

Fragen Rund ums Essen



Was hast du als Kind gerne gegessen?

Was mochtest du als Kind überhaupt nicht?

Welche Essgewohnheiten herrsch(t)en in deiner Familie vor (gemeinsame Mahlzeiten, feste Esszeiten, Sonntagsbraten usw.)?

An welche Tischsitten kannst du dich erinnern?

Isst du meistens...

- Alleine
- Mit deiner Familie
- Mit Freund/inn/en
- Vor dem Fernseher

Erinnere dich an den gestrigen Tag:

Wann hast du gegessen:

Wie oft hast du gegessen (jede Esssituation, auch zwischendurch):

Warum hast du gegessen (Langweile, Hunger, Pflicht, Lust usw.):

Wie hast du gegessen? (hastig, genussvoll, stehend usw.):

Ich achte beim Essen auf...

- Den Genuss
- Die Kalorie
- Gesunde Nahrungsmittel
- Den Preis
- Saisongerechte Lebensmittel

Hast du schon einmal/öfters eine Diät gemacht oder gefastet? JA NEIN

Wenn ja, wie war das für dich?