

# Körperliche Aktivität, Medienkonsum und Ernährung in Familien: Gibt es typische familiäre Verhaltensmuster?

Christina Niermann & Sarah Spengler

Hamburg, 06.04.2019

## Hintergrund



- Gesundheit wird durch Kombination verschiedener gesundheitsrelevanter Verhaltensweisen beeinflusst (Berrigan et al., 2003)
- viele Studien untersuchen das gemeinsame Auftreten verschiedener gesundheitsrelevanter Verhaltensweisen → Identifizierung typischer Verhaltensmuster (z.B. Moreira et al., 2018; Noble et al., 2015)

# Hintergrund

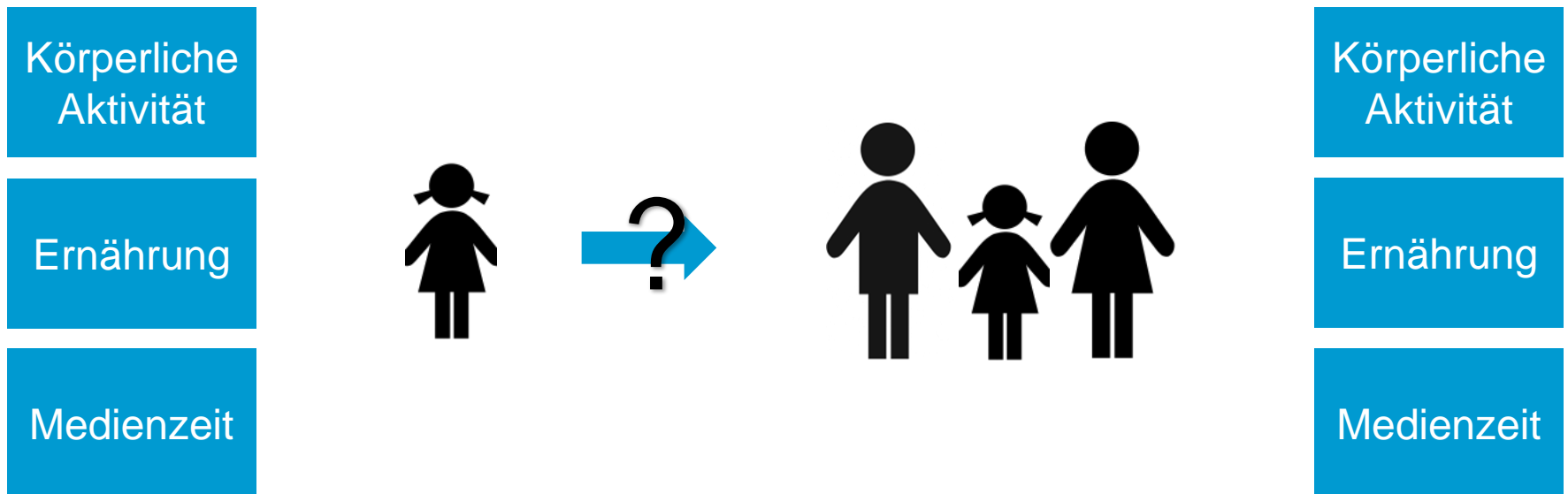


- Verhaltensmuster entstehen nicht in einem Vakuum → eingebettet in sozialen Kontext, z.B. Familie
- Gesundheitsverhalten wird im familiären Kontext entwickelt und aufrechterhalten (z.B. Baranowski, 1997)
- Risikofaktoren treten innerhalb von Familien gehäuft auf (z.B. Harrap et al., 2000)
- zugrundeliegende Verhaltensweisen scheinen sich innerhalb von Familien zu ähneln (z.B. Wang et al., 2011; Fuemmeler et al., 2011)

# Hintergrund

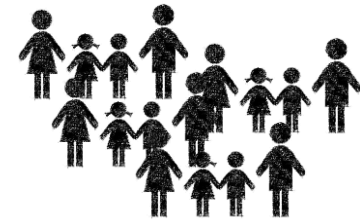
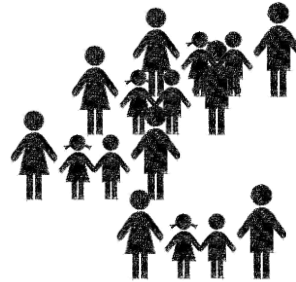
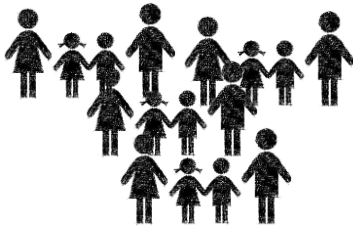
Individuelle Verhaltensmuster

familiäre Verhaltensmuster



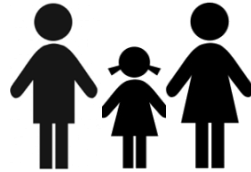
# Forschungsfragen

- (1) Lassen sich Gruppen von Familien mit spezifischen familiären Verhaltensmuster identifizieren?



- (2) Wie lassen sich diese Gruppen charakterisieren?

# Studie



**N = 189 Familien**

Kinder: 61,9% ♀, M = 14 Jahre (SD = 1.17)

## – Variablen

### *Cluster-Variablen*

- Verzehr „gesunder“ Lebensmittel (Salat, Gemüse, Obst; FFQ)
- Verzehr „ungesunder“ Lebensmittel (Schokolade, Kuchen, Süßigkeiten; FFQ)
- Häufigkeit körperlicher Aktivität (Anzahl der Tage mit mehr als 30min bzw. 60 min körperlicher Aktivität; Screening-Items)
- Bildschirmzeit (Minuten Wochentage und Wochenendtage)

### *beschreibende Variablen*

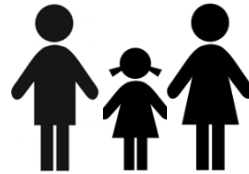
- demografische Variablen (Bildungsniveau, Familienstruktur etc.)
- Family Health Climate (Ernährung und Aktivität)



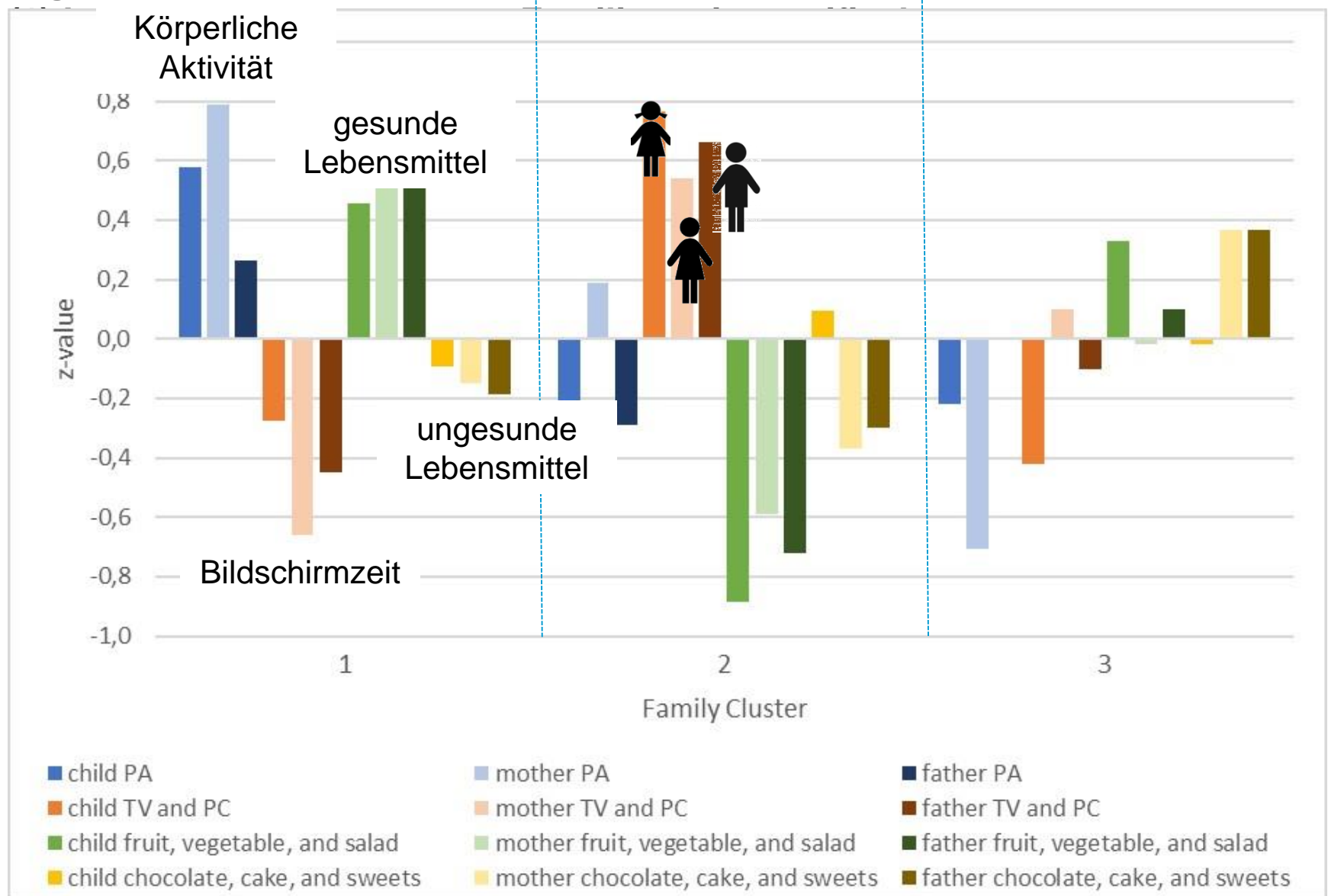
# Studie

## – Vorgehen

- Cluster-Analysen (Ward's Methode, K-Means Analyse) auf Ebene der Triaden
- 12 Variablen: 4 Verhaltensweisen x 3 Personen



# Ergebnisse

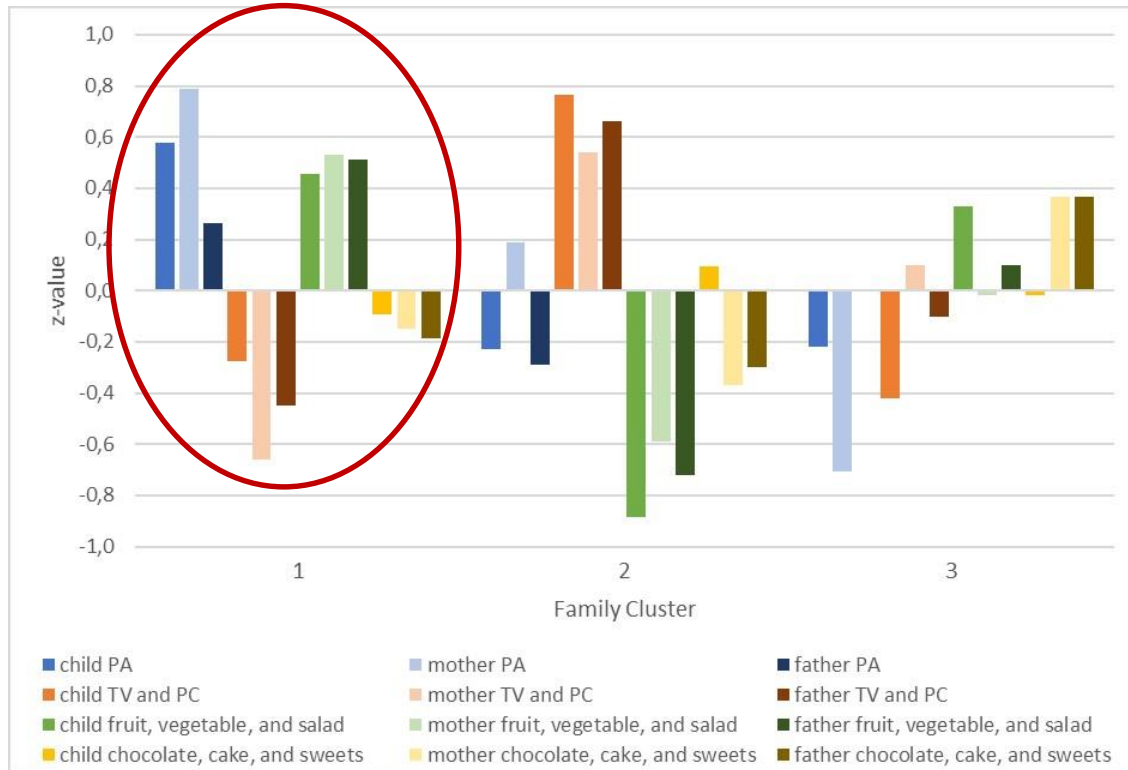




## (2) Wie lassen sich diese Gruppen charakterisieren?

### Familien mit gesundheitsförderlichen Verhaltensmustern (n = 58)

- bewegen sich „viel“
- haben „geringe“ Bildschirmzeiten
- verzehren „häufig“ gesunde und
- „selten“ ungesunde Lebensmittel
  
- Verhaltensweisen ähneln sich am stärksten innerhalb der Familie

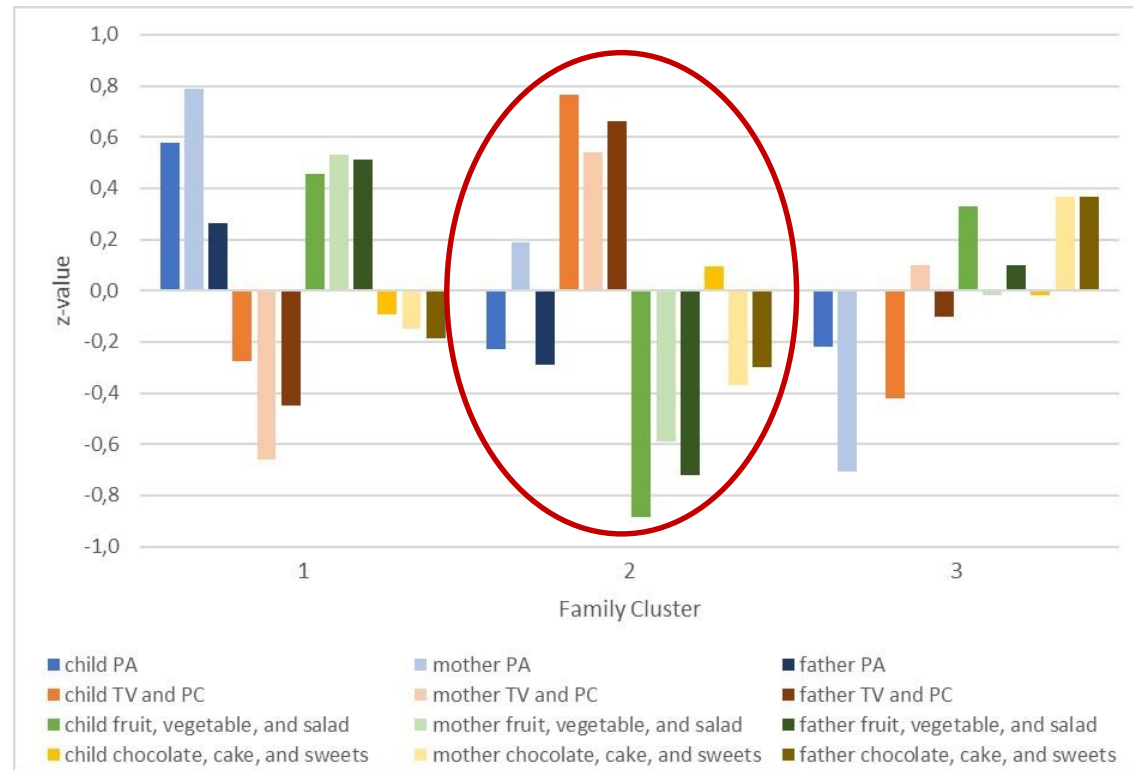


- höheres Bildungsniveau (Mütter, Kinder)
- mehr Kinder
- positives FHC (körperliche Aktivität & Ernährung)

## (2) Wie lassen sich diese Gruppen charakterisieren?

### Familien mit ungünstigen Verhaltensmustern (n = 57)

- haben „hohe“ Bildschirmzeiten
- verzehren „selten“ gesunde Lebensmittel
- Verhaltensweisen ähneln sich weniger

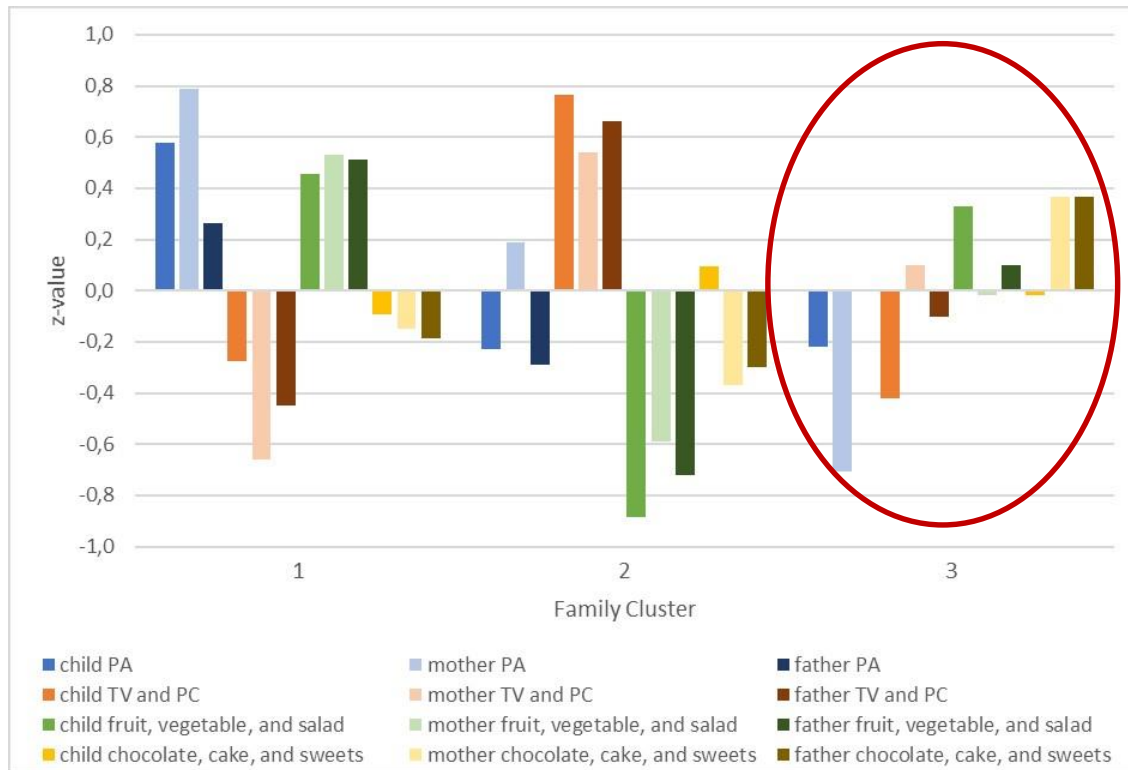


- geringeres Bildungsniveau (Mütter, Kinder)
- weniger Kinder
- am wenigsten positives FHC (körperliche Aktivität & Ernährung)

## (2) Wie lassen sich diese Gruppen charakterisieren?

### Familien mit uneinheitlichen Verhaltensmustern (n = 74)


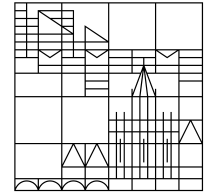
- Mütter, Väter und Kinder haben unterschiedliche Verhaltensmuster
- Kinder zeigen günstigere Verhaltensmuster als Eltern, aber geringes Aktivitätslevel
- Verhaltensweisen ähneln sich am wenigsten



- höheres Bildungsniveau (Mütter, Kinder)
- weniger Kinder
- positives FHC Ernährung, weniger positives FHC Aktivität

## Take Home Messages

- Cluster existieren auf Ebene der Familie → drei Gruppen von Familien lassen sich unterscheiden: Familien mit günstigen und ungünstigen Verhaltensmustern und Familien mit uneinheitlichen Mustern
- individuelle Verhaltensweisen sind auf unterschiedliche Weise im geteilten Familienalltag verankert
- zugrundeliegende Mechanismen (z.B. „parenting practices“, zugrundeliegende Einstellungen) müssen weiter untersucht werden
- dabei sollten nicht nur die dyadischen Beziehungen zwischen Eltern und Kindern betrachtet werden, sondern auch die Familie als Ganzes (z.B. familiäre Interaktionsmuster, „family functioning“ etc.)



# Körperliche Aktivität, Medienkonsum und Ernährung in Familien: Gibt es typische familiäre Verhaltensmuster?

Christina Niermann, Sarah Spengler

Hamburg, 06.04.2019