Prioritäten vieler Heranwachsenden sehr hoch. Auch hier wird viel Wert auf Unterhaltung und Entertainment gelegt.⁷⁷

Das Online-Shopping ist gerade bei älteren Usern eine sehr beliebte Anwendung des Internets. Aktuelle Trends besagen sogar, dass das Onlineshopping inzwischen deutlich beliebter als das 'normale' Einkaufen ist. Beim Online-Shopping wird die Bequemlichkeit der Menschen angesprochen.

73 Vgl. Joeres, 2010, 16

74 Vgl. Ebd, S17

75 Vgl. Ebd, S17

76 Vgl. Ebd, S 18

77 Vgl. Ebd, S 19

Das Onlinebanking steht in der heutigen Zeit der Bankenwelt für Durchsichtigkeit und verschafft dem Nutzer einen Überblick und schnelle Handlungsoptionen hinsichtlich seiner Bankgeschäfte.

Erklären lässt sich dieser Trend zum Internet durch die Bequemlichkeit die einem durch dieses gegeben wird.

3.2.3 Spielekonsolen

Neben diesem Trend zur Bequemlichkeit ist auch ein weiterer aufgekommen. Statt nun rauszugehen und zusammen etwas zu unternehmen, wird immer mehr in die virtuelle Welt abgedriftet. Ob zusammen oder allein, Spielekonsolen bieten in diesem Fall die perfekte Unterhaltung für Zuhause. Egal ob Ego-Shooter oder Rollenspiel, es ist für jeden etwas dabei. Gerade Heranwachsende sind sehr anfällig für diese Art von Unterhaltung und bewegen sich immer mehr in diese Richtung. Statt persönlich etwas mit anderen Menschen zu unternehmen, trifft man sich lieber online und spielt dort zusammen. Egal, ob man den Klassiker von Sony, die Playstation, eine Xbox oder einen PC besitzt, es gibt keine Grenzen des Spielens. Eine Vielzahl an Spielen lädt dazu ein Stunden vor den Konsolen zu verbringen. Laut Dirk Schunk wächst der Online-Gaming Markt in Deutschland drastisch.

Das professionelle Gaming ist gerade in den letzten Jahren zu einem neuen Trend aufgekommen. Dies gilt inzwischen als Sportart, bei der sogar gut verdient werden kann und die „Profis“ wie Helden gefeiert werden.⁷⁸

In Deutschland ist ein prädestiniertes Beispiel der Fußballverein Schalke 04. Dieser ist als einer der bekanntesten deutschen Fußballvereine zuletzt selber auf den Zug des E-Sports aufgesprungen. Spezialisiert auf die Bereiche FIFA und LOL. FIFA verkörpert den Verein gut und stellt somit einen nachvollziehbaren Schritt dar. LOL oder auch League of Legends könnte dem eigentlichen Sport des Vereins nicht ferner sein. Es ist eine Art Gruppenrollenspiel in einer Fantasiewelt. LOL allerdings stellt eine der beliebtesten E-Sport Varianten dar, neben Counter-Strike, Call of Duty und Fifa. Die Profis verdienen ähnlich wie Geschäftsführer mittlerer bis großer Konzerne. Die Zuschauer, überwiegend Kinder und Heranwachsende sind begeistert und sehnen sich immer mehr nach einem ähnlichen Werdegang.

Ein weiterer Grund für die Beliebtheit der Spielekonsolen sind die Plattformen Youtube und Twitch. Die beiden Seiten bieten dem Spieler die Möglichkeit eine große Bühne zu

⁷⁸ Vgl. Schunk, 2004, 48

schaffen. Auf Youtube besteht lediglich die Möglichkeit kleinere Videos von den Konsolen direkt dort hochzuladen, am besten natürlich selbst erspielte Clips. Bei den Konsolen besteht allerdings auch die Möglichkeit direkt auf Plattformen wie Twitch zu streamen. Man zeigt also sein eigenes Spiel live auf dieser Seite. Jeder kann zuschauen, bewerten und auch Geld geben, falls der Inhalt des Videos einem gefällt.

Die Spielekonsolenbranche ist ein typisches Beispiel für einen schnell wachsenden Trend, denn auch die Geschichte der Spielekonsole ist genau wie die des Internets noch sehr jung. Seine Anfänge nahm die Spielekonsole in Japan. Laut Hitzler wurden dort die Spiele entwickelt, da durch die hohe Population in Japan alles auf engstem Raum stattfinden musste. Durch die wenigen Bewegungsmöglichkeiten konnte so eine Welt geschaffen werden, in die man flüchten konnte.⁷⁹

Die Anfänge in Europa allerdings liegen in den 90er Jahren. Angefangen bei Automaten in sogenannten Spielhallen, über Computerspiele für Zuhause bis hin zu den ersten Spielekonsolen. Eine der ersten Konsolen war in Deutschland der Super Nintendo und 1995 folgte schließlich ein heutiger Bekannter mit der Playstation von Sony. Laut Hitzler sind Spielekonsolen, was die Beliebtheit angeht, schon seit längerem an den PC-Spielen vorbei gezogen. Zum einen liegt es am deutlich günstigeren Preis einer Spielekonsole im Gegensatz zu einem Gaming-PC. Zum anderen wurde aber auch bei den Spielekonsolen aus technologischer Sicht extrem nachgerüstet.⁸⁰

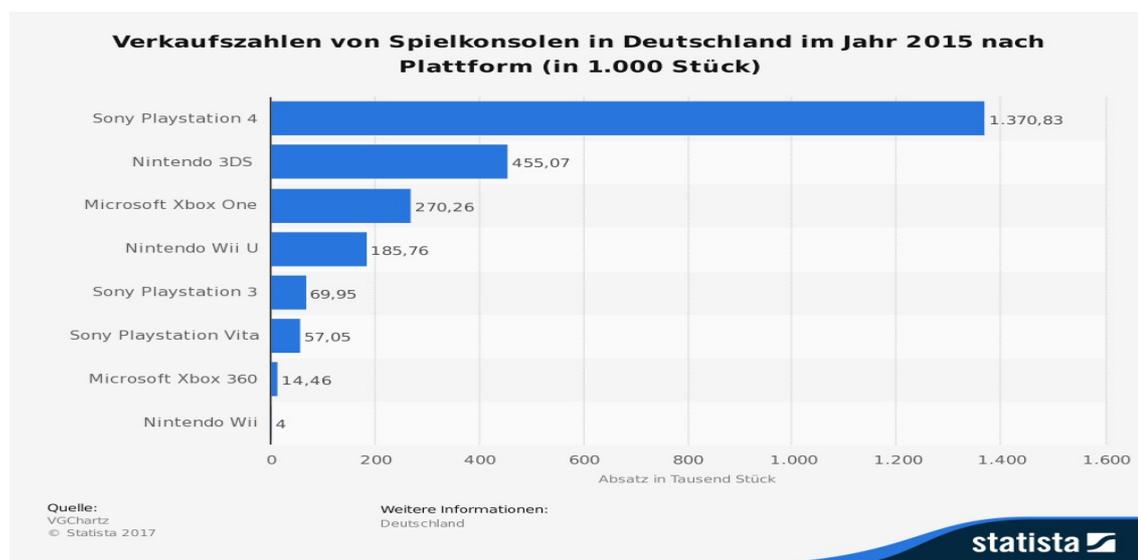


Abbildung 11: Verkaufszahlen Spielkonsolen in Deutschland 2015

⁷⁹ Vgl. Hitzler/Bucher/Niederbacher, 2005, 115

⁸⁰ Vgl. Ebd, S 115

In der heutigen Zeit wird der Markt von zwei bzw. drei Konzernen angeführt, nämlich Sony, Microsoft und Nintendo mit ihren Produkten der Playstation, Xbox und Nintendo 3DS. Wie man in der unten stehenden Statistik genau erkennen kann, liegt die größte Beliebtheit bei der Sony Playstation, gefolgt von Nintendo und Microsoft Xbox. Besonderheit an Nintendo ist es allerdings, dass die Konsole lediglich Kinder und maximal noch Jugendliche anspricht, wohingegen Sony und Xbox auch auf die älteren Zielgruppen abzielen. Somit ist es Nintendo gelungen mit einer Zielgruppe eine hohe Beliebtheit und enorm hohe Verkaufszahlen zu erreichen.

Auch Bernd Wirtz hat sich mit dem Trend Spielekonsolen in seinem Buch Medien- und Internetmanagement befasst. Der Grund dafür ist, der enorme Marktanteil der Spieleindustrie in der Wirtschaft in Deutschland und Europa, aber auch in den USA. In seinem Buch befasst er sich auch genauer mit den Demographischen Kennzahlen von Videospielern. Denn Konsolenspieler sind zu 40% unter 18 Jahren, gefolgt vom Segment der 18-35 Jährigen mit 35% und abschließend die Generation über 35 Jahren mit 25%.⁸¹

Auch die Begründung der Beliebtheit hat Wirtz versucht zu erforschen. Laut ihm spielt eine Großzahl an Konsumenten die Spiele nur, weil diese Spaß machen und den Spieler begeistern. Die Prozentzahl dieser Menge beläuft sich auf 87,8%. Als weitere Gründe wird das Empfinden einer Herausforderung und die gesellschaftlichen Möglichkeiten, wie das Spielen mit Freunden, genannt. Als Basis nennt Wirtz die Möglichkeit des interaktiven Handelns, was den Reiz bei vielen Spielern weckt, denn das Geschehen des Spiels kann interaktiv beeinflusst werden. Es wird eine Welt entwickelt, in der der Spieler nach Belieben agieren kann. Deshalb ist es Spielern auch möglich, ein Spiel über Stunden und teilweise auch Tage, konzentriert zu spielen. Gerade die erst junge Geschichte des Online-Gamings hat nochmals den Markt beeinflusst. Wie bereits erwähnt ist somit die Möglichkeit des einzelnen Spielers gestiegen, sich mit anderen zu vergleichen, oder aber zusammen mit seinen Freunden zu spielen. Somit wird die persönliche Ebene mit einer virtuellen Komponente gemischt und neu erfunden. Man kann ein Spiel oder eine Geschichte zusammen durchleben und diese nach seinen eigenen Regeln schreiben. Es wird nun auch als gemeinsame Erfahrung gespeichert und man kann es als selbst und zusammen erlebt abstempeln. Zudem können über das Onlinespielen auch zeitliche und distanzielle Barrieren einfach übergangen werden und man kann in Kontakt bleiben. Zeitlich gesehen in sofern, dass auch wenn ein Spieler nur 30 Minuten beispielsweise Zeit hat, kann er diese

81 Vgl, Wirtz, 2009, 570

zusammen mit einem Freund nutzen und keine Zeit für seinen Fahrtweg oder dergleichen verschwendet.⁸²

⁸² Vgl. Wirtz, 2009, 571

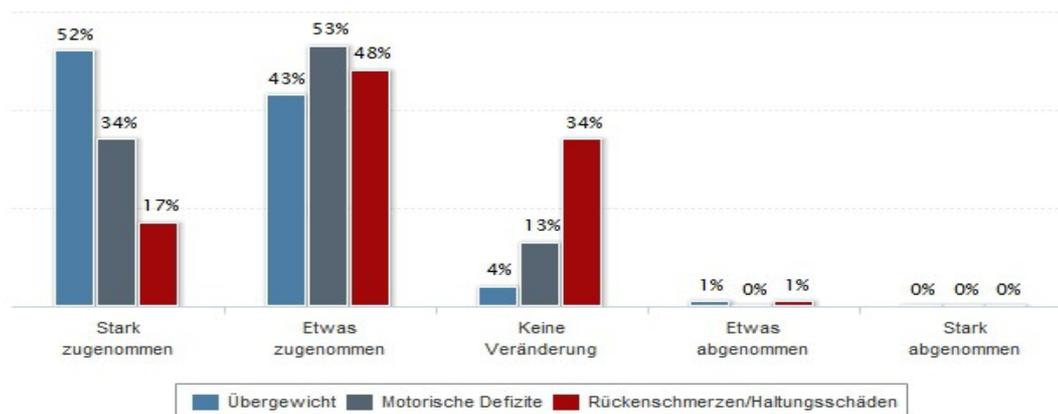
4 Medieneinfluss auf adipöse Kinder und Jugendliche

In der bisherigen Arbeit wurden nun genauer die Begründungen für Adipositas im Allgemeinen aufgezeigt. Außerdem wurde eine Definition und Erklärung der Erkrankung aufgezeigt. Des Weiteren wurde der Medieneinfluss, insbesondere von Fernsehen, Internet und Spielekonsolen auf das einzelne Individuum genauer betrachtet. Nun kommt es zu einer Verbindung der beiden Felder. Es wird eine Verbindung zwischen Adipositas und der Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen untersucht, um somit die Zusammenhänge dieser beiden aufzeigen zu können.

In diesem Kapitel wird genauer auf die Folgen eingegangen die Medien verursachen können im Bezug auf Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen.

4.1 Medien als Grund für Übergewichtigkeit

Wie hat sich die Anzahl von Kindern mit Übergewicht, motorischen Defiziten und Rückenschmerzen in den letzten zehn Jahren verändert?



Deutschland; Kinderärzte; 100 ; April 2011

Quelle: forsa

© Statista 2012

Abbildung 12: Veränderung von Übergewicht und motorischen Defiziten bei Kindern in den letzten 10 Jahren

Die Folgen eines hohen Medienkonsums variieren je nach Individuum. Viele Forscher gehen vom Bewegungsmangel aus, der durch die hohe mediale Abhängigkeit entsteht, allerdings ist es nicht nur der Mangel an Bewegung und die fehlende Motivation zu

Sport, sondern bezogen auf das fehlende Verständnis von gesund und ungesund, dies sowohl vom Konsumgedanken her, als auch vom Lebensmitteltechnischen Gedanken. Jeder kennt dieses Problem, man sitzt abends vor dem Fernseher und sieht einen Film, in der Werbepause allerdings kommt eine Werbung nach der anderen. Coca Cola, Funny Frisch Chips, Chio Tortilla Chips, etc. Man bekommt mehr und mehr Appetit und dazu wird durch das Fernsehen vermittelt, dass der Konsum vollkommen in Ordnung sei. Dieser Punkt betrifft nicht nur Kinder, sondern jeden Erwachsenen. Man wird unbewusst beeinflusst und niemand sagt einem, wie ungesund der Konsum von den beworbenen Lebensmitteln, wie auch der hohe Konsum des Fernsehens oder des Internets ist. Es gleicht sogar mehr und mehr einer Sucht. Man bekommt die aktuellsten und neuesten Produkte zu sehen und will diese Neuheiten direkt selber ausprobieren.

Das der Gesundheitszustand der heutigen Jugend und Kinder sich drastisch verschlechtert hat, zeigt auch die oben stehende Statistik. Allerdings wurde ja bereits festgestellt, dass es multiple Gründe für die Verschlechterung gibt. Dennoch kann man ganz klar einen enormen Anstieg von Übergewicht bei Kindern feststellen.

Auch Forscher der Universität Montreal haben die Thematik Adipositas und Übergewicht im Zusammenhang mit Medien, insbesondere mit dem Fernsehen untersucht. Das Resultat dieser Studie ist zusammengefasst, dass Kinder mit einem hohem Fernsehkonsum tendenziell dicker und unbeweglicher sind, als Kinder mit einem niedrigen Konsum. Das genaue Ergebnis war, dass „Kinder, die mit viereinhalb Jahren 18 Stunden die Woche fernsehen, im Schnitt mit zehn Jahren im Schnitt 7,6 Millimeter mehr Hüftumfang haben als diejenigen Kinder, die nicht vor dem Fernseher saßen. Zudem war die Muskelkraft der betroffenen Kinder geringer entwickelt [...]“⁸³

Laut der Studie sind 11% der Teilnehmer zwischen 5 und 19 Jahren adipös und nochmals 17 Prozent übergewichtig. Von diesen Kindern hat im Durchschnitt jeder circa 40 Minuten ferngesehen, allein zwischen dem Ende des Schultags und dem Abendessen. Der Hintergrund für diese Studie war die drastische Erhöhung des Übergewichts bei Kindern und Jugendlichen in den USA und Kanada.⁸⁴

Die Studie wurde an 1300 Kindern aus Kanada durchgeführt. Die zuständige Wissenschaftlerin Linda Pagani meinte zusätzlich zu dem verherenden Resultat, dass

83 Strohmaier, <http://medienbewusst.de/fernsehen/20120829/neue-studie-fernsehen-macht-kinder-dick.html>, Zugriff am 10.05.2017, o.S.

84 Vgl. Tudor-Locke, <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-8-66>, Zugriff am 10.05.2017, o.S.

der TV-Konsum nicht nur jegliche aktive Formen der Freizeitgestaltung verdrängt, sondern zusätzlich das Bild von gesunder Ernährung verschlechtert wird.⁸⁵

Auch in Deutschland hat sich das Bild der Heranwachsenden hinsichtlich Adipositas stark verändert. Laut einer Befragung deutscher Kinderärzte, hat auch hier die Zahl der Kinder mit Übergewicht und hohen Bewegungsdefiziten zugenommen. Die Ärzte haben hier verschiedene Gründe angegeben woran es in Deutschland liegt. Jedoch wird auch hier primär auf den Bewegungsmangel entschieden. Gerade auch den fehlenden Bewegungsmangel hat die kanadische Studie untersucht. Natürlich sieht diese es im Zusammenhang mit dem Fernsehen, allerdings sind auch hier gravierende Unterschiede vom IST-Wert zum SOLL-Wert zu erkennen. Denn die erwartete Schrittzahl pro Tag ist deutlich höher als die tatsächliche Zahl der Schritte, die ein Heranwachsender momentan macht. Der SOLL-Wert liegt zu seinem Höhepunkt 3000 Schritte höher als der tatsächliche IST-Wert bei Jungen von 9 bis 11 Jahren. Bei Mädchen ist der Unterschied nicht ganz so groß, allerdings neigen Mädchen dazu, grundsätzlich weniger Schritte als Jungen zu machen und diese Zahl wird im IST-Wert nochmals unterboten.⁸⁶ Zudem wird als sekundärer Grund eine Mangelernährung genannt, die gerade durch die Eltern hervorgerufen wird. Danach folgt in der Abstimmung aber zu hoher Fernseh- und PC Konsum mit einer Prozentzahl von 94%.⁸⁷

Allgemein betrachtet kann man medialen Konsum sehr leicht als eine der Ursachen für Adipositas darstellen. Durch die Nutzung von Fernsehen wird es Kindern zu langweilig draußen zu spielen, denn durch das endlose Programmangebot von Fernsehen kann man sehr viel Zeit mit dieser Beschäftigung verbringen. Dadurch sinkt der Drang nach Bewegung und Spielen. Anschließend sinkt der Kalorienverbrauch drastisch, allerdings nimmt man trotzdem noch die gleiche Menge an Lebensmitteln zu sich. Als Folge kommt die schnelle Gewichtszunahme. Auch das Ärzteblatt hat sich genauer mit dem Thema befasst. Um zunächst die Wirkungsweise der Medienwelt auf Adipositas verstehen zu können, muss allerdings erst die allgemeine Wirkungsweise nochmals erläutert werden. Allgemein kann gesagt werden, dass das Verlangen nach Medien und dem Konsum dieser, einem Suchtverhalten gleicht. In besonders schwerwiegenden Fällen gleicht es dem Verhalten eines pathologischen Glücksspielers. Für ein solches Suchtpotential gerade in medialer Hinsicht, gibt es laut dem Ärzteblatt, auch Grundlagen die meist im sozialen Bereich des Kindes

85 Vgl. Strohmaier, <http://medienbewusst.de/fernsehen/20120829/neue-studie-fernsehen-macht-kinder-dick.html>, Zugriff am 10.05.2017, o.S.

86 Vgl Tudor-Locke, <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-8-66>, Zugriff am 10.05.2017, o.S.

87 Ebd, o.S.

wiederzufinden sind. Diese könnten beispielsweise soziale Ängstlichkeit, wenige und häufig auch schlechte soziale Kontakte, Stressbewältigung usw. sein. Allerdings gibt es auch weitere Begründungen, weshalb Kinder so schnell abhängig von der Medienwelt werden können. Beispiele hierfür wären Neugierde nach neuen Abenteuern, Erfahrung von Kontrolle und die Flucht vor der Wahrheit und dem echten Leben. „Die Attraktivität von Spielen wird durch Interaktivität, eine realistische dreidimensionale Gestaltung, einen herausfordernden Schwierigkeitsgrad, die Möglichkeit, das 'virtuelle Ich' im Verlauf auszubauen, Machterleben, Belohnung und gemeinsames Handeln mehrerer Spieler erreicht“.⁸⁸ Auch die Ursachen einer solchen Sucht sind sehr vielfältig und belaufen sich auf verschiedene Ebenen z.B. die psychosoziale Ebene, bei denen Kinder durch die hohe Nutzung von Medien ein hohes aggressives Sozialverhalten an den Tag legen. Eine weitere Auswirkung ist die Veränderung beziehungsweise Verschlechterung der Integration in die Gesellschaft, des Selbstwertgefühls, der eigenen Körperwahrnehmung und der eigenen Lebensqualität. Begründet ist diese Tatsache auf dem Phänomen der utopischen Darstellung in den Medien. Es wird eine utopische Vorstellung von Schönheitsidealen geschaffen. Hier werden Frauen besonders dünn und Männer besonders muskulös dargestellt, als Folge sind Essstörungen und ein komplett verzerrtes Selbstbild die Folge. Zudem ist eine weitere Folge die Verschlechterung der schulischen Entwicklung, denn „Internetsucht korreliert bei Schulkindern und Videospieldkonsum bei Jugendlichen mit einem Aufmerksamkeitsdefizit“.⁸⁹ Zuletzt hat der hohe Medienkonsum auch einige gesundheitliche Beschwerden als Folge, zu diesen können Diabetes mellitus, Augenbeschwerden, Kopfschmerzen, muskuloskeletale Komorbidität, Schlafstörungen, Schlafmangel, Adipositas und adiposogenes Verhalten zählen. Adiposogenes Verhalten resultiert aus dem Mangel an Bewegung und der dadurch resultierenden reduzierten Fitness. Zudem ist ein hoher Fernsehgebrauch auch eng zusammenhängend mit einem höherem Verbrauch von zuckerhaltigen Getränken und Nahrungsmitteln, sowie sehr fetthaltigen Lebensmitteln verbunden. Somit ist das adiposogene Verhalten der Vorgänger der Adipositas.⁹⁰

88 Egmond-Fröhlich, <https://www.aerzteblatt.de/archiv/56968/Uebermaessiger-Medienkonsum-von-Kindern-und-Jugendlichen-Risiken-fuer-Psyche-und-Koerper>, Zugriff am 20.05.2017, o.S.

89 Ebd, Zugriff am 20.05.2017, o.S.

90 Ebd, Zugriff am 20.05.2017, o.S.

Dass Medien Auslöser und Ursache von sogenannten Essstörungen sein können, ist durchaus bekannt, allerdings sowohl in Richtung Adipositas als auch in Richtung Magersucht.⁹¹

Dennoch müssen immer zwei Seiten betrachtet werden. Medien spielen durchaus eine wichtige Rolle in der Adipositas-Forschung, trotzdem reichen die Medien, beziehungsweise der Gebrauch der Medien nicht alleine aus, um solche Zahlen zu erreichen. Dies belegte auch eine britische Studie von Professor Stuart Biddle. Laut Biddle sei es zu einfach, nur die Medien für den Mangel an Bewegung und die steigende Fettleibigkeit verantwortlich zu machen. Es braucht zusätzlich noch weitere Einflüsse von außen um Kinder und Jugendliche in so einer Weise zu beeinflussen. Beispielsweise inkonsequente Eltern oder Eltern die nicht genug Zeit haben 24 Stunden auf die eigenen Kinder aufpassen zu können, weil diese arbeiten müssen.⁹²

Somit ist Adipositas von verschiedenen Einflüssen abhängig und kann nicht lediglich von einem einzigen Faktor abhängig gemacht werden. In dieser Studie dienten 1500 Jugendliche von 12-16 Jahren als Tester, diese wurden gebeten nach Schulschluss alle 15 Minuten deren Tätigkeit zu notieren. Die Tätigkeiten wurden anschließend in bewegendes und sitzendes Verhalten unterteilt. Als erstes Resultat konnte festgestellt werden, dass Kinder mit einem hohem Fernsehkonsum nicht unbedingt inaktiver waren als Kinder mit geringem Medienkonsum. Laut der Studie, ist es trotz einer hohen Nutzung von Fernsehen und Co. möglich sportlich aktiv in seiner Freizeit zu sein. Somit sind Parallelen zwischen Medienkonsum und Fettleibigkeit äußerst schwierig einzuschätzen, denn Ausnahmen sind einige vorhanden. Als alleiniger Grund für Fettleibigkeit sollte man den Konsum somit nicht nennen, sondern als einer der vielen Auslöser.⁹³

Dennoch sollte man bedenken, ob man Medien, gerade diejenigen die für Kinder und Heranwachsende gemacht sind, nicht umstrukturiert, sodass diese als Ursache für Adipositas wegfallen. Deshalb soll das nächste Kapitel genau dieses Problem angehen und versuchen, eine Lösung zu finden, so dass Medien nicht mehr als Auslöser gelten. Es wird versucht jedes Medium, welches zuvor beschrieben wurde, auf Adipositas-Prävention abzustimmen. Anschließend werden Beispiele von bereits versuchten

91 Kiehl, 2010, 27ff

92 Rötzer, <https://www.heise.de/newsticker/meldung/Studie-Kein-Zusammenhang-bei-Kindern-zwischen-hohem-Medienkonsum-und-Fettleibigkeit-161224.html>, Zugriff am 20.05.2017, o.S.

93 Ebd. Zugriff am 20.05.2017, o.S.

Präventionsmaßnahmen und möglichen Präventionsmaßnahmen gegeben, um die Erklärungen besser darstellen zu können.

4.2 Zukünftige Möglichkeiten für Medien zur Vorbeugung von Adipositas bei Kindern und Jugendlichen

Da bereits festgestellt wurde, dass Medien nicht als alleiniger Grund für Übergewichtigkeit gezählt werden können, müssen auch die Lösungsansätze vielfältiger sein. Es reicht also nicht nur sich auf eine bestimmte Art von Medien zu fixieren, sondern man muss sich mit allen Medien befassen.

Basierend auf der Tatsache, dass Medien nicht als einziger Auslöser für Adipositas gelten, muss auch die erste Präventionsmaßnahme nicht direkt auf medialer Ebene beginnen. Als Grundlage der Idee gilt die bereits bestehende Maßnahme der Kieler Studie zur Adipositas-Prävention, bei welcher es sich um eine schulische Intervention in der ersten Klasse handelt. Als Folge daraus resultierte eine bessere Ernährung der Kinder, eine klare Steigerung des Bewegungsradiuses der Kinder pro Tag und der sinkende Konsum von Fernsehen und evtl. anderen Medien. Als erste Präventionsmaßnahme könnte man somit landesweit in dieser Art Prävention gegen Adipositas und die steigende Nutzung von Medien betreiben. Ein weiterer Grund für ein solches Präventionskonzept ist, dass man mittels Medien selber schwer Prävention gegen Medien betreiben kann. Man muss zunächst eine Grundlage schaffen um die Kinder und bestenfalls noch die Eltern zu erreichen. Durch die Tatsache, dass Kinder in jungen Jahren noch am einfachsten zu beeinflussen sind, sollte man im Idealfall dort bereits ansetzen. Somit ist das Konzept, des oben gezeigten Beispiels ein sehr guter Weg, um das Ziel der Prävention zu erreichen. Auf dieser Grundlage kann man nun versuchen, auch über die Medien selber Prävention gegen Adipositas zu betreiben.⁹⁴

Beim Medium Fernsehen kann es ebenfalls verschiedene Ansätze geben. Ein Grund für die Steigerung adipöser Kinder ist die Werbung ungesunder Lebensmittel und Süßigkeiten. Hierzu gibt es beispielsweise in Frankreich ein Lösungskonzept, welches gerade diese Werbung für Kinder zunehmend verhindern soll. Denn dort wurde die Fernsehwerbung von beispielsweise süßen Getränken besteuert und Verkaufsautomaten an Schulen, die Süßigkeiten und dergleichen enthalten, verboten.

94 Vgl. Branca/ Nikogosian/Lobstein, 2007, 31

In Irland und Schweden wurde zudem ein Konzept eingeführt, bei welchem die Werbung, die genau auf Kinder abzielt, eingeschränkt wurde.⁹⁵ Ein weiteres Beispiel wäre die Kampagne Fighting Fat, Fighting Fit aus Großbritannien. Hierbei handelt es sich um eine auf die Gesamtbevölkerung ausgerichtete Fernseh-, Internet und Radiokampagne gegen Adipositas und für Bewegung und gesunde Ernährung. Grundaussage dieser Kampagne ist, dass nicht Diäten zu der Gewichtsabnahme führen, sondern es lediglich an deinem Lebensstil liegt.⁹⁶ Mittels einer solchen Kampagne könnte man medial versuchen in Deutschland eine breite Bevölkerungsschicht anzusprechen und somit besser auf Adipositas und seine Folgen hinzuweisen. Dies wäre ein möglicher Versuch kostengünstig möglichst viele Leute mittels Medien anzusprechen und in ihr Bewusstsein zu rufen, dass Fernsehen oder generell medialer Konsum in Kombination mit ungesunden Lebensmitteln sehr schädlich ist. Es besteht die Möglichkeit durch eine solche Kampagne ein schlechtes Gewissen bei den Zuschauern und Nutzern zu erzeugen und damit den Konsum und die Nutzung von Fernsehen und Internet zu drosseln. Dies stellt eine der einzigen Möglichkeiten dar, mittels Fernsehen direkt Prävention zu betreiben. Was allerdings als weitere Option zählen könnte, ist, die Besteuerung von Werbung, die Adipositas eher unterstützt, sprich Werbung für ungesunde Lebensmittel usw. Das Problem einer solchen steuerlichen Erhöhung stellt allerdings die Frage nach Rentabilität dar, also wie rentabel es wäre wirtschaftlich steuerliche Erhöhungen auf die Vermarktung von Lebensmitteln wie Softdrinks zu vollziehen. Diese Frage würde sich allerdings aus staatlicher Sicht sehr schnell revidieren, wenn man die anfallenden Kosten eines jeden adipösen Patienten für das Gesundheitssystem im Vergleich zu den steuerlichen Maßnahmen sehen würde. Laut der Arbeitsgemeinschaft Adipositas werden die anfallenden Kosten für das Gesundheitssystem Deutschlands bis 2020 bei circa 25,7 Mrd. Euro liegen.⁹⁷ Eine steuerliche Konvention könnte zwar dazu führen, dass Fernsehsender weniger Werbegelder einnehmen, allerdings würde man die Behandlungskosten für adipöse Patienten senken und Gelder über die Steuern zusätzlich generieren können.⁹⁸

Auch die Universität Hamburg hat sich genauer mit dem Thema der Präventionsmaßnahmen von Adipositas durch die Einführung von steuerlichen

95 Vgl. Branca/ Nikogosian/Lobstein, 2007, 34

96 Vgl. BBC News, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/248403.stm>, Zugriff am 20.05.2017, o.S.

97 Vgl. Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>, Zugriff am 20.04.2017, o.S.

98 Vgl. Branca/ Nikogosian/Lobstein, 2007, 35

Neuerungen beschäftigt. Hierbei haben die Studierenden genauer die Effektivität eines Marketingverbots für Kinder untersucht. Das Resultat der Untersuchung war, dass Werbung natürlich in erster Linie nicht die negativen Seiten ihrer Produkte aufdeckt, sondern zunächst das Produkt mit positiven Emotionen verknüpfen lässt. Bei diesem Vorgang sind Kinder und Jugendliche deutlich unkritischer als Erwachsene und können keine Einschätzung bezüglich der Risiken der Lebensmittel treffen. Die Studie sagt auch, dass es eine sehr hohe Verbindung zwischen Marketingmaßnahmen, die auf Kinder abzielen, und Adipositas gibt. Somit beweist dies, dass Werbung das Ernährungsverhalten und -wissen von Kindern beeinflussen kann. Die Studie vergleicht nun die Möglichkeit einer Einführung eines Marketingverbots für Kinder mit der Einführung eines Tabakmarketingverbots, welches sich zum Beispiel als ein gutes Präventionsmittel erwiesen hat. Resultierend daraus würde sich laut der Universität eine steuerliche Prävention sehr lohnen, allerdings nur in Kombination mit einer Lebensmittelsteuer auf ungesunde und zuckerreiche Lebensmittel. Für diese Konstellation wurde auch eine Tabelle konfiguriert, bei der man sehen kann, dass durch die beiden steuerlichen Maßnahmen der Konsum von ungesunden Lebensmitteln deutlich abnehmen würde.⁹⁹ Problematisch könnte allerdings sein, dass „das Verbot von an Kinder gerichteter Lebensmittelwerbung als übermäßig einschränkend und als Eingriff in die verfassungsmäßigen Grundrechte der Berufs- und Meinungsfreiheit der Werbetreibenden angesehen werden [kann].“¹⁰⁰

Präventionsmaßnahmen im Internet könnten allerdings ein wenig problematischer sein. Hier besteht das Problem, dass es ein enorm breites Spektrum an unterschiedlichen Seiten gibt, die eine sehr breite Zielgruppe enthalten. Man müsste sich somit entscheiden, auf welchen Plattformen und Seiten man die Prävention gegen Adipositas anbringt. Allerdings würde sich auch hier zunächst eine Aufklärung in schulischer beziehungsweise in familiärer Sicht rentieren. Hier könnte man es mit dem des Fernsehens verbinden und allgemein auf Medien eingehen. Bei der Prävention über das Internet selber muss man sich nun festlegen. Wie bereits beschrieben, bräuchte man nun Seiten die eine hohe Anzahl an jungen Usern hat. Möglichkeiten wären hier beispielsweise Video-on-demand Seiten, die Heranwachsende und eventuell auch Eltern ansprechen können oder auch Youtube, die ein breites Publikum besitzen. Dort könnte man beispielsweise mit Werbespots auf Adipositas hinweisen. Allerdings stellt ein weiteres Problem die Internationalität des Internets dar. Es ist zwar möglich auf

⁹⁹ Vgl. Effertz/Adams, <https://www.bwl.uni-hamburg.de/irdw/dokumente/publikationen/steuern-kindermarketing-werbeverbot.pdf>, Zugriff am 20.05.2017, o.S.

¹⁰⁰ Ebd, Zugriff am 20.05.2017, o.S.

diesen Seiten deutsche Spots zu schalten, dennoch gibt es im Internet eine Vielzahl an internationalen Seiten, die aber dennoch deutsches Publikum anziehen. Deshalb sollte man sich im Internet, auf einige Seiten beschränken, beziehungsweise auf den direkten Kontakt gehen und persönliche Präventionstreffen mit Kindern und Eltern vereinbaren. Dennoch gibt es einige positive Beispiele, wie etwa die Kampagne aus Großbritannien, die ja sowohl auf dem TV-Gerät, wie aber auch im Internet und auf dem Radio ausgesendet wird.¹⁰¹

Ein gutes und leichtes Beispiel zum Beginn der Präventionsmöglichkeiten stellen die Spielekonsolen dar. Hier hat Nintendo den Anfang gemacht mit seiner Wii, die Konkurrenz ist natürlich auf den Zug aufgesprungen und hat ein solches Bewegungssystem auch für Playstation, wie auch für die Xbox entwickelt. Der Gedanke bei der Wii und den anderen Konsolen ist sehr einfach: Steuerung eines Charakters beispielsweise über Bewegungen und Gesten. Auf der Wii gibt es verschiedene Möglichkeiten Charaktere zu steuern, zum Beispiel über kleinere Handbewegungen. Außerdem lässt es sich mittels einer kleinen Fernbedienung in der Hand, lässt es sich auf der Wii ganz einfach Tennis spielen. Über eine auf dem Boden liegende Matte kann man zum Beispiel Tanzbewegungen vorführen, die so auf der Wii dann erkannt werden können. Ziel der Einführung der Wii war es zunächst etwas neues auf den Markt zu bringen, das es in der Spieleindustrie so noch nicht gegeben hat, ein bewegungsbasierendes System, das einem das Spielvergnügen durch die Tatsache, dass es seine eigenen Bewegungen sind, näher bringt. Sekundäres Ziel der Einführung und Entwicklung war es allerdings auch, Spieler mehr zu bewegen, indem man das Spielvergnügen mit Bewegungen koppelt. Die Wii konzentriert sich dort aber weniger auf die Zielgruppe der Kinder, sondern versucht mit seinem Konzept die ganze Familie anzusprechen und gemeinsame Bewegungsspiele einzuführen. Auch der Lehrstuhl für Sport und Gesundheitsförderung der TU München hat sich mittels einer Studie mit dem Thema befasst. In dem Experiment wurden Schüler einer 7. Klasse in Bezug auf eine Steigerung der sportlichen Aktivität durch eine Wii und das Spiel Wii Fit getestet. Die Klasse trainierte mit der Wii neun Trainingseinheiten à 30 Minuten, hierbei wurden bei dem Spiel unterschiedliche Sportarten als Training ausgewählt. Zudem wurde ein Fragebogen basierend auf der KiGGs Studie an die Kinder ausgeteilt. Nach dem letzten Test und der Auswertung des Resultats stand fest, dass es durchaus möglich ist seine motorischen Leistungen durch die Konsole und das Spiel zu verbessern und zudem noch seinen generell sinkenden Bewegungsradius wieder zu steigern. Denn mittels dieser Videospiele, so die Studie, sei es möglich, gerade bei

101 Vgl. Branca/ Nikogosian/Lobstein, 2007, 35ff

Heranwachsenden die bereits viel Zeit vor der Konsole verbringen, die Bewegungszeit wieder zu erhöhen und fast zu normalisieren. Dennoch sollte ein solches Konsolenspiel nur ergänzend zum normalen Sport benutzt werden, da die normalen Bewegungszeiten laut der TU München nicht erreicht werden können.¹⁰² Auch in Behandlungsstrategien spielt das Nintendo Wii Balance Board bereits eine wichtige Rolle. Ein von der Norddeicher Rehabilitationsklinik in Zusammenarbeit mit der Sporthochschule Köln entwickeltes Konzept bindet die Konsole bereits fest in die Strategie mit ein. Das Balance Board soll den Sport zwar nicht gänzlich ersetzen, es dient jedoch der Koordination, Stabilisation und Mobilisation des einzelnen Patienten. Durch den Verlust des eigenen Körpergefühls bei adipösen Patienten, versucht man mittels des Balanceboards dieses zurückzugewinnen und zu stärken. Der Vorteil sei, dass die Konsole bereits in einigen Haushalten vorhanden ist und somit die Kinder auch von Zuhause aus weiter trainieren können.¹⁰³

Genau ein solches Konzept wäre ein möglicher Lösungsansatz gegen Adipositas bei Spielern bzw. Gamern. Man müsste die Interaktivität weiter fördern und Spiele entwickeln bzw. Konsolen entwickeln, die über ein motionbasiertes System funktionieren und trotzdem das gleiche Spielgefühl ausstrahlen wie die bisherigen Konsolenspiele. Versuche werden aktuell mittels VR-Brille durchgeführt um sich in ein Spiel zu begeben und mit Bewegungen seine Spielfigur zu steuern. Man sollte somit versuchen ein realistisches Gefühl von den normalen Konsolenspielen auf eine Bewegungskonsole zu übertragen, anstatt wie bei der Wii keine realistischen Spiele zu entwickeln, denn der Erfolg der Spieleindustrie kommt gerade durch den steigenden Realismus. Deshalb gilt nun mehr auch die Wii als einer der 'Flops' von Nintendo, dennoch besteht sehr großes Potential eines solchen Systems, wenn man es schafft dieses realistisch aufzubauen.

Resultierend aus den bisherigen Vorschlägen der Verbesserung der Medienwelt zur Prävention von Adipositas und Übergewicht ergibt sich, dass es ein schwerer Ansatz ist Prävention über ein Medium zu betreiben, dass allgemein als Mitauslöser für Adipositas gilt. Es ist äußerst widersprüchlich Präventionswerbung gegen Fernsehen im Fernsehen auszustrahlen, dennoch stellt es einen möglichen Ansatz dar, viele Menschen, egal ob Eltern oder Kinder zu erreichen und an deren Gewissen zu appellieren. Allerdings muss die Prävention in einer Kombination aus persönlicher

102 Vgl. Schillhuber/Böhm,
http://www.gesundheit.sp.tum.de/fileadmin/tuspl02/www/Downloads/Startseite/Boehm_Psychomotorik_35_1__2010.pdf, Zugriff am 21.05.2017, 46

103 Vgl. ebd., 49

Aufklärung und gleichzeitiger ständiger Erinnerung stattfinden, wofür sich Medien extrem gut auszeichnen. Alles in allem sollte man mit einem persönlichen Präventionsgespräch an Schulen oder bereits in Kindergärten starten. Dort sollte man versuchen die Eltern und Kinder schon vorzuwarnen und die schwerwiegenden Folgen darzustellen. Anschließend kann man mit Fernseh-, Radio- und Internetkampagnen nochmals auf die Folgen von Bewegungsmangel hinweisen, um den Konsumenten ins Gewissen zu reden. Abrunden kann man das Thema nunmehr mit der Förderung bewegungsunterstützender Konsolen und Spiele. Man sollte außerdem einen Anreiz für Kinder und Jugendliche schaffen sich mehr zu bewegen. Bei der Prävention wird laut WHO zwischen multiplen Lösungsansätzen unterschieden: der universalen, der selektiven und der gezielten Prävention.¹⁰⁴

Die universale Prävention richtet sich hierbei zunächst an alle Menschen, vollkommen gewichtsunabhängig. Die universale Prävention ist gleichzusetzen mit der Gesundheitsförderung und meint vor allem Ernährungserziehung und Gesundheitsbildung an Schulen. Dies entspricht dem genannten Präventionsansatz der Gespräche an Schulen. Es wurde bewiesen, dass durch universale Prävention die Einschätzung der Ernährung gefördert und der Konsum von Fernsehen beispielsweise vermindert wird. Die Kinder lernen somit die Zusammenhänge aus Ernährung und Gesundheit näher kennen und können diese besser einschätzen.¹⁰⁵

Die selektive Prävention richtet sich an normal oder übergewichtige Kinder von adipösen Eltern und zielen auch hier auf die Gesundheitsförderung ab.¹⁰⁶

Die gezielte Prävention geht zielgerichtet auf adipöse Menschen zu und versucht direkt dort mit den Maßnahmen anzusetzen. Hierauf versucht das Konzept mit den Spielekonsolen abzielen. Es wird versucht, über eine Zunahme an Bewegung das Gewicht zu reduzieren und generell den Spaß an Bewegung wieder zu gewinnen. Diese könnten wie bereits erwähnt als Therapiemaßnahmen und dergleichen zählen.¹⁰⁷

Mittels den Medien wäre es möglich, Kampagnen zu schalten die die verschiedenen Präventionsmaßnahmen kombinieren. Beispielsweise kann durch die Fernsehkampagne erreicht werden, dass alle drei Zielgruppen gleichzeitig angesprochen werden. Damit ist es zwar schwer, den Spot auf eine Zielgruppe genau anzupassen, allerdings kann man nun versuchen alle gleichzeitig auf die Gefahren

¹⁰⁴ Vgl. Müller/Reinehr/Rebebrand, <https://www.aerzteblatt.de/pdf/103/6/a334.pdf>, Zugriff am 21.05.2017, o.S.

¹⁰⁵ Vgl. Ebd, o.S.

¹⁰⁶ Vgl. Ebd, o.S.

¹⁰⁷ Vgl. Ebd, o.S.

hinzuweisen. Genau dieser Versuch wird nun im Folgenden anhand von Beispielen genauer erklärt und aufgezeigt. Es werden zudem auch weitere Versuche von Methoden der Prävention über Spielekonsolen gezeigt.

4.3 Verbesserungsbeispiele für die aktuelle Medienwelt

Zunächst werden Verbesserungsbeispiele für das Medium Fernsehen gegeben. Als Grundlage wird die britische Kampagne Fighting Fit, Fighting Fat hergezogen und auf deutsche Medien angewendet. Wie bereits beschrieben basiert das Konzept der Kampagne auf der Grundlage, dass der eigene Lifestyle der beste Weg ist, um dünn zu bleiben oder zu werden. In den einzelnen Sendungen werden beispielsweise verschiedene Lebensstile betrachtet und analysiert. Getragen und unterstützt wird die Kampagne von zwei bekannten britischen Moderatoren in Zusammenarbeit mit Medizinern. Des Weiteren wird versucht, adipösen oder übergewichtigen Menschen Ratschläge zur Besserung zu geben und dies von ehemaligen adipösen oder übergewichtigen Spezialisten. Die Kampagne widerspricht dem Denken, dass bei dem Wunsch nach Gewichtsverlust Diäten am besten helfen. Stattdessen versucht es zu beschreiben, was bei bzw. nach Diäten genauer mit dem Körper passiert. Die Kampagne betont zudem, dass man nicht in kleinen Perioden Diäten machen soll, stattdessen sollte man in längeren Zeiträumen denken und versuchen seinen gesamten Lebensstil zu ändern.¹⁰⁸

Auch auf die steigende Übergewichtigkeit bei Kindern wurde während 'Fighting Fat, Fighting Fit' genauer eingegangen. Man versuchte hier die Gesellschaft auf die Gefahr von Adipositas bei Kindern und Jugendlichen hinzuweisen und somit Prävention zu betreiben. Die Kampagne zeigte hier als Gründe zum einen die deutliche Qualitätsabnahme des Sportunterrichts an Schulen, zum anderen werden aber auch die Medien selber hergezogen, insbesondere der Computer. Diese Missstände wurden in der Sendung genauer aufgezeigt anhand von Beispielberichten.¹⁰⁹

Bezogen auf Deutschland gäbe es im Falle einer Einführung verschiedene Aspekte, die im Voraus genauer betrachtet werden müssten. Zum einen müsste der Gedanke nach dem Medium analysiert werden. Hier ist die Frage essenziell, welches Medium

¹⁰⁸ Vgl. BBC News, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/248403.stm>, Zugriff am 20.05.2017, o.S.

¹⁰⁹ Vgl. Ebd, o.S.

am rentabelsten wäre und trotzdem sehr viele Menschen erreicht. Die britische Kampagne hat über Radio, Fernsehen und das Internet versucht, die Zielgruppe zu erreichen. Im Falle einer deutschen Kampagne wäre das Medium Fernsehen und das Medium Internet am rentabelsten. Das Radio hat durch Dienste wie Youtube oder Spotify bei der jungen Zielgruppe große Einbußen an Beliebtheit hinnehmen müssen.

Eine der nächsten Fragen ist anschließend, auf welche Zielgruppe abgezielt werden soll. Wenn man sich für allgemein adipöse und übergewichtige Menschen entscheidet, sollte man einen allgemeineren Spot wählen. Falls man allerdings eher Jugendliche und Kinder ansprechen will, muss der Inhalt dementsprechend auch angepasst werden.

Eine weitere Frage stellt die Programmauswahl dar. Da der Spot am besten aus der Sicht der Regierung ins Leben gerufen werden sollte, bieten sich hierzu ARD und ZDF an, dies korreliert allerdings mit der Auswahl der Zielgruppe und dem Inhalt. Somit müsse man im deutschen Raum viele Faktoren beachten, bevor ein solcher Spot ausgestrahlt werden kann. Auf der Basis des Internets bieten sich Youtube und zudem noch eine eigene Homepage bzw. die Ausstrahlung der einzelnen Spots über die Senderwebsite an. Somit kann jederzeit eine verpasste Folge nachgeholt werden oder generell nochmal näher über das Thema nachgeforscht werden.

In Bezug auf Spielekonsolen gibt es auch bereits einige Forschungsprojekte die Konsolen für Adipöse näher untersuchen und testen. Dr. Birgit Böhm vom Lehrstuhl für Präventive Pädiatrie hat sich beispielsweise genauer mit der Entwicklung einer Spielekonsole für Übergewichtige und Adipöse beschäftigt und wurde auf dem Gebiet bereits ausgezeichnet. Mittels einer Studie hat sie die Rentabilität einer solchen Konsole in Bezug auf Chancen und Risiken untersucht und auf dieser Basis die Exergames entwickelt. Hierbei handelt es sich um Spiele die genau auf die Zielgruppe angepasst sind und bei denen adipöse Patienten wieder den Spaß an Bewegung entwickeln sollen. Nach einer Testreihe in Zusammenarbeit mit Studierenden der TU München wurde festgestellt, dass man mit Hilfe eines solchen Spiels eine gleiche Intensität hervorrufen kann wie die bei einem moderaten Lauf. Die Intensität unterschied sich allerdings von Proband zu Proband, durch die unterschiedliche Spielweise der einzelnen Teilnehmer. Somit steht der Erfolg eines solchen Systems in enger Relation mit der Ausführung und Motivation des Probanden. Deshalb, so Böhm, würde sich für ein solches System in Bezug auf Prävention eine Betreuung durch einen Experten

lohnend und wäre durchaus angebracht. Andernfalls könnte es Konsequenzen wie Überbelastung zur Folge haben.¹¹⁰

Ein solches System setzt allerdings ab einem Zeitpunkt an, an dem Kinder und Jugendliche bereits adipös sind. Zur Prävention müsste man bereits früher ansetzen. Hierzu benötigt man eine Kombination aus der bewegungsbasierten Konsole Wii und einer Grafikkonsole wie der Sony Playstation. Es muss versucht werden, ein echtes Spielerlebnis zu erzeugen. Diesbezüglich gibt es momentan bereits Versuche mit Hilfe der VR-Brillen ein realistisches Spiel mit Bewegungssensorik zu entwickeln. Problematisch allerdings wird die Tatsache, dass falls ein solches System demnächst eingeführt wird, der Kostenpunkt für den einzelnen Kunden extrem teuer liegen wird.

Der Ansatz der Exergames wird somit erstmal ein realistischer Helfer in solchen Situationen. Exergames generell stellen die Verbindung von interaktiven körperlichen Fitnessübungen mit Spielekonsolen dar. Es basiert auf einer speziellen Technologie, die es ermöglicht den Fitnesszustand, die Beweglichkeit und die Reaktionszeit zu messen und zu analysieren. Exergaming gehört in den letzten Jahren zu einem der am schnellsten wachsenden Fitnesstrends weltweit und ist generell für Personen jeden Alters geeignet. Wie in der untenstehenden Grafik beschrieben stellt Exergaming genauer die Kombination aus sogar drei Bereichen dar, die allerdings teilweise zusammengefasst werden können. Es geht zum einen auf das spielerische ein, dabei werden spezielle Übungen mit einem Spiel verbunden. Zudem kann man dort auch bestimmte Spielereignisse erreichen, wie zum Beispiel neue Highscores und dergleichen. Der zweite Aspekt auf dem das System basiert ist die funktionelle Fitness. Hierbei werden kleinere Basisübungen aufgezeigt und gelehrt. Es gleicht kleineren Sportstunden und dient dem langsamen Aufbau und der Vorbeugung von Verletzungen. Dort werden also Basics des Fitnesssports gelehrt und dem einzelnen näher gebracht. Der dritte Punkt stellt die interaktive Fitness dar. Dort wird Fitness mit den technischen Hilfsmitteln verbunden. Hierzu werden beispielsweise kleinere Sensoren in Fitnessgeräte angebracht um dies interaktiver auf das Spiel beziehen zu können.¹¹¹

Beispiele können eine ganz normale T-Wall sein, bei der es auf Bewegungs- und Reaktionsschnelligkeit ankommt. Es besteht allerdings auch die Möglichkeit von Rennspielen, bei denen man nur das Auto fahren kann, wenn man gleichzeitig auf

110 Vgl. TUM München, https://www.praeventive-paediatric.sg.tum.de/en/news-der-fakultaet/?tx_ttnews%5Btt_news%5D=615&cHash=852c88c39868a3654c690b79cab12e1c, Zugriff am 21.05.2017, o.S.

111 Vgl. exergamefitness.com, <https://www.exergamefitness.com/solutions/what-is-exergaming/>, Zugriff am 21.05.2017, o.S.

einem Fahrrad sitzt und trampelt. Die Möglichkeiten erstrecken sich allerdings auch hier über gewöhnliche Bewegungsspiele bis hin zu besonderen Tanzspielen, usw.¹¹²

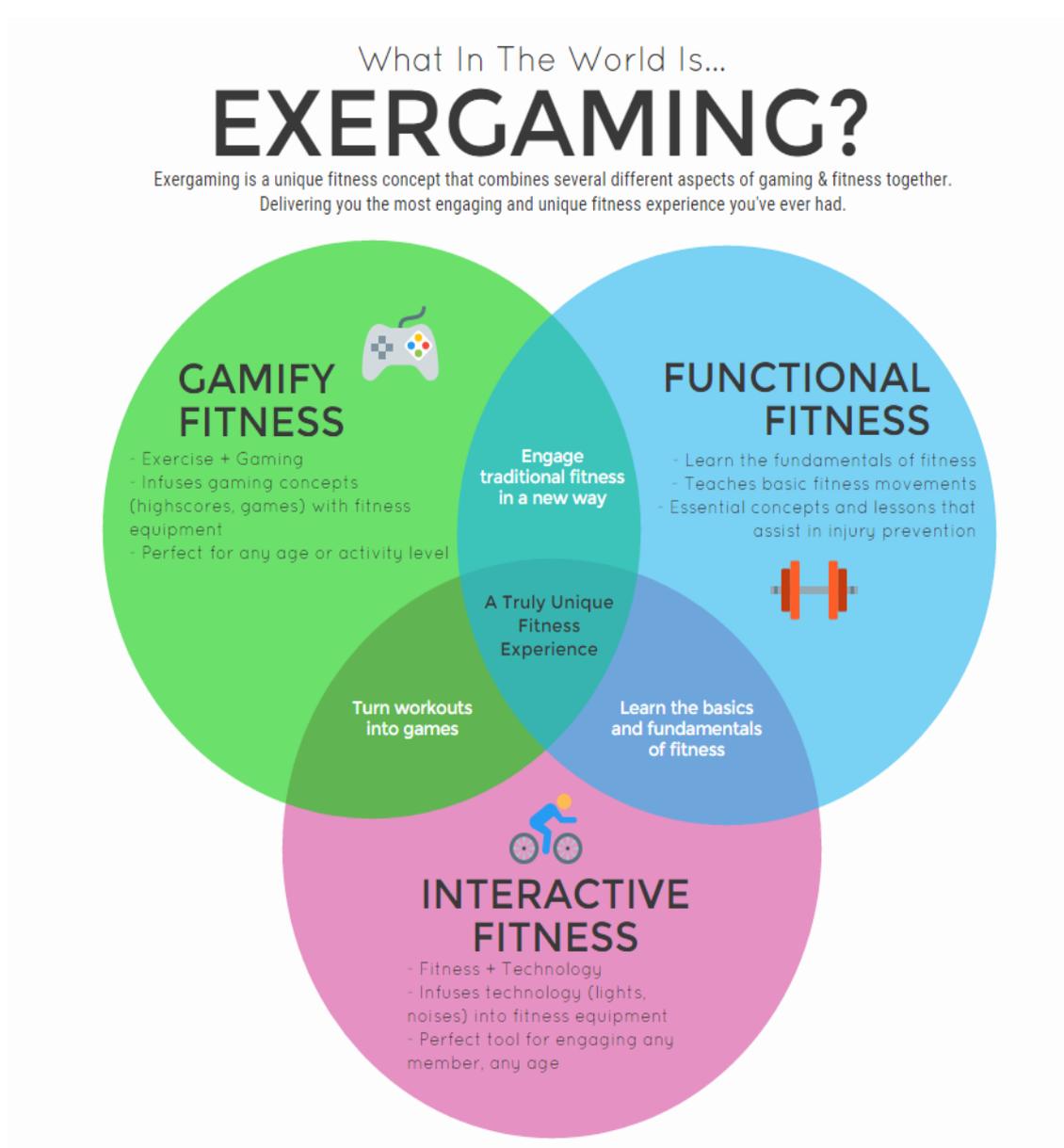


Abbildung 13: Erläuterung Exergaming

Generell wäre dies zunächst zwar noch kein Produkt für jedermann dar, da es preislich noch zu teuer für private Haushalte ist. Allerdings wäre, falls es möglich ist, eine preisgünstigere Alternative in dieser Form mit besserer Grafik eine gute Präventionsalternative für Zuhause. Die Spielekonsole Wii ähnelt diesem Konzept bereits sehr, kann aber nicht auf die sportlichen Möglichkeiten und die Grafik zurückgreifen. Mittels eines solchen Konzepts besteht durchaus die Möglichkeit gute

¹¹² Vgl. [exergamefitness.com](https://www.exergamefitness.com/solutions/what-is-exergaming/), <https://www.exergamefitness.com/solutions/what-is-exergaming/>, Zugriff am 21.05.2017, o.S.

Prävention gegen Adipositas bei Kindern und Jugendlichen sowie auch bei Erwachsenen zu betreiben.

5 Fazit

Resumierend kann nun gesagt werden, dass das Thema Adipositas in Bezug auf Medien allgemein näher untersucht wurde. Es wurde zunächst eine Klassifikation zwischen Adipositas und Übergewicht aufgezeigt. Anschließend wurde per Schaubild mögliche Gründe für die steigende Übergewichtigkeit in der deutschen Gesellschaft gegeben. Zunächst wurden dabei Erwachsene untersucht und anschließend wurde genauer auf Kinder eingegangen.

Im Anschluss fand eine Definition des Wortes Medium bzw. Medien statt und dort wurde eine Rangfolge der beliebtesten Medien bei Kindern und Jugendlichen gegeben. Nach einer näheren Definition der drei beliebtesten Medien in Deutschland wurden diese zudem auf deren Einfluss und auf die Gründe dafür analysiert und untersucht.

Nach diese Aufzählung folgte eine Zusammenführung der beiden Bereiche im Bezug auf den Einfluss von Medien auf die zunehmende Übergewichtigkeit. Es wurden zudem Verbesserungen für die aktuelle Medienwelt anhand von Beispielen gegeben.

Anfangs wurden Berichte aufgezeigt die besagen, dass Übergewicht ein steigender Faktor in unserer heutigen Gesellschaft ist. Die Gründe dafür sind Vielfältig und teilweise schwer wissenschaftlich begründbar. Dennoch werden als Hauptfaktoren immer wieder Ernährung, inkonsequente Eltern, Verlust der Qualität des Schulsports und die aktuelle Medienwelt genannt. Nach einer ausführlichen Beschreibung von Adipositas auch mittels Statistiken ist klar erkenntlich, dass in Deutschland aber auch Weltweit das Problem von Adipositas vorherrscht. Nicht nur bei Erwachsenen sondern gerade auch bei Kindern. Wohingegen Gründe wie beispielsweise Ernährung, Eltern und Qualitätsabnahme des Schulsports keineswegs Themen sind die überall vorherrschen, ist die Medienwelt universell vertreten in allen Ländern. Man könnte sie somit einen gemeinsamen Faktor nennen.

Die genaue Untersuchung der aktuellen Medienwelt ergab, dass die Rangfolge der beliebtesten Medien folgende ist: Zunächst Fernsehen gefolgt von Internet und anschließend weitere Medien unter welchen man genauer Spielekonsolen untersucht hat. Hierbei ergab sich zunächst, dass das Fernsehen auf unterschiedliche Weise auf Adipositas bei Kindern und Jugendlichen einwirken kann. Zunächst denk man natürlich an Werbung und Marketingaktivitäten die Kinder beeinflussen. Das ist natürlich ein Einfluss der beachtet werden muss mit Hinsicht auf der Untersuchung nach Medieneinfluss auf Kinder. Der andere Punkt der wenig beachtet wird ist die Sucht

nach dem Fernsehgerät die entwickelt wird. Die Sucht sich nach der Arbeit vor den Fernseher zu setzen und seine Lieblingsserie zu sehen.

Das Internet ist bezüglich auf Einfluss inzwischen sogar deutlich prägnanter als das Fernsehgerät. Dies ist allein der Tatsache geschuldet, dass das Internet universell nutzbar ist und bereits im Arbeits- und Schulleben gebraucht wird und nicht lediglich nur in der Freizeit

Abschließend wurde in dem Kapitel die Wirkung der Spielekonsolen auf Kinder betrachtet. Bei den Konsolen wurde festgestellt, dass dieses Medium gerade sehr viele Auswirkungen auf das jüngere Publikum haben kann durch die vielen Möglichkeiten die einem während des Spielens gegeben werden Es sind auch die Innovationen und die Grafik, die gerade die Kinderaugen begeistern.

Das Resultat der Zusammenführung beider Themenkomplexe ergab sodann, dass das Fernsehen bzw. Medien generell nicht als alleiniger Grund für Adipositas aufgeführt werden können, sondern dass es einer genaueren Betrachtung bedarf. Denn trotz einer hohen Nutzung von Medien müssen Kinder und Jugendliche keineswegs übergewichtig sein oder werden. Vielmehr hat Adipositas eine Mischung als Grundlage bei denen Medien allerdings durchaus eine wichtige Rolle spielen können. Diese Rolle allerdings ist eine unterstützende von weiteren äußeren Einflüssen wie Ernährung, Bewegungsmangel, usw. Auch wenn Medien natürlich als Grund für den Bewegungsmangel zu sehen sind, spielen dort wieder inkonsequente Eltern hinein, die durchaus den Konsum unterbrechen könnten. Somit steht fest, dass Medien durchaus beim Adipositas-Vorgang Unterstützung leisten können, das Maß allerdings kommt ganz auf den Verbraucher an.

Im Anschluss daran wurden Verbesserungen anhand von Beispielen vorgestellt. Diese wurden in unterschiedlicher Art und Weise betrachtet. Zum einen wurden steuerliche Verbesserungen gegeben, die man einführen könnte um das Marketing von ungesunden Produkten auf Kindern zu regeln. Zum anderen wurden bestehende mediale Kampagnen betrachtet und auf der Basis wurden neue Werbungsvorschläge kreiert. Des Weiteren wurden auch bewegungsbasierte Spielekonsolen näher untersucht und eingeschätzt, ob diese innerhalb der Adipositasprävention geeignet sind. Als Beispiel wurden hier auch Exergames vorgestellt, die in Zukunft einen wichtigen Punkt in der Bekämpfung von Adipositas darstellen könnten.

Somit kann gesagt werden, dass alle Punkte der Einleitung betrachtet und bearbeitet wurden. Es konnte eine Verbingung zwischen Adipositas und Medien hergestellt werden, auch wenn das Maß noch schwer einzuschätzen ist. Dennoch wird sich in

Zukunft die nähere Entwicklung von Adipositas zeigen. Zudem wird man auch erst bei gravierendem Anstieg von Kindern mit Adipositas die Handlungsweise der Industrie und Politik erkennen können, welche sich möglicherweise auch in Konventionen in der Medienwelt und der Entwicklung neuer Präventionsmöglichkeiten zeigen wird.

Literaturverzeichnis

MONOGRAPHIEN:

BÜLOW Janosch: Grundwissen Übergewicht und Adipositas. Folgen, Ursachen, Therapie und Fallstudie zu Ernährungs- und Bewegungsangeboten an Schulen. Hamburg 2012

BRANCA Francesco/ NIKOGOSIAN Haik/LOBSTEIN Tim: Die Herausforderung Adipositas und Strategien zu ihrer Bekämpfung in der europäischen Region der WHO. Zusammenfassung, Dänemark 2007

HITZLER Ronald/ BUCHER, Thomas/NIEDERBACHER Arne: Leben in Szenen. Formen jugendlicher Vergemeinschaftung heute. 2.Auflage. Wiesbaden 2005

JOERES Michaela: Internet und Kinder. Chancen und Gefahren. Mittweida 2010

KIEHL Katrin: Risikofaktoren für Essstörungen unter besonderer Berücksichtigung medialer Einflussfaktoren, Regensburg 2010

MKHITARYAN Nastia: Einmal dick, immer dick. Kommunikationsstrategien zur Prävention von Adipositas bei Kindern und Jugendlichen. Mittweida 2015

RAUFELDER Diana/FRÄDRICH Eva/BÄSLER Sue-Ann/Ittel, Angela: Reflexive Internetnutzung und mediale Kompetenzstrukturen im frühen Jugendalter. Wie reflektieren Jugendliche ihre Internetnutzung und welche Rolle spielen dabei Familie und Peers. 2009

RICHTER Carsten: Das Fernsehen. Wirkungen und Folgen für den Mensch und die Zivilisation. Norderstedt 2014

SIEGRIST Veronika: Kinder und Medien. Auswirkungen des Medienkonsums, Norderstedt 2011

SCHUNK Dirk: Einführung in die Generation: Counterstrike. Wassenberg 2004

SCHÜLER Kirsten: Der Einfluss des Fernsehkonsums auf die Gesundheit von Kindern. 1. Auflage. Norderstedt 2004

WAGNER Timo: Krafttraining bei Übergewicht. Effekte und Nutzen. Saarbrücken 2013

WIRTH Alfred/HAUNER, Hans: Adipositas: Ätiologie, Folgekrankheiten, Diagnostik, Therapie. 4.Auflage. Berlin 2013

WEINER Rudolf A: Neue Chancen bei Adipositas. Magenband, Magenbypass und Magenschrittmacher. Stuttgart 2010

WIRTZ Bernd: Medien und Internetmanagement. 6. Auflage. Wiesbaden 2009

INTERNETQUELLEN:

ARBEITSGEMEINSCHAFT ADIPOSITAS IM KINDES- UND JUGENDALTER: URL: <http://www.aga.adipositas-gesellschaft.de/index.php?id=39>. Stand 01.05.2017

BBC NEWS: Tackling a weighty problem, URL: <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/248403.stm>. Zugriff am 20.05.2017

BUNDESMINISTERIUM FÜR FAMILIE, SENIOREN, FRAUEN UND JUGEND: URL: <https://www.bmfsfj.de/blob/93926/a21d212ef3d0bc9e24d6a1a40ed318d5/geflimmer-im-zimmer-data.pdf>. Zugriff am 05.05.2017 Zugriff am 05.05.2017

DIE SÜDDEUTSCHE ZEITUNG: Kinder in Deutschland sind zu träge, URL: <http://www.sueddeutsche.de/news/leben/familie-kinder-in-deutschland-sind-zu-traege-dpa.urn-newsml-dpa-com-20090101-170322-99-760321>. Stand 10.04.2017

EFFERTZobias/ADAMS Michael: Effektive Prävention von Adipositas durch Kindermarketingverbote und Steuerstrukturänderungen, URL: <https://www.bwl.uni-hamburg.de/irdw/dokumente/publikationen/steuern-kindermarketing-werbeverbot.pdf>. Zugriff am 20.05.2017

EGMOND-FRÖHLICH Andreas van: Übermäßiger Medienkonsum von Kindern und Jugendlichen. Risiken für Psyche und Körper, URL: <https://www.aerzteblatt.de/archiv/56968/Uebermaessiger-Medienkonsum-von-Kindern-und-Jugendlichen-Risiken-fuer-Psyche-und-Koerper>. Zugriff am 20.05.2017

EXERGAMEFITNESS.COM: What is exergaming, URL: <https://www.exergamefitness.com/solutions/what-is-exergaming/>. Zugriff am 21.05.2017

KINDERÄRZTE IM NETZ: Übergewicht(Fettsucht/Adipositas), URL: <https://www.kinderaerzte-im-netz.de/krankheiten/uebergewicht-fettsuchtadipositas/was-ist-uebergewicht/>. Stand 10.04.2017

KLINIKUM AUGSBURG: Adipositas: Definition, Ursache, Therapie. URL: http://www2.klinikum-augsburg.de/2511/Definition_der_Adipositas.htm. Stand 01.05.2017

MÜLLER Manfred/REINEHR Thomas/REBEBRAND Johannes: Prävention und Therapie von Übergewicht im Kindes- und Jugendalter, URL: <https://www.aerzteblatt.de/pdf/103/6/a334.pdf>. Zugriff am 21.05.2017

NAUL Roland/ BRETTSCHEIDER Wolf-Dietrich/BÜNEMANN Andrea/ HOFFMANN Dirk: Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen – Ernährungsverhalten, Medienkonsum und körperliche (In-)Aktivität im europäischen Vergleich, URL: https://www.researchgate.net/profile/Roland_Naul/publication/237828575_NUTRITIONAL_BEHAVIOUR_MEDIA_CONSUMPTION_AND_PHYSICAL_INACTIVITY_IN_A/links/00463528e1025740b4000000.pdf. Zugriff am 01.04.2017

NIKI-PROJEKT: URL: <http://niki-projekt.de/volkskrankheiten/adipositas/>. Zugriff am 17.04.2017

RÖTZER Florian: Studie: Kein-Zusammenhang-bei-Kindern-zwischen-hohem-Medienkonsum-und-Fettleibigkeit, URL: <https://www.heise.de/newsticker/meldung/Studie-Kein-Zusammenhang-bei-Kindern-zwischen-hohem-Medienkonsum-und-Fettleibigkeit-161224.html>. Zugriff am 20.05.2017

SCHILLHUBER Katrin/BÖHM Birgit: Aktives Spielen an der Videokonsole zur Steigerung der sportmotorischen Fitness, URL: http://www.gesundheit.sp.tum.de/fileadmin/tuspl02/www/Downloads/Startseite/Boehm_Psychomotorik_35_1__2010.pdf. Zugriff am 21.05.2017

STROHMAIER Leon: URL: <http://medienbewusst.de/fernsehen/20120829/neue-studie-fernsehen-macht-kinder-dick.html>. Zugriff am 10.05.2017

TECHNISCHE UNIVERSITÄT MÜNCHEN: Mit Spielekonsole für Adipöse zum Poster-Award, URL: https://www.praeventive-paediatric.sg.tum.de/en/news-der-fakultaet/?tx_ttnews%5Btt_news%5D=615&cHash=852c88c39868a3654c690b79cab12e1c. Zugriff am 21.05.2017

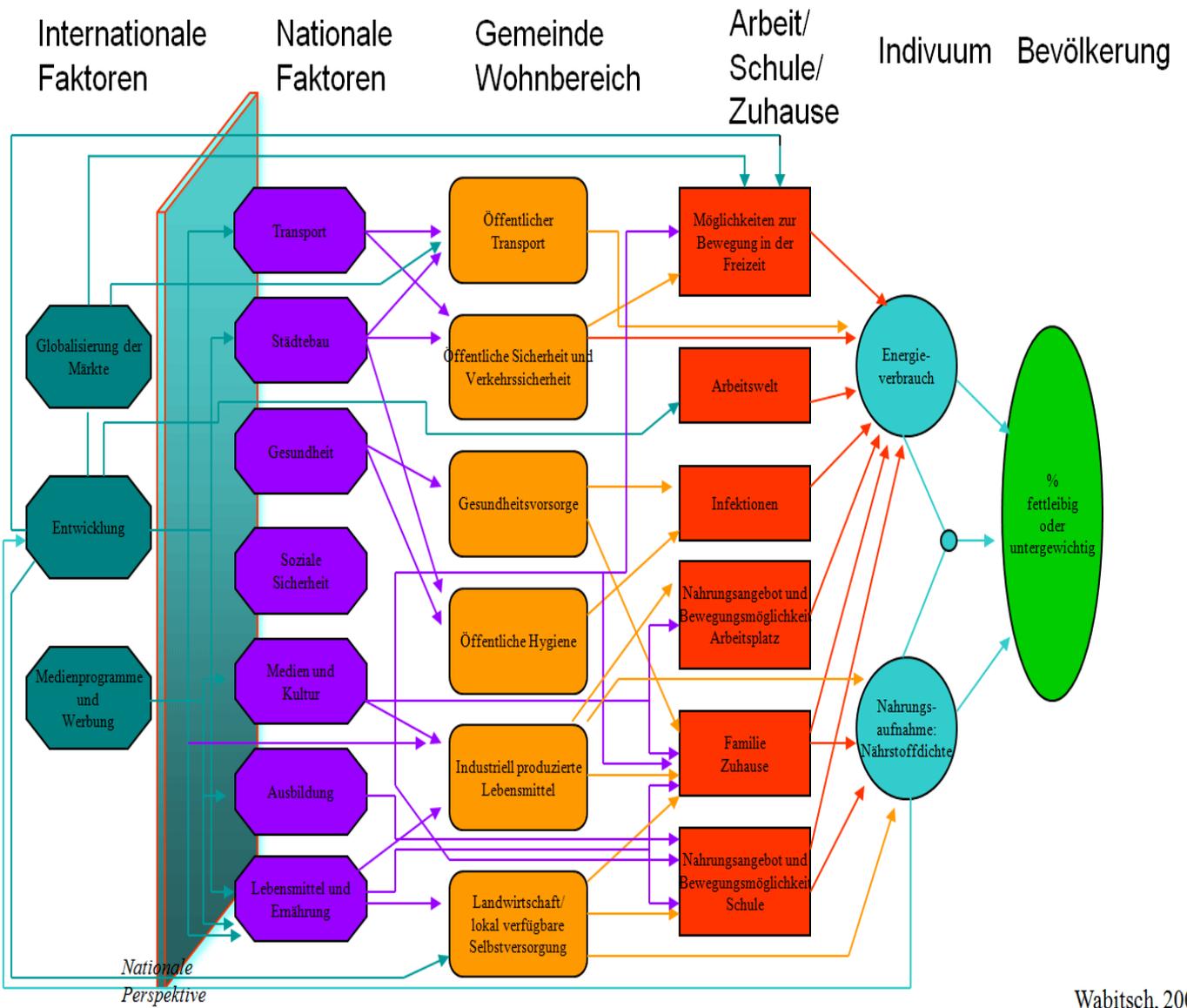
TUDOR-LOCKE Catrine: Canadian children's and youth's pedometer-determined steps/day, parent-reported TV watching time, and overweight/obesity: The CANPLAY Surveillance Study. URL: <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-8-66>. Zugriff am 10.05.2017

Wabitsch, Martin: Adipositas bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland, URL: <https://www.stadt-koeln.de/mediaasset/content/pdf57/43.pdf#page=36>. Zugriff am 01.04.2017

WINKLER Hartmut: Mediendefinition, URL: <http://homepages.uni-paderborn.de/winkler/medidef.pdf>. 2004. Zugriff vom 01.05.2017

Anlage 1: Schaubild: Gründe für Adipositas

Netzwerk kausaler Faktoren der Adipositas (s. www.a-g-a.de)



Wabitsch, 2004

nach IOTF.org/groups/phago/causalweb.htm

Anlage 2: Mögliche Veränderungen durch steuerliche Koventionen nach Uni Hamburg¹¹³

Tab. 1 Auswirkungen einer Steuer auf ungesunde Lebensmittel								
Produktgruppe	Umsatz (Mrd. EUR)	Nachfrageelastizität	Nettowert des Umsatzes (Mrd. EUR)	Umsatzsteueraufkommen vorher (Mrd. EUR)	Verteuerung (%)	Anteil ungesunder Produkte	Umsatz (Mrd. EUR) Neu	Steuermehr-einnahmen (Mrd. EUR)
Fleisch und Fleischprodukte	26,47	-0,37	24,74	1,73	20,5	0,3	28,20	1,73
Milch und Milchprodukte	18,30	-0,19	17,10	1,20	20,5	0,6	20,26	1,96
Backwaren	10,38	-0,31	9,71	0,68	20,5	0,6	11,39	1,01
Süßwaren und Dauerbackwaren	8,99	-0,10	8,40	0,59	20,5	0,95	10,57	1,58
Alkoholische Getränke	8,95	-0,50	8,36	0,59	8,5	1,0	9,33	0,38
Obst und Gemüse (verarbeitet)	6,64	-0,20	6,20	0,43	20,5	0,5	7,25	0,61
Fertiggerichte und sonstige Nahrungsmittel	5,81	-0,34	5,43	0,38	20,5	0,9	6,54	0,73
Mineralwasser und Erfrischungsgetränke	5,07	-0,12	4,74	0,33	8,5	0,95	5,43	0,36
Öle und Fette	4,38	-0,12	4,09	0,29	20,5	1,0	5,17	0,79
Mühen und Stärke	4,11	-0,27	3,84	0,27	20,5	0,85	4,65	0,54
Würzen und Soßen	2,76	-0,21	2,58	0,18	20,5	0,85	3,15	0,39
Zucker	2,12	-0,60	1,98	0,14	20,5	1,0	2,29	0,17
Fisch und Fischprodukte	1,58	-0,37	1,47	0,10	20,5	0,3	1,68	0,10
Teigwaren	0,30	-0,31	0,28	0,02	20,5	0,9	0,34	0,04
Sonstiges	6,16	-0,29	5,76	0,40	20,5	0,5	6,70	0,54
Tabak	24,51	-0,39	22,91	1,60	8,5	1,0	25,77	1,26
Gesamt	136,52		127,59	8,93			148,71	12,19

113 Effertz/Adams, <https://www.bwl.uni-hamburg.de/irdw/dokumente/publikationen/steuern-kindermarketing-werbeverbot.pdf>, Zugriff am 20.05.2017, o.S.

Eigenständigkeitserklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und nur unter Verwendung der angegebenen Literatur und Hilfsmittel angefertigt habe. Stellen, die wörtlich oder sinngemäß aus Quellen entnommen wurden, sind als solche kenntlich gemacht. Diese Arbeit wurde in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt.

Ort, den TT. Monat JJJJ

Vorname Nachname