

Vortrag am Dienstag, 19. Dezember 2023**Start: 10:15 Uhr (bis 11.30 Uhr)****in HS 424****Vortragssprache: Deutsch**

Warum wir oft denken, dass gesundes Essen nicht schmeckt: Über die Entstehung von Illusionen und ungünstigen Überzeugungen über die Ernährung

Prof. Dr. Arnd Florack**Universität Wien**

Viele Menschen glauben, dass ungesunde Lebensmittel besser schmecken als gesunde. Aus diesem Grund wählen sie oft mehr ungesunde Lebensmittel, und die Überzeugung "ungesund = schmackhaft" trägt in vielen Ländern zu ungesunder Ernährung und wahrscheinlich auch zur Entstehung von Krankheiten bei. Die Hartnäckigkeit der "ungesund=schmackhaft"-Überzeugung ist jedoch überraschend, wenn man bedenkt, dass es viele gesunde und dennoch schmackhafte Lebensmittelalternativen gibt und auch die Lebensmittelindustrie sich

zunehmend auf gesündere Lebensmittelalternativen einstellt. Die bisherige Forschung zu Ernährungsüberzeugungen konzentrierte sich hauptsächlich auf den Einfluss der Kommunikation über ungesunde Lebensmittel und auf das Verhalten der Eltern. Wir argumentieren, dass darüber hinaus die starke Dominanz ungesunder, aber schmackhafter Lebensmittel zu Ernährungssillusionen führen kann, die nicht mit den eigenen Geschmackserfahrungen übereinstimmen und die durch einen belohnungsreichen Ernährungskontext künstlich aufrechterhalten werden. In einer Reihe von experimentellen Studien zeigen wir die Entstehung und Aufrechterhaltung von Ernährungssillusionen. Darüber hinaus zeigen wir, dass die Häufigkeitsverteilungen, die wir in den Experimenten erzeugen, auch in realen Ernährungsumgebungen auftreten.