

Johannes Gutenberg-Universität Mainz

Institut für Soziologie

Seminar: Empirisches Projekt – Netzwerkanalyse in der empirischen Sozialforschung

Dozentin: Prof. Dr. Marina Hennig

Sommersemester 2018 & Wintersemester 2018/2019

„Man ist, was man isst?“

Über den Zusammenhang zwischen der Ernährung von Individuen und der
Netzwerkstruktur ihrer Beziehungen

Malte von Maltzahn, Patrick Opper mann

Mai 2019

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung.....	1
2. Begriffsklärung	2
3. Forschungsstand	3
4. Methodisches Vorgehen	4
4.1 Datenerhebung.....	5
4.2 Auswertungsmethode.....	6
5. Auswertung	7
5.1 Der Ergänzende Omnivore.....	7
5.2 Der Opportunistische Flexitarier	11
5.3 Die Moderate Vegetarierin.....	15
5.4 Die Missionarische Veganerin.....	18
6. Konzeptuelle Zusammenführung	23
6.1 Theoretisch-empirische Abgrenzung der Ernährungstypen.....	23
6.2 Vergleichende Abstrahierung	30
7. Fazit.....	31
Literaturverzeichnis.....	33
Anhang	35

1. Einleitung

Ist die Ernährung Grundlage allen Lebens, reicht sie zugleich doch weit darüber hinaus eine Selbstverständlichkeit zu sein. Gegenwärtige Trends wie etwa der Veganismus verdeutlichen, wie vielschichtig die Ernährung soziale, psychologische, ökonomische, politische und kulturelle Realitäten und Diskurse durchdringt. Vor diesem Hintergrund fokussiert die vorliegende Forschungsarbeit die soziale Dimension von Ernährung. Ronald Inglehart beschreibt in seiner Wertewandeltheorie für die postmoderne Gesellschaft eine Entwicklung weg von einer Ausrichtung auf materielle Werte hin zu einer Orientierung an postmateriellen Werten wie Selbstverwirklichung (vgl. Inglehart 1989). Im Hinblick auf Ernährung zeigt sich, dass aktuell nicht mehr die Befriedigung von Hungerbedürfnissen gesellschaftliche Bedeutung gewinnt, sondern vielmehr die Entwicklung und Ausgestaltung mannigfaltiger Ernährungsstile. Wenn der israelisch-amerikanische Soziologe Aaron Antonovsky für die Gesundheit einen Wandel von der pathogenetischen zur salutogenetischen Orientierung erkennt, nach der Gesundheit nicht mehr nur als Abwesenheit von Krankheit verstanden wird, sondern nach ihren Grundgrößen sucht, lässt sich Ähnliches auch für die Ernährung beobachten (vgl. Antonovsky 1997, S. 24). Die gesellschaftliche Auseinandersetzung mit den Möglichkeiten unterschiedlicher Ernährungsformen wächst.

Die vorliegende Arbeit konzentriert sich auf die Faktoren, die zur Herausbildung von Ernährungsstilen beitragen. Die bisherige Forschung geht paradigmatisch zumeist entweder von der Theorie des Homo Oeconomicus oder aber des Homo Sociologicus aus, wobei die Einbettung der Akteure in soziale Netzwerke oft außer Acht gelassen wird. Deshalb nimmt diese Arbeit sowohl von einem vornehmlich rational handelnden wie auch von einem vollständig durch Sozialisation bestimmten Akteur Abstand und legt das Augenmerk auf die interdependenten Verflechtungen von Akteuren in ihren sozialen Netzwerken. Obwohl die Netzwerkforschung bereits vielfach Anwendung gefunden hat und fruchtbare Forschungsergebnisse erzielen konnte, gibt es bislang keine Studien, die den Zusammenhang von Ernährung und sozialer Vernetzung dezidiert untersuchen. Ziel dieser Arbeit ist es daher, mithilfe eines explorativen Designs verschiedene Ernährungsmuster im Kontext sozialer Netzwerke zu identifizieren, um davon ausgehend die Frage zu klären, inwiefern die Struktur sozialer Beziehungen als unabhängige Variable auf die Ernährung wirkt oder aber als abhängige Variable durch jene beeinflusst wird.

Nach einer Klärung wesentlicher Begrifflichkeiten soll zunächst der aktuelle Forschungsstand grob umrissen werden, ehe die Methodik des empirischen Vorgehens in den Fokus rückt. Auf Grundlage der erhobenen Daten folgt eine zweistufige Auswertung durch Typenbildung und theoretisch-empirische Abstrahierung jeweils auf Grundlage von Netzwerkvisualisierungen. Zuletzt schließt die Arbeit mit einem Fazit.

2. Begriffsklärung

Während sich Max Weber in seiner Vorstellung, Soziologie sei „eine Wissenschaft, welche soziales Handeln deutend verstehen und dadurch in seinem Ablauf und seinen Wirkungen ursächlich erklären“ (Weber 1984, S. 19) wolle, noch auf die Handlungsebene beschränkt, weitet er den Begriff der sozialen Beziehung hingegen auch auf die Einstellungsebene aus. Soziale Beziehungen können demnach verstanden werden als das aufeinander bezogene Verhalten mehrerer, das über die Einstellung sinnhaft vermittelt wird (vgl. ebd., S.47). Wenn weiterhin mit Georg Simmel gesprochen die Soziologie eine Lehre der Wechselwirkungen ist, kann gesagt werden, dass soziologische Analysen nicht nur an die Einstellung und das Verhalten der Akteure gebunden sind, sondern grundsätzlich dabei an soziale Beziehungen (vgl. Simmel 1992). Heidbrink et al. klassifizieren als wesentliche Beziehungstypen solche der Partnerschaft, der Freundschaft, der Familie, des Internets, der Nachbarschaft sowie am Arbeitsplatz (vgl. Heidbrink et al. 2009, S. 22, 36, 64, 84, 111). Bilden mehrere Beziehungen ein Kollektiv, spricht man von Netzwerken.

Soziale Netzwerke können in Rekurs auf Wasserman und Faust als begrenzte Einheiten von Akteuren verstanden werden, die miteinander in Beziehung stehen. In ihrer Verkettung von aufeinander bezogenen Akteuren zeigen sich Netzwerke insofern als Konstrukte multipler Dyaden, die jedoch Interdependenzen über die Einzelbeziehungen hinweg generieren (vgl. Hennig et al. 2012, S. 28f.; Wasserman/ Faust 1994, S. 20). Analog zu Simmels Verständnis, die Gesellschaft nicht starr, sondern als dynamisches Geschehen zu fassen, können Netzwerke als nicht abgeschlossene Gebilde begriffen werden, die einem permanenten Wandel unterliegen und darüber hinaus transzendierende Grenzen haben (vgl. Granovetter 1973). So zeigen sie sich offen für die einzelnen Akteure, wobei das Wirkungsverhältnis verschieden gerichtet sein kann. Netzwerke vermögen auf ihre Akteure zu wirken, gleichwohl haben diese aber auch konstitutiven Einfluss auf sie.

Ebendieses Spannungsverhältnis möchte die vorliegende Arbeit in den Blick nehmen, indem sie zu ergründen sucht, wie sich soziale Netzwerke unter den Vorzeichen der Ernährung um Akteure formieren bzw. formenden Einfluss auf sie und ihre Ernährung haben. Dabei soll zwischen der Einstellungs- und der Verhaltensebene differenziert werden, um zu analysieren, wo Akteure Veränderungen intendieren, wo sie solche vollziehen respektive wo Netzwerke hinsichtlich Einstellungen oder Verhalten eine Rolle spielen.

3. Forschungsstand

Die Ernährungssoziologie ist ein bislang wenig beachtetes Forschungsfeld auf der wissenschaftlichen Landkarte, das erst in den späten 1990er Jahren mehr Aufmerksamkeit gefunden hat. In der deutschen Forschung haben Hans-Werner Prah und Monika Setzwein im Jahr 1999 ein Grundlagenwerk „Soziologie der Ernährung“ verfasst. Darin setzen sie sich vielschichtig mit sozialen Aspekten der Ernährung auseinander. Ihre Analysen reichen von Längsschnittperspektiven und Querschnittvergleichen sozialstruktureller Merkmale, über die Rolle der Sozialisation im Hinblick auf die Etablierung und Veränderung von Ernährungsnormen bis hin zu makro-strukturellen Entwicklungen der Globalisierung und Modernisierung (vgl. Prah/ Setzwein 1999).

Eine spezifischere Auseinandersetzung aus sozialisationstheoretischer Perspektive nimmt Reitmeier in seiner 2014 publizierten Dissertation „Warum wir mögen, was wir essen. Eine Studie zur Sozialisation der Ernährung“ vor, die Bedingungen in der Herausbildung des Geschmacks fokussiert. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf dem Wechselspiel von Individuum und Gesellschaft. Durch Interviews arbeitet der Autor heraus, dass die ersten Berührungspunkte mit Ernährung bereits im Kindesalter den Grundstein legen für die Ausbildung eines spezifischen Ernährungsverhaltens. Sobald jenes bewusster wird, gewinnen schließlich auch Habitus und emotionale Bindung zum Essen und den ihm verwandten Tätigkeiten erheblich an Bedeutung für die Ernährung. Zusätzlich wirkt auch die Vermittlung schichtspezifischer Körperbilder prägend für die Herausbildung bestimmter Ernährungspräferenzen, was den Individuen allerdings oft nicht bewusst ist, obwohl sie durch alltägliche Praktiken die unbewussten Präferenzen reproduzieren und sukzessive manifestieren (vgl. Reitmeier 2014, S. 335-342). Beiträge aus vergleichbarem Blickwinkel gehen unter anderem auf von Ferber (1980), Viswanath und Bond (2007) oder auch Fox und Ward (2008) zurück.

Eine paradigmatisch komplementäre Perspektive hat in der Psychologie ihren Ursprung, wo etwa Volker Pudel und Joachim Westenhöfer für das Ernährungsverhalten rationalen Entscheidungen Relevanz zusprechen. In ihrem 2003 veröffentlichten „Drei-Komponenten Modell“ führen die Autoren das Essverhalten neben einer Innen- und Außensteuerung auf kognitive Entscheidungsprozesse zurück, die aus ihrer Sicht im Lebensverlauf wachsendes Gewicht erlangen, während zugleich Normen und biologische Regulationsformen an Bedeutung verlieren. Die bewusste Steuerung durch kognitive Vorgänge stellt dabei für die Individuen in ihrem Ernährungsverhalten eine Zieldimension dar, unabhängig davon, ob das für rational Befundene dem Grad objektiver Rationalität entspricht (vgl. Pudel/ Westenhöfer 2003, S. 46ff.). Ein verwandter Beitrag aus der Soziologie findet sich bei Pantzar (1996), der ebenfalls rationale Entscheidungen zentral sieht für Ernährungsformen, wenn er Essvorlieben in ein Rational Choice Modell integriert, um es schließlich an biologischen, ökologischen und kulturellen Theorien zu kontrastieren.

Die vorliegende Arbeit schließt dagegen an eine Perspektive an, die sich in ähnlicher Weise erstmals bei Feunekes et al. 1998 findet, die in ihrem Artikel „Food Choice and Fat Intake of Adolescents and Adults: Associations of Intakes within Social Networks“ die soziale Umwelt von 15-jährigen Jugendlichen als Determinante für deren Ernährungsverhalten sehen. Über einen Fragebogen wird dort die Häufigkeit von spezifischen Gerichten in 361 sozialen Netzwerken erhoben, die sich jeweils aus den jugendlichen Akteuren, ihren Eltern, sowie einem Freund pro Elternteil und jugendlichem Akteur konstituieren. Darüber hinaus werden Familien- und Gruppeninterviews geführt. Als Resultat zeigt sich, dass innerhalb des engeren Familienkreises 76 bis 94 Prozent der Nahrungsaufnahme korreliert. Auch ergeben sich mittlere Zusammenhänge bezüglich der Aufnahme von Fett und Fettsäuren innerhalb der Kernfamilie. Für das erweiterte Netzwerk mit den Freunden ist nur ein geringer Zusammenhang für den Verzehr spezifischer Gerichte feststellbar, jedoch keine Verbindungen bezüglich der Aufnahme von Fetten (vgl. Feunekes et al. 1998, S. 645).

4. Methodisches Vorgehen

Um Zusammenhänge zwischen Netzwerkstrukturen und Ernährungsmustern zu identifizieren, wird in Anlehnung an Hennig und Federmann (2018) sowie Hollstein (2010) ein sequentiell exploratives Mixed-Methods-Design gewählt. Dabei werden qualitative Interviews geführt und mit quantitativen Netzwerkdaten verknüpft, die parallel dazu erhoben werden. Im Einklang mit den Zielen qualitativer Forschung geht es zunächst darum, fremde Phänomene vertraut zu machen und bekannte zu verfremden. Durch ein reflexives Verständnis sollen Selbstverständlichkeiten infrage gestellt und soziologische Theorie nicht überprüft, sondern gebildet werden. Nach Foucaults Vorstellung des „Experimentators“ (Foucault 2005, S. 52) sind in der qualitativen Forschung Theorie und Empirie unmittelbar miteinander verflochten und inspirieren sich gegenseitig. Die nach Kapitel 2 definierten sozialen Beziehungen lassen sich in der Vielschichtigkeit ihrer Sinnzusammenhänge nur mithilfe von Interviews erheben. Nach der Vorstellung der Biographieforschung konstituieren erzählte Texte Narrative. Durch solche Narrative können Netzwerke rekonstruiert und in ihren Bedeutungen erfasst werden. Aus den Erzählungen lassen sich Netzwerkstrukturen aus der Perspektive des Akteurs und die ihm eigenen Relevanzen und Bewertungskategorien verstehen.

Jedoch nimmt die qualitative Netzwerkanalyse insofern von der Selbstzuschreibung der Akteure Abstand, als die äußeren Zeichen im hermeneutischen Sinne nicht für sich stehen, sondern dazu verwendet werden, dahinter liegende Sinnstrukturen zu identifizieren. Schon Erving Goffman erkennt, dass Einzelne in sozialen Situationen darum bemüht sind, ein möglichst positives Bild von sich zu erzeugen und folglich versuchen, über ihre verbalen Äußerungen Kontrolle zu gewinnen (Goffman 1998, S. 6-10). Insofern gilt es, zwischen dem Gesagten zu trennen und dem, worauf

jenes verweist. Die zusätzliche Erhebung quantitativer Netzwerkdaten lässt es schließlich zu, systematische Zusammenhänge zwischen identifizierten Handlungsmustern und spezifischen Netzwerkbedingungen zu erkennen, da quasi-objektive Netzwerkdaten, die qualitativ nur unzureichend erhoben werden könnten, im Kontext subjektiv empfundener Wirkrichtungen verstanden werden. In den nachfolgenden Kapitel 4.1 und 4.2 soll zunächst die Datenerhebung näher umschrieben werden, ehe die Auswertungsmethode dezidiert in den Fokus rückt.

4.1 Datenerhebung

Zur Erhebung von Ernährungsmustern im Kontext der Netzwerkstrukturen ihrer Akteure wurden zwei Studentinnen und zwei Studenten im Alter von 22 bis 26 Jahren interviewt. Die Interviews dauerten zwischen einer und zwei Stunden. Als Erhebungsinstrument wurden die Ausrichtung des problemzentrierten Interviews nach Witzel und die Prämissen des narrativ-biographischen Interviews nach Schütze integriert (vgl. Witzel 1985/ Schütze 1983). Einerseits war der thematische Fokus notwendig, um die Kontingenz des Erzählten zu begrenzen und damit eine Vergleichbarkeit zwischen den Interviews zu gewährleisten. Andererseits diente die Kritik von Aaron Cicourel am Objektivitätsanspruch standardisierter Forschung, nach der die Gesprächsbereitschaft durch Leitfäden nicht gefördert, sondern zurückgedrängt wird, als Anstoß dazu, die Interviews biographisch-narrativ auszurichten (vgl. Cicourel 1970, S. 146ff.). Durch einen kurzen Erzähl-Stimulus wurden Stegreiferzählungen ausgelöst, auf die hin im Verlauf der Interviews lediglich mit immanenten und exmanenten Nachfragen auf längere Pausen oder zu starke thematische Abdrift reagiert wurde.

Zunächst wurde mit der interviewten Person gemeinsam ein Fragebogen zu persönlichen Gewohnheiten und soziodemographischen Merkmalen ausgefüllt, um einen Überblick an relevanten Eigenschaften zu gewinnen, der später zwischen den verschiedenen Befragten ggf. Vergleiche erlaubt. Im Anschluss daran wurden die Interviews jeweils mit folgender Frage begonnen:

Wir beschäftigen uns mit der Frage, wie sich Ernährungsstile entwickeln und wovon sie abhängen. Insbesondere interessiert uns dabei der Einfluss des sozialen Umfeldes auf das Ernährungsverhalten. Daher möchten wir Sie bitten, uns zu erzählen, wie sich Ihr Ernährungsstil im Laufe Ihres Lebens entwickelt hat, wie Sie sich in der Vergangenheit ernährt haben, wie Sie sich heute ernähren und warum. Gab es prägende Erlebnisse oder Personen in Ihrem Umfeld, die eine besondere Rolle dabei gespielt haben? Am Anfang haben sicher Ihre Eltern einen Einfluss gehabt. Erzählen Sie doch mal, wie war das damals als Kind?

Die Interviewten bekamen eine nummerierte Namensliste. Auf dieser sollten sie im Verlauf der Erzählung jede Person notieren, die im Kontext der Ernährung von Bedeutung war. Dabei wurden die Befragten darüber aufgeklärt, dass die Liste ausschließlich anonymisiert für die nachfolgenden Analysen verwendet würde. Die fortlaufende Nummerierung der Liste diente dazu, im Anschluss an das Interview weitere Informationen zu den genannten Personen zu erheben, falls diese sich für detailliertere Interpretationen als hilfreich erweisen würden. Dazu zählten Alter, Geschlecht, Be-

ziehungsart, Kontakthäufigkeit, Wohnentfernung, Grad der Auseinandersetzung mit Ernährung, Ernährungsstil sowie bestehende Kontakte zu weiteren Alteri. Sofern die Interviewten vergaßen, erwähnte Personen auf der Liste einzutragen, wurde dies durch kurzen Hinweis erbeten.

Durch die gewählte Vorgehensweise konnte einerseits das soziale Umfeld der Befragten evident erhoben werden, andererseits gelang es so auf fruchtbare Weise, die Beziehungen von Ego über die Erzählung vermittelt zu qualifizieren. In der Durchführung hat sich gezeigt, dass die Anstöße, in der Erzählung vorkommende Personen aufzuschreiben, sich selten als störend erwiesen, sondern oftmals eher einer vertieften Erzählung zuträglich waren.

4.2 Auswertungsmethode

Die Interviews wurden allesamt aufgenommen, transkribiert¹ und in voller Länge gelesen. In Anlehnung an Strauss und Corbin wurde für die Auswertung des Datenmaterials auf die Grounded Theory Methodology (GTM) zurückgegriffen (vgl. Strauss/ Corbin 1996). Das Grundverständnis dieses methodischen Konzepts geht unter anderem auf Vorstellungen Martin Heideggers zurück, der das Verstehen als Existential des Menschen begreift (vgl. Heidegger 1957, S. 336). Überraschende Forschungsergebnisse sind demnach nicht störend, sondern verstehen sich als logisches Element eines hermeneutischen Prozesses, der zwischen empirischem Text und Theorie zirkulär vermittelt. Theorie wird davon ausgehend nicht durch Empirie überprüft, sondern im Einklang mit ihr gegenstandsorientiert entwickelt und führt zu wachsendem Verstehen. Den soziologischen Hintergrund für die GTM bildet vor allem der Symbolische Interaktionismus, der Bedeutung als dynamisches Moment von Beziehung und Interaktion betrachtet (vgl. u.a. Blumer 1969).

Die GTM sieht es vor, mithilfe von Konzepten und davon abstrahierenden Kategorien eine systematische Ordnung im Datenmaterial aufzuspüren. In der vorliegenden Arbeit wurde das Offene Kodieren zur Grundlage genommen, eine Typologie von Ernährungsmustern zu entwickeln, um diese anschließend ins Verhältnis zu den verschiedenen Netzwerkstrukturen zu setzen. Als Grundlage der Kodierung wurden zunächst folgende Fragen an das Material gestellt: Wie hat die kindliche Sozialisation stattgefunden? Wem wurde im Hinblick darauf Bedeutung zugeschrieben? Welche Ernährungsmuster sind zeitkonstant, welche wechselnd? Welche Ursachen lassen sich für entsprechende Veränderungen ausmachen? Wo nehmen Akteure in Ernährungsfragen Einfluss auf ihre sozialen Beziehungen, wo hingegen erleben sie Beeinflussung durch Alteri? Wie nehmen die Befragten ihre eigene Entwicklung wahr? In welchem Verhältnis stehen die Selbstzuschreibungen zu einem analytischen Blickwinkel? Wie sind die Netzwerkstrukturen beschaffen?

¹ Interpunktion und Rechtschreibung der Transkripte – und der in dieser Arbeit zitierten Transkriptauszüge – orientieren sich nicht an gängigen Regeln, sondern am Redefluss und der Aussprache der Interviewten.

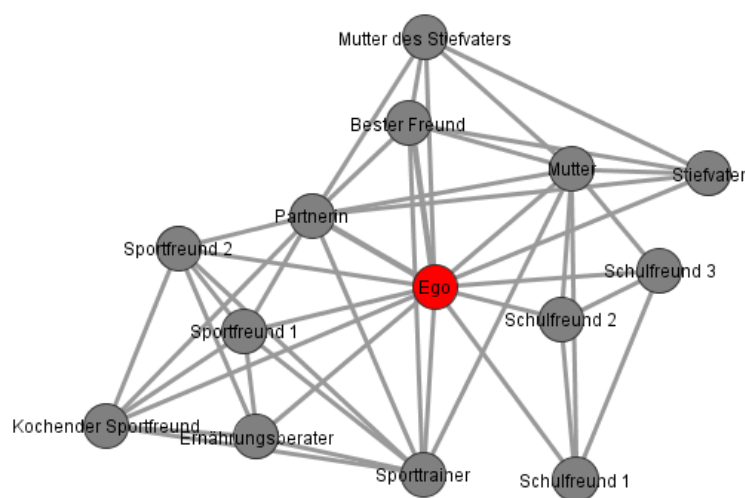
Für die Netzwerkerfassung wurden – wie bereits erwähnt – sowohl qualitative als auch quantitative Daten verwendet. Da Erzählungen grundsätzlich retrospektiven Verzerrungen unterliegen, wodurch abgebrochene Beziehungen von Akteuren etwa häufig negativer bewertet und weitergeführte dagegen in ihrer Bedeutung überschätzt werden, konnte durch die methodische Triangulierung eine Grundlage geschaffen werden, die Schwächen qualitativer und quantitativer Erhebung wechselseitig zu reflektieren. So wurden die ego-zentrierten Netzwerke zunächst auf Basis der quantitativen Daten generiert, ehe eine Aufbereitung unter Rückgriff auf die Beziehungsinformationen aus den Erzählungen – vor allem im Hinblick auf die Wirkmechanismen und deren Polung – erfolgt ist. Im Anschluss an das offene Kodieren sind im weiteren Forschungsprozess die ermittelten Strukturen einer differenzierten Betrachtung unterzogen, vergleichend abgegrenzt und schließlich in abstrakte soziologische Kategorien überführt worden.

5. Auswertung

In den nachfolgenden Überkapiteln 5.1 bis 5.4 werden die vier Typen von Ernährungsmustern, die aus den Interviews abgeleitet wurden, zunächst vorgestellt. Anhand der quantitativ generierten Netzwerke und beispielhafter Sequenzen aus den Interviews wird die Vorgehensweise der Konzept- und Kategorienbildung transparent gemacht. Erst im darauffolgenden 6. Kapitel sollen die eruierten Strukturen schließlich mit einer qualitativ aufbereiteten Netzwerkvisualisierung verknüpft, theoretisch abstrahiert und im Hinblick auf die Forschungsfrage interpretiert werden.

5.1 Der Ergänzende Omnivore

Abbildung 1: Quantitativ generiertes Netzwerk des Ergänzenden Omnivoren



Quelle: Eigene Erstellung (mit Visone)

Der erste Akteur, dem am Ende der Auswertung der Typus *Ergänzender Omnivore*² zugewiesen wurde, ist in seiner Kindheit sehr stark durch die Mutter geprägt. Diese ist alleinerziehend, der Vater und beide Großelternpaare leben in großer Wohnentfernung zu Ego, seiner Schwester und der Mutter, wodurch sich das familiäre Netzwerk im Lebensalltag wesentlich auf letztere beschränkt. Zentrale Kategorien der mütterlich determinierten Ernährung finden sich in Pragmatik, Kostenersparnis und einem eher untergeordneten schwachen Gesundheitskonzept. Es wird gesagt:

Meine Mutter hat immer, äh, nen Essensplan gemacht (...), ein sehr maßgebliches Motto war, war nicht nur, was essen wir gerne sondern was sind vielleicht auch Sachen (...) die man vielleicht gut einfrieren, die man dann auch mal praktisch wieder auftauen kann, ähm, die schnell gehen weil oft wenig Zeit war mittags (...). Zum, ähm, Mittagessen [gabs] immer nen Salat (...), des war so des Mindestmaß an gesundem Essen des immer reinmusste (...), den gabs eigentlich immer und des war ihr auch wichtig dass wir den essen.

Neben strukturierter Planung, zeitlicher Effizienz und der Orientierung an rudimentären Vorstellungen, was zu gesundem Essen zähle und was nicht – so gibt es etwa auch Restriktionen für den Konsum von Süßigkeiten durch eine „Naschbox“ –, spielen finanzielle Einschränkungen der Mutter eine wichtige Rolle. Es wird ausschließlich beim Discounter eingekauft, wobei Ego sowohl beim Einkauf als auch beim Kochen regelmäßig miteingespannt wird. In der Beziehung zu Schulfreunden bleibt die Ernährung überwiegend im Hintergrund, da Ego die Mittag Mahlzeiten stets zuhause einnimmt. Einzige Ausnahme bilden gelegentliche Besuche bei den Schulfreunden, die Ego zwar Differenzen in den Ernährungsgewohnheiten feststellen lassen, seine Bewertung hinsichtlich der mütterlichen Ernährung aber kaum tangieren. Aufwendigere Zubereitung, Markenprodukte sowie geringere Haushaltsverpflichtungen für die Kinder werden bei verschiedenen Schulfreunden zwar mitunter positiv wahrgenommen, dabei in der Bewertung hinsichtlich der eigenen Situation aber auch in Relation dazu gesetzt, dass die Mutter alleinerziehend ist:

Ich glaube auch dass wir [meine Schwester und ich], ähm, des irgendwie schon auch begriffen ham dass des nicht nur daher kommt dass unsere Mutter da keine Lust drauf hat, sondern, dass es auch einfach ne andere Situation ist (...) dass es uns natürlich gut gefallen hat wenn wir dann mal irgendwo anders waren und nicht mitkochen mussten, mithelfen mussten, und vielleicht auch mal neue Gerichte aufm Tisch standen (...) sodass wir uns auch manchmal vielleicht was Neues zum Essen gewünscht ham, meine Mutter dann schon teilweise drauf reagiert hat, aber teilweise dann auch gesagt hat dass, dass sies vielleicht zu teuer findet oder dass es zu aufwendig ist.

Die etablierten Muster der Mutter, die sich redundant in Effizienz und Pragmatik manifestieren, zeigen sich in der Jugendzeit auch in den randständigen sozialen Beziehungen wirksam. So werden selbst fremde Einflüsse des hinzukommenden Stiefvaters und dessen Mutter, die später regelmäßig für die Familie kocht, dabei aber von den Gewohnheiten der eigenen Mutter abweicht, innerhalb der bestehenden Kategorien verarbeitet. Konsequenz ist, dass Ego sich in den von der Mutter übernommenen Vorstellungen früh gegenüber abweichenden Haltungen immunisiert. Insbesondere die Erlebnisse bei Schulfreunden wirken letztlich eher reproduktiv bezüglich der sozialisierten Grundsetzungen. Hierzu zählen auch geringe Nahrungsmengen und eine Orientierung am Hungergefühl.

² Die omnivore Ernährungsweise kennzeichnet sich durch keine wesentlichen Restriktionen in der Auswahl von Nahrungsmitteln.

In der späteren Jugendzeit erlebt Ego eine Veränderung in seinen Lebensgewohnheiten, als er mit Leistungssport beginnt. Fortan gesellen sich zur Prägung durch die Mutter Einflüsse durch den Sporttrainer, der wesentlicher Bestandteil seines Alltags wird. Ego betont in diesem Kontext:

Ich bin schon immer sehr schwächlich gewesen und, ähm, im Sport war es dann so dass (...) mein Trainer (...) mal gesagt [hat], ich würde zu wenig essen. Da erinner ich mich dran. Und mein Trainer hat dann auch gesagt dass ich daheim drauf achten soll dass ich genug ess, mehr ess, er findet dass ich zu wenig ess (...), wo ich dann schon n bisschen mehr drauf geachtet hab (...) was ich ess, dass ich vielleicht Dinge ess die gehaltvoller sind.

Vermittelt über die extrinsische Motivation des Leistungssports beginnt Ego erstmals durch den Anstoß des Sporttrainers das sozialisierte Ernährungsverhalten zu reflektieren und geringfügige Anpassungen zu initiieren, vor allem im Einkauf, dem er bei Möglichkeit Quark und Nüsse bewusst hinzufügt. Verstärkend wirkt dafür ein vom Sportverein engagierter Ernährungsberater, der die Gewohnheiten von Ego insoweit verschiebt, als Ego seine Ernährung in der Folge um gesundheitliche Aspekte ergänzt, wobei diese wiederum eingebettet sind in den extrinsisch motivierten Rahmen sportlichen Erfolgs.

Was ich da auch so bisschen mit dem Ernährungsberater mal durchgesprochen hab und wo [er] mir so einige interessante Ansätze mal mitgegeben hat (...) dass ich gewisse Sachen vorm Sport einfach nicht essen sollte, dass ich diese Sodbrenn-Probleme nicht hab (...), und das andere war dass ich doch nen Stoffwechselform bin der eher wenig, äh, so, wie sagt man (...), schlechter Verwerter oder so, äh, das was ich ess bleibt eher nicht so hängen (...), dass ich meine Ernährung auch n bisschen so ausrichte dass ich äh vielleicht entgegen des normalen Diätplans, viele, viel Energie auf wenig Raum essen muss.

Durch die Anregung des im Netzwerk lediglich peripher positionierten Ernährungsberaters erweitert Ego sein Ernährungsmuster um die Dimensionen der Energie und Verträglichkeit. Damit richtet er das Essverhalten zwar gewissermaßen neu aus, die etablierten Normen der Pragmatik und der Kostenersparnis bleiben jedoch unangetastet, sie werden nur unter den veränderten Vorzeichen des Leistungssports ausdifferenziert. Die Stabilität dieses Musters wird eingängig deutlich, wenn eine spätere Beziehung von Ego im Kontext des Leistungssports in den Blick genommen wird:

Immer wenn der da war ham wir eigentlich immer gekocht, und das ging auf seine Initiative hin dass es immer neue Gerichte waren die ich noch gar nicht kannte, die teilweise für mich fast exquisit geklungen haben aber auch im Einkauf recht günstig waren und auch in der Vorbereitung gar nicht so, ähm, extrem aufwendig waren.

Die Kreativität des Kollegen wird von Ego insbesondere deshalb hochgeschätzt, weil sie vereinbar ist mit Sparsamkeit und Zeiteffizienz als denjenigen Grundgrößen, die schon von der Mutter gesetzt wurden. Das wesentliche Moment seines Ernährungsmusters besteht darin, dass sein Grundkonzept durch Veränderungen nicht infrage gestellt wird, sondern sich ganz im Gegenteil durch sukzessive Variationen weiter stabilisiert – oder in Egos Worten „ergänzt“. Umfangreich äußert sich dieses Prinzip der fortlaufenden Ausdifferenzierung unter konstanten Voraussetzungen auch in den zwei stärksten sozialen Beziehungen von Ego nach seinem Auszug aus dem Elternhaus, wenn mit der Partnerin und dem besten Freund zugleich Fragen der Nachhaltigkeit und ethischen Vertretbarkeit von Fleischkonsum den Ernährungsdiskurs wechselseitig erweitern. Ego nennt seine Partnerin als...

Hauptgesprächspartner über diese Themen, ähm, und (...) der zentralste Einflussfaktor in der Ernährung, ähm, weil die anderen Sachen einigermaßen ausgebildet sind, also, so dass ich weiß was tut mir gut (...), was brauch ich um Energie zu haben, und jetzt die Frage sich stellt wo hol ich die Sachen her, ähm, wie kann mans n bisschen ergänzen.

Auf ähnliche Weise beschreibt er seinen besten Freund als...

starken Einfluss (...), ich weiß nicht mehr ob ers initiiert hat, ich glaube initiiert wurde das schon so dass man auch mal so Dokus gesehen hat, auch ohne aktiv danach zu suchen dass man darüber spricht (...), nicht nur zu hinterfragen was tut mir gut an der Ernährung sondern was ist vielleicht auch irgendwo nachhaltig, was ist vertretbar, was nicht (...), ich glaub, sich da auch vielleicht sogar bisschen des als Initialzündung vielleicht gezeigt hat da mal drüber nachzudenken zumindest.

Für die Beziehungen zu beiden lässt sich feststellen, dass einerseits die Reflexion in gegenseitigem Austausch stattfindet, andererseits schon einschränkend betont wird, dass sich die neuen Erkenntnisse in einen bestehenden Rahmen einfügen, der nicht weiter reflektiert wird. Nachhaltigkeit versteht sich für Ego sozusagen als Herausforderung, seine Ernährung – wenn möglich – weiter zu optimieren. Die analytische Auseinandersetzung scheint dabei entkoppelt von unmittelbaren Handlungen. Im Vordergrund steht das Bewusstwerden gegenüber bislang wenig beachteten Aspekten der Ernährung als Prozess, der nicht nur inhaltlich zu erklären ist, sondern auch im Sinne eines verbindenden Merkmals für die Beziehungen, zumal unklar bleibt, inwieweit das inhaltliche Interesse am Diskurs gar auf mediale Einflüsse oder unbekannte Alteri zurückführt.

Im Wesentlichen bleiben für Ego die familial vermittelten Bewertungskategorien für das Ernährungsverhalten konstant. Auch wenn er sich vom Ernährungsmuster der Mutter entfernt zu haben glaubt, ist er jenem unter Berücksichtigung seiner individuellen und äußeren Erfordernisse durch den Leistungssport weitgehend ähnlich. So hat Ego nicht nur die Gewohnheit vorzukochen, er führt auch aus:

Also, es ist bei mir so dass ich gerne Salat ess aber nicht täglich zum Essen dazu mach. Vielleicht ein zwei Mal die Woche, also ich habs nicht übernommen sondern mach das so nach Lust und Laune, aber es ist nicht zur Gewohnheit geworden wies bei meiner Mutter war.

Zwar isst Ego weniger Salat als noch in der Kindheit, doch die Tatsache, dass er solchen überhaupt regelmäßig isst, lässt sich zweifelsohne durch die Persistenz sozialisierter Muster erklären. Anschaulich äußert sich das, wenn Ego seinen gegenwärtigen Ernährungsstil zusammenfasst:

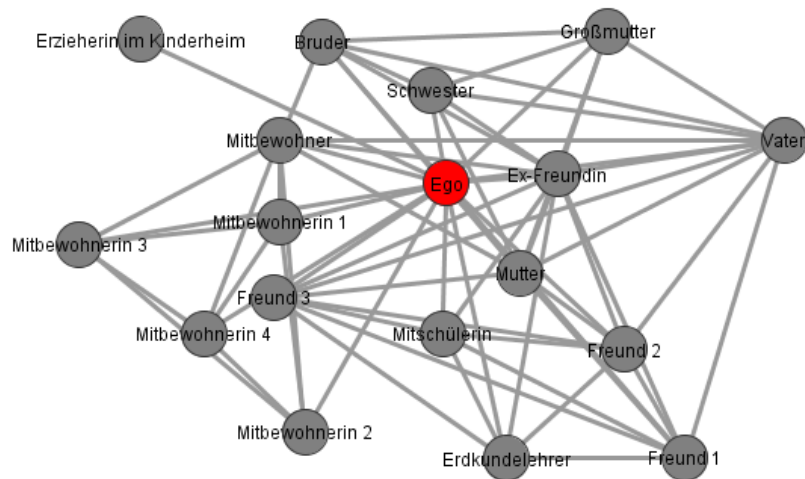
Ich ess viel Butter, viel Quark, nach wie vor Fleisch, ähm, das vermischt sich alles so nen bisschen (...) aber ergibt so bisschen, so ne etwas buntere, oder viel buntere Perspektive wie das vielleicht früher in Jugendjahren der Fall war, ähm, das glaub ich kann man so als durchgängige Entwicklung sehen, dass immer irgendwelche Perspektiven dazugekommen sind (...), im Moment sehr stark schon auch die ethische, aber die natürlich nicht die sportliche oder gesundheitliche verdrängt sondern nur mit versucht wird zu ergänzen.

Als externer Einflussfaktor verlangt der Leistungssport von Ego ab, den vorgelebten Ernährungsstil auf der Verhaltensebene zu modifizieren. Fragen der Energie und Verträglichkeit veranlassen ihn zu einer partiell von der Mutter abweichenden Ernährung. Gleichwohl verbleiben Pragmatik und Sparsamkeit als zentrale Selektionskriterien für die neuen Alternativen, zu denen sich auch ein ethi-

ches Kalkül gesellt. Dieses ist in Egos Priorisierung allerdings nachrangig. Werden die sportrelevanten Dimensionen gefährdet, lässt Ego die ethischen Aspekte fallen. Dadurch wird eine spezifische Differenz zwischen Entwicklungen auf der Einstellungsebene zu solchen auf der Verhaltensebene transparent, die in Kapitel 6 im Hinblick auf die Netzwerkstruktur analysiert wird.

5.2 Der Opportunistische Flexitariarier

Abbildung 2: Quantitativ generiertes Netzwerk des Opportunistischen Flexitariars



Quelle: Eigene Erstellung (mit Visone)

Dem zweiten Interviewten wurde am Ende der Auswertung der Typus *Opportunistischer Flexitariarier*³ zugewiesen. Als prägend für die Konstituierung seiner Ernährungsgewohnheiten während der Kindheit zeigt sich zunächst eine traditionelle Rollenverteilung zwischen den Eltern. Die Mutter ist nicht berufstätig und kocht unter der Woche für Ego und seine zwei Geschwister, wobei die Gerichte neben Beilagen und Gemüse auch Fleisch enthalten. Ego bezeichnet die Ernährungsform der Familie im Verlauf des Interviews als „ausgewogen“ und „ausbalanciert“. Gleichwohl erlebt er bereits in dieser Phase unterschiedliche Möglichkeiten, die Ernährung zu gestalten, wenn einerseits am Wochenende der Vater „deftiger“ und „fettiger“ kocht und andererseits die Großmutter flexibel auf die Wünsche der Kinder eingeht. Zu Beginn der Gymnasialzeit nimmt die Mutter ihre Berufstätigkeit wieder auf und überträgt den Kindern die Verantwortung, sich selbst um das Mittagessen zu kümmern, wodurch sich für Ego ein konsistentes Muster etabliert, Anweisungen zu folgen und die Ernährung nach dem Vorbild der Mutter an Pragmatik zu orientieren. So formuliert er:

Das waren dann sehr einfache Gerichte (...), manchmal hatte meine Mutter mir auch schon was vorgekocht vom Wochenende, das hat man sich dann warm gemacht (...) und man da nicht selbst irgendwie kochen musste sondern es war halt eigentlich nur Warmmachen, ja, Mikrowelle, Tortellinis, irgendwie sowas.

³ Flexitariarier wechseln situationsabhängig zwischen omnivoren und restringierten Ernährungsweisen, etwa in Bezug auf Fleischverzicht.

Wenn Ego im Kontext der Ernährung immer wieder betont, „nachgemacht“ und sogar Wunschfreiheiten der Mutter explizit zurückgewiesen zu haben – „oft hat man dann auch einfach gesagt, ist mir egal“ –, wird deutlich, dass sich bereits im Jugendalter Anpassung als wesentliches Merkmal seines Ernährungsverhaltens habitualisiert. Statt das Eigene im Spannungsfeld zwischen Orientierung und Abgrenzung herauszubilden, beginnt Ego von klein auf Mustervorlagen zu übernehmen. Fortsetzung findet dieses Schema während eines Sozialpraktikums in der Oberstufenzeit.

Da war ich in nem Kinderheim wo ich dann über zwei Wochen für die Kinder kochen musste (...), da hab ich tatsächlich auch nochmal viel gelernt (...), auch von den Erzieherinnen die vor Ort waren son bisschen gezeigt bekommen was man da so machen kann.

Während sich die Orientierung an zu Vorbildern erhobenen Alteri manifestiert, stellt Ego zwar auch den hohen Aufwand im Zubereitungsprozess fest, den er weiterhin „nur für [s]ich selbst nicht betreiben“ will, wodurch die Ernährungsabläufe im Kinderheim auch als Kontrastfolie für Ego fungieren. Die implizite Abgrenzung führt jedoch nicht auf konkurrierende Werte zurück, sondern auf die eigene Bequemlichkeit als bereits zuvor etabliertes Muster, das im Einklang mit Pragmatik steht. Die Verbindung aus möglichst geringem Aufwand und flexibler Anpassung setzt sich nach dem Auszug aus dem Elternhaus noch verstärkt fort. So beschreibt Ego nicht nur, seine Ernährung während eines Auslandsaufenthalts in Australien als „spartanisch“ und „günstig“ ausgerichtet sowie hinter das Reisen zurückgestellt zu haben, was eine Einfügung in von ihm zugeschriebene Konventionen des Work and Travel impliziert. Auch legt die Beschreibung seiner Studiengewohnheiten offen, dass im Hinblick auf Ernährung sich vor allem Pragmatik und das Verhalten anderer als entscheidend für sein eigenes Verhalten erweisen. Zwar unternimmt er kurzfristig Kochexperimente mit seiner damaligen Partnerin, doch sind diese an einer populären Internetseite orientiert und werden nach kurzer Zeit auch wieder eingestellt, sodass die Ernährung hauptsächlich auf Grundlage vorgekochter Mahlzeiten der Mutter, Mensabesuchen mit Studienfreunden und einfachen Gerichten stattfindet. Auffällig ist die häufige Verwendung der Formulierung „da hat man dann“, welche auf die sozialisierte Verankerung von Anpassungsstrukturen zurückverweist.

Grundlegend lässt sich für Ego feststellen, dass er kein intrinsisch motiviertes Ernährungskonzept verfolgt, sondern sich im Wunsch nach Political Correctness in redundante Argumentationen medialer Diskurse einfügt. Anschaulich äußert sich dies etwa an normativen Feststellungen, wenn Ego zum Beispiel sagt:

Also ich denke wenn jeder seinen Fleischkonsum reduziert wäre auch schon viel geholfen, und man muss auch nicht unbedingt vegetarisch oder vegan leben um das, also ich denk, so erster Schritt zur Besserung ist das schon, ja.

Einerseits wird auf Fragen der Nachhaltigkeit Bezug genommen, stärker noch, wenn Ego einen veganen Diskurs repliziert und dabei in wenigen Sätzen sechs Mal das Vitamin B12 nennt. Andererseits werden eigene Verhaltenskonsequenzen unmittelbar relativiert als spezifische Differenz, die sich vielfach aus der Erzählung analysieren lässt. So formuliert Ego für sich selbst das Ziel,

möglichst wenig Fleisch zu konsumieren und ggf. nachhaltiges Fleisch, während er an anderer Stelle erwähnt, bei Großeinkäufen nicht nur auf Fischstäbchen und Fertigpizzen mit Fleischbelag zurückzugreifen, sondern auch regelmäßig Döner- und Burger-Restaurants aufzusuchen.

Was dann halt im Endeffekt genauso mit dieser Massentierhaltung zusammenhängt, dass man da vielleicht einfach Richtung Bio auch was, aber auch eher selten muss ich sagen, also ich kauf schon oft auch den normalen Käse, ja.

Vor allem im Zusammenhang mit der Aussage, dass ihm eine gesunde Ernährung unwichtig sei und er für andere lebe, wird der ausgeprägte Konformismus ersichtlich, der gemeinsam mit Faktoren der Bequemlichkeit und Pragmatik sein Ernährungsverhalten determiniert. Während Ego glaubt, sich nachhaltig zu ernähren, weist er seinem Ernährungsverhalten letztlich nur das Etikett der Nachhaltigkeit zu, als sozial erwünschter Kategorie eines gesellschaftlichen Trends zur Political Correctness. Die Übernahme von dessen Argumenten unterstreicht das Muster der Anpassung, nicht aber eine dahinterliegende Einsicht respektive Einstellung.

Wie stark Bequemlichkeit und soziale Erwünschtheit für Egos Ernährungsverhalten bestimmend wirken, wird mit Blick auf zwei randständige Kontakte in seinem Netzwerk deutlich. So führen ihn sowohl die Schockbilder über Massentierhaltung aus dem Erdkundeunterricht als auch die Argumente einer veganen Mitschülerin bereits in der Oberstufe zur Erkenntnis, dass er seinen Fleischkonsum überdenken sollte, wenn er sagt:

Also für mich war dann so, in dieser Zeit ist klar geworden, vegetarisch und vegan ist vielleicht besser aber ich selbst hab keine Lust das zu machen weil mir Fleisch zu gut schmeckt.

Gleichwohl bleibt die initiale Verschiebung auf der Einstellungsebene zunächst ohne Konsequenz für sein Verhalten, da zum einen die sozialisierten Grundgrößen der Pragmatik und Bequemlichkeit greifen und zum anderen mit der Familie und den engeren Schulfreunden die wesentlichen Bezugsgruppen, auf die seine Tendenz zur Anpassung gerichtet ist, keine Resonanz für fleischlose Ernährungsformen bieten. Wirksam werden diese Einstellungseinflüsse erst, als Ego sich von seiner Partnerin trennt und in eine Wohngemeinschaft zieht. Bezüglich der Aufnahme in diese wird ausgeführt:

Es war so dass Tina⁴ geschrieben hatte in ihrer Anzeige dass sie Vegetarierin ist (...) und da hatte ich schon gesagt dann dass ich diesen vegetarischen Lebensstil cool finde, und dass ich das gut finde wenn man das durchzieht, äh, ich persönlich das aber nicht könnte weil mir Fleisch schlicht und ergreifend zu gut schmeckt (...), dadurch dass dieses Gespräch vielleicht schon angestoßen wurde zum ersten Mal auf diesem Vorstellungsgespräch (...) kams dann halt auch nochmal in der Gruppe zu diesem Gespräch in dem man dann einfach nochmal in diese Richtung mehr gelenkt wurde, wo man dann vielleicht einfach selbst gesagt hat, ja komm, ich probiers jetzt auch einfach mal und versuch das durchziehen.

Sobald der Vegetarismus positive Konnotation im sozialen Umfeld erhält, ist Ego vordergründig bereit, sein Ernährungsverhalten zu verändern, und rekurriert dabei auf jene Einstellungsimpulse, die bislang kein soziales Wirkungspotenzial innehatten. Die im Kindesalter manifestierte Pragmatik lässt sich damit insofern vereinbaren, als Ego an anderer Stelle erwähnt, öfter bei Tina mitzuessen. Die Verhaltensänderung wird folglich zum pragmatischen Weg, sozial erwünscht zu sein und sich

⁴ Sämtliche Namen aus den Interviews wurden durch Veränderung anonymisiert.

gleichzeitig dem eigenen sozialisierten Muster folgend erneut vorgegebenen Gewohnheiten anzupassen – oder sich in Egos Worten lenken zu lassen – und beruht nicht etwa auf Veränderungen intrinsischer Motivation. Eingängig zeigt sich das, wenn Ego die Tradition aufrechterhält, mit seinen Schulfreunden zusammen Döner zu essen. Zwar thematisiert er unter diesen zunächst sein Vorhaben, sich nachhaltiger zu ernähren, doch lenkt er bereits bei leichtem Widerstand unmittelbar ein:

Ja, man sieht sich selten, man wollte da nicht dass dieses Treffen die ganze Zeit um dieses Gespräch geht, äh ja, ham dann im Endeffekt einfach zum Bier gegriffen und über was anderes geredet.

Vergleichbar tritt das Harmoniebedürfnis von Ego auch gegenüber seinem Bruder hervor, mit dem ein argumentativer Streit ebenfalls durch Beschwichtigung beigelegt wird.

Pragmatik und Anpassung als zentrale Verhaltensdeterminanten greifen für Ego insofern ineinander, als die vorgegebene Einstellung vom Verhalten entkoppelt ist und jenes vielmehr flexibel an die Gewohnheiten des aktuellen Umfelds angeglichen wird. In der Wohngemeinschaft ernährt sich Ego überwiegend vegetarisch, unter den Schulfreunden isst er in der Regel Fleisch und in der Familie pendelt sich das Verhalten zwischen diesen beiden Polen ein, als sich dort eine neue Konstellation ergibt und die Schwester zur Vegetarierin wird:

Kurz bevor ich in diese WG eingezogen bin (...) hat meine Schwester auch angefangen sich vegetarisch zu ernähren und dadurch wurde dann bei uns zuhause über ne ganze Zeit lang zweifach gekocht, also einmal vegetarisch und einmal noch ne Fleischvariante (...) wodurch meine Schwester (...) öfters bei mir gefragt hat, willst du mitessen oder ähnliches, und ich dann auch mal gesagt hab, ja warum nicht (...), und meine Schwester hat mir dann auch viel darüber beigebracht was vegetarische Art und Weise ist zu leben.

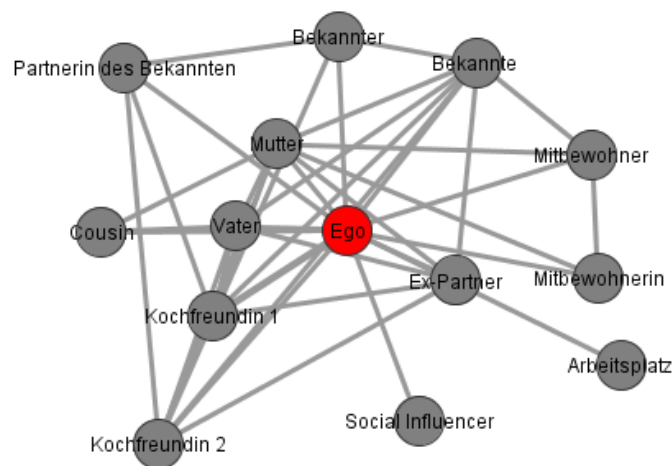
Insbesondere wenn Ego darüber hinaus gleich zweifach betont, von seiner Schwester in der Entscheidung zum vermehrten Vegetarismus bestärkt worden zu sein, wird deutlich, wie sehr er in seinem Verhalten auslotet, was situativ wünschenswert ist und zu Anerkennung wie Reibungslosigkeit führt. Logische Konsequenz des solcherart geformten Opportunismus ist für Ego eine sogenannte flexitarische Ernährungsweise.

Hatte mir dann auch am Anfang selbst so ne Faustregel gesetzt dass ich nur fünf Mal im Monat, äh, Fleisch essen will, ähm, das war dann aber eher so dass ich mir das selbst irgendwie, ähm, nen bisschen zu fest gelegt hatte weil ich dann in nem Monat auch mal sieben Mal gerne Fleisch gegessen hätte weil es irgendwie mehr Möglichkeiten dazu gab.

Der Vegetarismus wird für Ego immer dann aktiv, wenn er auf soziale Resonanz stößt. Die selbst auferlegte Regel fungiert gewissermaßen als Etikett einer nachhaltigen Lebensweise, die gesellschaftlich eng mit sozialer Erwünschtheit verknüpft ist. Gleichzeitig ermöglicht sie ihm, pragmatisch und bequem seinem situativen Affekt zu folgen. Dass der temporäre Vegetarismus nicht auf intrinsische ethische Motive zurückzuführen ist, wird eindrücklich deutlich, wenn er Feste von seinen Restriktionen ausnimmt und seine bereits flexible Regel weiter flexibilisieren möchte. Im Erwachsenenalter imitiert Ego Verhaltensweisen, die mit sozial erwünschten Einstellungen verknüpft sind, ohne sich selbst mit jenen zu vereinen. Dabei orientiert er sich an Einstellungsimpulsen des Erdkundelehrers und der Mitschülerin, um sich darauf aufbauend in Ernährungsfragen ohne größeren Aufwand flexibel an jede Situation anpassen zu können.

5.3 Die Moderate Vegetarierin

Abbildung 3: Quantitativ generiertes Netzwerk der Moderaten Vegetarierin



Quelle: Eigene Erstellung (mit Visone)

Die Kindheit der dritten Interviewten, die als *Moderate Vegetarierin*⁵ typisiert wurde, ist im Wesentlichen dadurch gekennzeichnet, dass sie „viel“ und „gerne“ isst. Während die Mutter unter der Woche eine omnivore Ernährungsweise verfolgt, ist der nur an Wochenenden anwesende Vater Pescetarier⁶, wobei sich die Familie in diesen Phasen an seine Ernährung anpasst und somit auch partiell vegetarisch lebt. Insofern wird Ego bereits früh mit unterschiedlichen Möglichkeiten der Ernährung konfrontiert. Prägend zeigt sich für sie vor allem die Bestärkung in der eigenen Autonomie seitens der Eltern. Dies äußert sich nicht nur, wenn die Mutter erste Kochexperimente unterstützt und dabei wohlwollend über Fehler hinwegsieht, sondern auch durch den Vater, der sie bezüglich der Ernährung für Fragen der Nachhaltigkeit sensibilisiert.

Mein Papa hat viel Wert darauf gelegt dass Essen aufgegessen wird. So wegen der Kinder in Afrika und so. Da hat er schon Wert darauf gelegt, dass wir Essen nicht verschwenden.

Als wiederkehrende Merkmale bilden sich für Ego innerhalb der Familie zum einen Toleranz im Hinblick auf konkurrierende Wertvorstellungen und damit verknüpfte Ernährungsweisen heraus, zum anderen die Bedeutung von Altruismus und nachhaltigem Handeln, die zugleich auf einen zeitgenössischen politischen Diskurs verweisen.

In der Jugendzeit entwickelt Ego dann die Gewohnheit, regelmäßig zu kochen und nennt als Motive dafür „Spaß“ und „Lust“. Vor diesem Hintergrund entsteht eine gemeinsame Kochgruppe mit zwei Schulfreundinnen, wobei die Mahlzeiten zumeist auch Fleisch enthalten. Als eine der Freundinnen magersüchtig wird, grenzt Ego sich gemeinsam mit der anderen Kochpartnerin explizit von der Essstörung ab. Folge dieser wechselseitigen Vergewisserung der Ernährungsgewohnheiten als

⁵ Vegetarismus ist als Ernährungsweise gekennzeichnet durch den Verzicht auf tierisches Fleisch.

⁶ Der einzige Unterschied zwischen Vegetarismus und Pescetarismus besteht darin, dass Pescetarier trotz des Verzichts auf Fleisch weiterhin Fisch zu sich nehmen.

„normal und gut“ ist für Ego, dass Essen für sie zu einem Baustein ihrer Identitätsbildung wird. So betont sie:

Also ich glaub bei mir gabs auch die Veränderung dass ich, äh, abnehmen wollte (...), also ich hab früher auch Diäten gemacht (...) aber das hat halt alles irgendwie nicht so, nicht so funktioniert, und dann bin zu der Überzeugung gekommen (...), wenn man sich ausgewogen und gesund ernährt, dass man dann halt auch, äh, nen gesundes Körperbild hat, und sich auch wohlfühlt einfach, und das hat sich auch bestätigt so.

Während Ego in ihrer Autonomie erneut durch die Mutter bestärkt wird, die zu einer Begleiterin ihrer Versuche wird, sich dezidierter mit Ernährung auseinanderzusetzen, manifestiert sich für sie Gesundheit als wesentlicher Ausgangspunkt, ihr Essverhalten ausdifferenzieren. Auf dieses Gesundheitskonzept erst stützt sich ihr Vegetarismus, der sich während der Abiturzeit entwickelt, um sukzessive an Bedeutung zu gewinnen. Mit dem Anstieg des Bewusstseins im Verlauf der Adoleszenz wächst für sie auch die Empfänglichkeit gegenüber den Argumenten medialer Diskurse, wie sie auf Facebook oder Youtube stattfinden. Ego führt diesbezüglich ethische Gründe als richtungsweisend an und formuliert weiterhin:

Weil man sich irgendwie auf Facebook irgendwelche Videos angeguckt hat von Massentierhaltung, und äh ja, Greenpeace und so Sachen, und dann fängt man da mal an drüber nachzudenken und irgendwann entscheidet man sich dann halt dazu so, ne, das will ich nicht mehr unterstützen (...), dass ich keine anderen Lebewesen mehr verletzen oder töten will für meinen Genuss.

Entsprechend ihrer sozialisatorischen Prägung konstituieren die medialen Anstöße in Ego den Wunsch, sich autonom mit den dargestellten Inhalten auseinanderzusetzen, die eigene Einstellung zu hinterfragen und veränderte Bewertungen mit konkreten Handlungen zu verknüpfen. In dieser Hinsicht leitet sie den Vegetarismus als „schleichenden Prozess“ für sich ab und beginnt erstmals ihr erweitertes Umfeld nach Ernährungskategorien zu strukturieren, wenn sie mehrere sog. Social Influencer abonniert. Wie bei ihrem Vater bilden den Ursprung des Verzichts auf Fleisch aber letztlich gesundheitsrelevante Aspekte, die sich zusammen mit nachhaltigen Motiven und einer progressiv konnotierten gesellschaftlichen Haltung zu einem Ernährungskonzept verbinden lassen. Dass dem Vater für Ego zentrale Bedeutung zukommt, äußert sich eingängig, wenn sie ihn als wichtige emotionale Stütze für ihr Selbstbewusstsein beschreibt, auf Fleisch zu verzichten und dies vor anderen zu artikulieren. Als kennzeichnend lässt sich für Ego weiterhin eine wahrgenommene Dissonanz zwischen Toleranz gegenüber der Selbstbestimmtheit anderer und dem Wunsch, jene auf Grundlage der eigenen Wertsetzungen anzustoßen, feststellen.

Also grade Menschen die mir nahestehen hab ich schon immer das Bedürfnis sie irgendwie dazu zu bringen, oder nicht zu bringen, aber so nen bisschen das Bewusstsein zu schaffen, ähm, dass sie irgendwie mal so nen bisschen drüber nachdenken was sie da zu sich nehmen. Aber ich bin auch zu der Überzeugung gekommen dass man Menschen nicht überzeugen kann, oder dass man sie nicht dazu zwingen kann was sie essen und was sie nicht essen sondern dass, sondern dass das jeder für sich selbst entscheiden muss.

Der Zwiespalt zwischen intendierten Einstellungsimpulsen gegenüber den Alteri und nicht intendierten Verhaltensänderungen, die nur Imitate ohne dahinterliegende Einsicht darstellen, wird zu lösen versucht, indem Ego sich eine Vorbildfunktion zuweist und dies vielfach im Kontext medialer Argumentationsfiguren legitimiert. Aussagen wie „der nächste Schritt“, „logischer Schluss“ und

„das Übermaß an Fleischkonsum in unserer Gesellschaft heute“ illustrieren dies greifbar. Auf Basis einer gestärkten Position beginnt Ego moderat auf ihr engeres Umfeld Einfluss zu nehmen. So erwähnt sie etwa, gelegentlich Videos an Freunde zu verschicken – als „Gag“ und mitunter „provokativ“, wobei letztere Bestimmung unmittelbar zurückgewiesen wird: „Provokativ, äh, ne“. Auf der Suche nach Resonanz wächst für Ego das Bedürfnis nach geteilten Einstellungen, gleichwohl versucht sie ebendies zu verschleiern. Dass der Wunsch nach kongruenten Ernährungsgewohnheiten aber strukturierenden Einfluss auf Egos Verhalten gewinnt, wird insbesondere deutlich, wenn sie über die Trennung von ihrem damaligen Partner spricht:

Man verändert sich halt, grade nachm Abi, und wenn man dann merkt dass es nicht mehr zusammenpasst, nicht nur wegen der Ernährung, sondern auch wegen anderen Sachen, aber ähm ja, deswegen.

Es wird offensichtlich, dass die Ernährung für Ego ein wesentliches Merkmal der Identitätsbildung darstellt, wenn die Trennung zwar nicht kausal auf Differenzen im Essverhalten zurückgeführt wird, aber jene überhaupt im Kontext des Beziehungsendes genannt und für implizit relevant befunden werden.

Mit dem Beginn eines neuen Lebensabschnittes und dem Einzug in eine Wohngemeinschaft verstärkt sich Egos Tendenz, auf Grundlage ihrer Werte passiven Einfluss auf nahestehende Kontakte zu nehmen. Als pragmatischen Umgang, Dissonanzen zu ihrem Umfeld zu reduzieren, pflegt sie für die Mitbewohner zu kochen und entscheidet dabei selbst, was zubereitet wird. Das Kochen wird für Ego gewissermaßen zum Mittler, in dem der Aufwand zu legitimieren vermag, die Anderen in ihrer Entscheidung zu übergehen, was insofern einem Balanceakt gleicht, als Ego die Selbstbestimmtheit der Mitbewohner dadurch wahrt, dass sie ihnen die Entscheidungsfreiheit lässt, ob sie überhaupt mitessen. Dergestalt ist Egos Einflussnahme getarnt. Effekte hin zu einer vegetarischen Lebensweise stellt sie in diesem Zusammenhang für zwei ihrer Mitbewohner fest, die ihren Fleischkonsum nach Egos Einschätzung in der Folge ihres Einzuges stückweise reduziert haben. Ähnliche Phänomene beobachtet sie mit temporärer Wirkung bei einem Cousin und einer weiteren Bekannten, für die sie als Vorbild respektive Motivatorin gewirkt zu haben glaubt. Dass Ego ihr soziales Netzwerk vermehrt auf Grundlage der Ernährungsgewohnheiten ordnet, lässt auch ein wechselseitig geführter Diskurs mit einem Bekannten vermuten, dessen Partnerin Ego als veganes Vorbild für sich betrachtet. Verstärkend äußert sich dieses Muster mit Blick auf die Wahl des Arbeitsplatzes:

Also ich arbeite halt in nem veganen Restaurant, mittlerweile so, weil ich auch entschieden hab auf der Arbeit dass ich da halt auch meine, meine Ideen, oder meine Werte oder sowas, auch auf meine Arbeitsstelle übertragen will oder so, und da auch nicht dann das unterstützen will was ich sonst in meinem Alltag nicht unterstützte. Und klar lernt man da halt auch viele vegane, vegetarische Menschen kennen. Ja aber vielleicht ist das auch n Vermittlungspunkt.

Wenn Ego die bewusste Entscheidung trifft, die Arbeitsstelle nach Vereinbarkeit mit ihrem Ernährungskonzept – oder in ihren eigenen Worten nach „Werten“ – auszuwählen, und weiter noch ihren Vorgesetzten als „inspirierend“ dafür bezeichnet „mehr nochmal vegan“ zu leben, liegt die Verbindung zu den Grundanlagen von Autonomie und Nachhaltigkeit nahe. Es kann festgestellt werden,

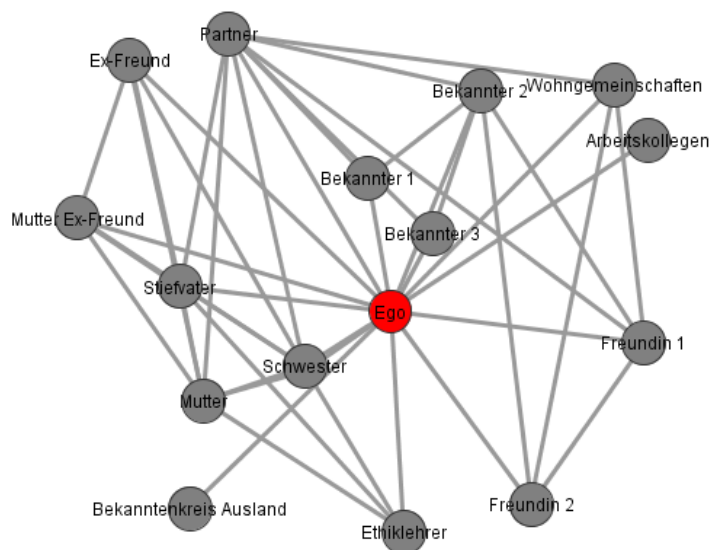
dass Ego sich durch autonomes Handeln in ein Umfeld begibt, von dem sie sich Resonanz und mitunter gar inspirierende Prägungen hinsichtlich der eigenen Ernährungsgewohnheiten erhofft, die sie weiter zu differenzieren sucht. Der Wunsch nach sozialer Ähnlichkeit beschränkt sich dabei nicht mehr nur auf virtuelle Beziehungen im Internet, sondern fundiert sich nun auch im realen Netzwerk. Die Selbstauffassung Egos, „Vegetarier und großheitlich auch Veganer“ zu sein, lässt eingängig den Prozesscharakter erkennen, an den sie ihr Ernährungsmuster gebunden sieht. Als sozialisierter Struktur befindet sie sich in einem zugleich modellierenden und moderierenden Prozess der kontinuierlichen Ordnung ihres sozialen Umfeldes. So führt sie aus:

Ich glaub schon dass Ernährung auf jeden Fall auch was Verbindendes ist so (...), ist auf jeden Fall ein, ähm, ein Schlüsselkriterium, mehr oder weniger, um sich überhaupt kennenzulernen. Also ich meine, man kann ja nicht alle Menschen auf dieser Welt kennenlernen, und das ist halt sowas was selektiert.

Die Ernährung als Schlüsselkriterium des Kennenlernens zu verstehen, offenbart ein konstitutives Merkmal von Egos Entwicklung. Im Bedürfnis nach vermehrtem Zuspruch und verringerten Diskrepanzen im Essverhalten des Umfeldes lässt sich erkennen, dass Ego hinsichtlich der Haltung für übereinstimmend befundene Kontakte intensiviert, für abweichend befundene langfristig fallenlässt und neue im Hinblick auf Ähnlichkeit selektiert. Im Einklang mit dem familiären Muster ist Ego in ihrer Einstellung allerdings nicht deterministisch veranlagt. Beispielsweise empfindet sie keinen Ekel vor Fleisch und könnte sich vorstellen, unter ethisch vertretbaren Bedingungen auch wieder Fisch zu essen. Auf der Verhaltensebene kann der moderate Vegetarismus als ein Kompromiss verstanden werden zwischen der aktiven Gestaltung des eigenen Netzwerkes und dem vorsichtigen Versuch, eigene Werte auf nahe Kontakte zu übertragen – stets unter zugeschriebener Aufrechterhaltung von deren Selbstbestimmtheit.

5.4 Die Missionarische Veganerin

Abbildung 4: Quantitativ generiertes Netzwerk der Missionarischen Veganerin



Quelle: Eigene Erstellung (mit Visone)

Für die letzte Interviewte, die am Ende der Analyse mit dem Typus *Missionarische Veganerin*⁷ versehen wurde, bildet die frühe Trennung der Eltern ein wesentliches Merkmal ihrer Entwicklung. Die Arbeitstätigkeit der Mutter sorgt dafür, dass im Hinblick auf die Ernährung die mehr als sieben Jahre ältere Schwester in eine sozialisatorische Rolle für Ego rückt.

Also dann war eigentlich meine Schwester zuständig fürs Kochen aber das haben wir dann auch zusammen gemacht. Also mit meiner Schwester zusammen durfte ich auch, und da gabs fast immer Gemüsereis.

Dass der vegetarisch lebenden Schwester eine Vorbildfunktion für Egos späteren Vegetarismus zukommt, drückt sich insbesondere dann aus, wenn Ego davon spricht, dass ihre Schwester ihr „so nen bisschen den Weg geebnet“ habe dafür. Zwar gilt zuvor auch schon für die Mutter, dass Fleischkonsum kein großer Bestandteil der Ernährung ist, prägend wirkt diese jedoch eher, indem sie Repräsentantin dafür wird, Ernährungsfragen mit sozialer Anerkennung in Verbindung zu bringen:

Meine Mama, weiß ich noch, war immer irgendwie sehr stolz drauf dass meine Schwester und ich beide, oder nicht stolz drauf, aber hat, hat das auf jeden Fall häufiger erzählt, auch andern, ja, dass sie das so besonders findet dass meine Schwester und ich beide nicht so gern Pommes gegessen haben und generell irgendwie nicht so gern Fastfood.

Sich mit devianten und progressiv konnotierten Ernährungsgewohnheiten sozial profilieren zu können, rückt dieserart früh ins Bewusstsein von Ego. Ein weiteres Muster wird ferner erkennbar, wenn die Mutter auf ironische Weise Ernährungsnormen verdeutlicht und der Schwester Salami im Schulbrot versteckt, obwohl diese Vegetarierin ist. Entgegen der Selbstbestimmtheit anderer auf deren Verhalten Einfluss zu nehmen, wird durch die Mutter als adäquate Verhaltensweise vorgelebt. Bestärkung findet dieses Konzept direkter Einflussnahme im Verlauf der Jugendzeit, als Ego erlebt, wie die Mutter ihres damaligen Partners im Rahmen eines Familienfestes Sojagranulat im Essen der Gäste als Hackfleisch tarnt:

Es ist niemandem aufgefallen dass das Hackfleisch, äh, kein Hackfleisch war, die Leute sind davon ausgegangen dass es Hackfleisch war, und da weiß ich noch dass da auf jeden Fall drüber gesprochen wurd, dass, äh ja, Markos Mama sich da gefreut hat dass es den Leuten genauso geschmeckt hat, oder dass es noch nicht mal aufgefallen ist, und da auch auf jeden Fall n bisschen dahinter war den Fleischkonsum in der Familie zu reduzieren.

Andere bewusst zu täuschen, um damit Verhaltensänderungen in Richtung selbst für erstrebenswert erachteter Zielsetzungen auszulösen, erhält durch die Mutter des früheren Partners als nicht unerheblichem sozialen Einfluss positive Bewertung. Für Egos weitere Entwicklung ist dies insofern interessant, als sie die Mutter des Partners besonders anerkennt, jene als „total interessiert“ an Ernährung bezeichnet und ihre Kochgewohnheiten für „immer ganz abwechslungsreich“ befindet.

Richtungsweisend für die Entscheidung zum eigenen Vegetarismus werden schließlich tierrechtlich-moralische Anstöße aus dem Ethikunterricht in der Schule, die Ego zu einer Diskussion innerhalb der Familie veranlassen. Dabei betont sie, eine vegetarische Ernährungsweise als Konsequenz

⁷ Der Veganismus konstituiert sich als Ernährungsweise, die in Abgrenzung zum Vegetarismus nicht nur auf Fleisch, sondern gänzlich auf tierische Produkte verzichtet.

daraus gezogen zu haben, dass die Mutter und ihr zeitweiliger Lebenspartner aus finanziellen Gründen nicht bereit gewesen seien, den Preis für nachhaltiges Fleisch zu bezahlen. Mehrere Jahre später sei es schließlich gemeinsam mit ihrem neuen Lebenspartner im Zusammenhang einer „Challenge“ zur Entscheidung gekommen, vegan zu leben, nachdem Ego erst als Vorbild für den Vegetarismus des Partners gewirkt habe und dieser dann als Initiator für die Ausdifferenzierung des Verzichts auf tierische Produkte.

Die weitere Analyse der Verhaltensstrukturen Egos, aus der die Bezeichnung „missionarisch“ abgeleitet wurde, legt eine mehrstufige Entwicklung offen, welche von der Selbstlegitimation Egos über die Normalisierung der eigenen Werte zur aktiven Einflussnahme auf ihre Netzwerkbeziehungen mit selbstattestiertem Missionsanspruch führt. Wesentlicher Aspekt der Selbstlegitimation Egos ist zunächst, dass sie ihren Veganismus – wobei dieser im Verlauf der Erzählung häufig synonym zu Vegetarismus verwendet wird – weitgehend aus sich selbst heraus entwickelt zu haben glaubt. Das zeigt sich vor allem, wenn sie in verschiedenen Kontexten Einflussnahmen auf sich selbst von sich weist oder deren Vorbildcharakter relativiert. In diesem Sinn wird zum Beispiel ausgeführt, dass der Vegetarismus der Schwester in der Familie kaum thematisiert worden sei. Expliziter noch erwähnt Ego:

Vorher haben sich auch, fällt mir jetzt grad erst ein, haben sich auch mal zwei Freundinnen von mir, ähm, mal versucht vegan zu ernähren, über nen gewissen Zeitraum, aber irgendwie als die das thematisiert haben hab ich das jetzt auch nicht so krass an mich herangelassen, also das war jetzt nicht so dass die gemeint haben sie machen das jetzt und ich mich da direkt anschließen wollte, also ich würd mal so gefühlt sagen, das war so nen Jahr bevor ich vegan wurde.

Obwohl die zeitliche Nähe der für Ego offensichtlichen veganen Ernährungsversuche der Freundinnen zur eigenen Entscheidung, vegan zu leben, Einflüsse auf sie nahelegen, werden solche unmittelbar zurückgewiesen. Verbunden wird das Muster der Zurückweisung mit entwertenden Vergleichen. So wird nicht nur der Vegetarismus ihrer Schwester als „partnerabhängig“ geschmälert, auch hebt sich Ego von Ernährungsrestriktionen anderer in ihrem Netzwerk ab, indem sie sich selbst als „konsequenter“ empfindet. Gleichzeitig betont sie ihr eigenes Reflexionsniveau, spricht von „weiterdenken“ sowie davon „bewusst geworden, vielleicht schon so n bisschen immer bewusst“ gewesen zu sein und hebt sich dabei auch von ihrer eigenen Mutter ab, wenn sie dieser „immer sehr viel wenig Meinung zu Dingen“ zuschreibt. Insgesamt weist die Erzählung von Ego ein redundantes Maß an Selbstreflexion auf, wobei sich die wiederkehrende Distanzierung von vergangenen Bewusstseinszuständen ihrer selbst als Indiz für eine Strategie begreifen lässt, ein positives Selbstbild zu konstruieren, das sie fortschreitend beginnt, an die Alteri zu vermitteln. Dafür spricht auch die Vielzahl gesellschaftlicher Etikette, die sie auf sich vereint, wenn sie an „Foodsharing“ partizipiert, in einem „Unverpackt-Laden“ einzukaufen pflegt, sich dabei im Diskurs plastikfreien Lebens verortet und nicht zuletzt der Veganismus eine Trendkategorie darstellt, was ihr Bei-

tritt zu einer veganen Facebookgruppe im Rahmen eigener Forschung zum Thema Ernährung unterstreicht. Sich selbst Kompetenz zu attestieren wird zu einem Muster, das sich anschaulich anhand der Ausführungen zu ebenjener Forschung darstellen lässt:

Da merk ich halt einfach, dass ich so, dass ich so ne gewisse, dass ich son gewisses Unverständnis, auf, ne, das, das trifft nicht, Unverständnis ist das gerade nicht weil natürlich verstehe ich das und, keine Ahnung, für was hab ich denn Soziologie studiert um nicht zu verstehen wie sich Leute halt ernähren, ähm, oder wies dazu kommt dass sich Leute so und so ernähren, aber irgendwie, ja, man, man, man hat, man unterstellt immer seinem Umfeld oder der Welt insgesamt, allen so, so irgendwo ne Ignoranz vor diesem Thema mit dem man selber sich ja so intensiv irgendwie auseinandergesetzt hat.

Die fachliche Auseinandersetzung dient als Legitimationsgrundlage für den Status moralischer Überlegenheit, den sie sich selbst zuweist. Das Vertrauen in Wissenschaftlichkeit wird von Ego gewissermaßen instrumentalisiert, um verallgemeinernden Sichtweisen den Anschein von Objektivität zu verleihen. Der Standpunkt empfundener moralischer Überlegenheit wird eingängig auch mit Blick auf die beiden Partnerschaften deutlich. So verwendet Ego im Zusammenhang damit, für ihren damaligen Partner einmal trotz ihres Vegetarismus ein Fleischgericht gekocht zu haben, zum einen die Formulierung „was tut man nicht alles?“, die eine Selbstwahrnehmung gönnerhaften Handelns vermuten lässt. Zum anderen spricht sie in Bezug auf den gegenwärtigen Partner und den Zeitpunkt, als dieser sich ein Vorbild an ihrem Vegetarismus genommen habe, davon, „dass er das nicht mehr so ignorieren konnte irgendwie, ähm, auf ner moralischen Ebene“. Ausgehend von der moralischen Selbsterhöhung beginnt Ego in ihren sozialen Beziehungen vermehrt, die eigenen Werte für eine allgemeingültige Grundlage des Handelns zu erklären.

Diese Form der Normalisierung eigener Werte äußert sich in verschiedenen Gruppen, innerhalb derer sich Ego bewegt, jeweils in Bezug auf das gemeinsame Kochen. So sei es nicht nur während eines längerfristigen Auslandsaufenthaltes in Südamerika unter den Bekannten „immer ganz selbstverständlich“ gewesen, vegetarische Gerichte zu wählen. Auch wird Vergleichbares für mehrere Wohngemeinschaften festgestellt und die eigene soziale Position während gemeinsamer Speisen am Arbeitsplatz als „alienated“ bezeichnet, weil die Arbeitskollegen sich nicht dieselben Restriktionen auferlegen wie Ego. Als zentrales Mittel der Normalisierung fungiert die Demonstration der eigenen Ernährungsweise. Ego erzählt diesbezüglich, vor allem im näheren Umfeld nicht-vegane Produkte betont zurückzuweisen, Fleisch – sofern sie bei anderen mitisst – ggf. auszusortieren und bekräftigt, einmal sogar Fleisch „ausgespuckt“ zu haben, als sie es beim Sortieren übersehen hatte. Weiterhin führt sie aus:

Ich hatte da irgendwie einfach Glück dass, dass ich mich zufällig mit Leuten eben umgeb die, die da super offen sind demgegenüber, und ähm ja, dann eigentlich auch bemüht sind fast schon dass ich auf jeden Fall auch immer was, was essen kann und was essen darf (...), und wenn das nicht der Fall ist dass es dann irgendwie, ja eher zu, zu, nicht Scham, das trifft nicht, mir fehlt grad nen Wort, äh, Bedauern, zu Bedauern auf deren Seite kommt.

Es liegt nahe, dass die Loyalität der Alteri von Ego nicht nur dafür genutzt wird, sich entsprechend der eigenen Werte ernähren zu können, sondern weitergehend, um mit Gewissenskonflikten

Verhaltensänderungen bei ihnen zu bewirken. Dafür spricht einerseits die spontane Assoziation des hochgradig normativen Ausdrucks der Scham, andererseits der explizite Missionsanspruch, den Ego aus den eigenen Werten ableitet, wenn sie in Bezug auf die Verbreitung omnivorer Ernährungsweisen betont:

Ich bin frustriert dass es so ist. Ich find, ich versteh warums so ist aber ich bin frustriert dass es so ist. Ja genau, also ich würd mir, ja, ich fänds schön wenns anders wär aber ich kann verstehen warums nicht anders ist, deshalb passt das schon auch, aber klar, ja, ist mir wichtig, ist mir, es wär mir ein Anliegen dass das [die vegane Ernährung] alle so machen.

Zwar wird der Wunsch, auf andere Einfluss zu nehmen, gewissermaßen getarnt, wenn Ego Scham durch Bedauern korrigiert und die gesellschaftlichen Verhältnisse zunächst mit den Worten „passt schon“ kommentiert. Es liegt jedoch nahe, dass Ego mit dieser Verhaltensweise eher Zuspruch für ihre Mission zu gewinnen sucht. Das kommt an späterer Stelle noch deutlicher zum Ausdruck, wenn Ego „etwas bewegen“ will und weiterhin sagt:

Irgendwann war mir eigentlich klar dass das eigentlich widersprüchlich ist, weil man hat ja, weil man selber denkt, dass man was macht was richtig ist, dann würd man sich ja auch wünschen dass die anderen das machen wovon man selber überzeugt ist dass das richtig ist, und das funktioniert ja nicht den Anstoß zu geben wenn man immer akzeptiert.

Auf Grundlage der Legitimation eigener Kompetenz und moralischer Überlegenheit der eigenen Ernährung, beginnt Ego aktiv auf ihr soziales Netzwerk Einfluss zu nehmen. Am stärksten äußert sich dies bei der Mutter, die sich für eine vegane Ernährungsweise entscheidet, nachdem Ego ihr „ne Bandbreite an Infos“ bereitgestellt hat, auf deren Basis sie sich eine eigene Meinung habe bilden können. Gegenüber entfernten Kontakten lassen sich weniger nachdrückliche Einflussnahmen vielfach beobachten. So etwa, wenn Ego über Bekannte ausführt:

Ähm, also neulich, da haben sich die drei Pizza bestellt und auf jeder war Fleisch, und da war ich so, Leute was los bei euch, ähm, aber ich sag eigentlich nicht so wahnsinnig viel dazu, ähm, Thorsten wird aber versuchen aufzuhören Fleisch zu essen, und wenn er das nicht hinbekommt dann stichel ich ihn damit son bisschen. Aber ja, eigentlich ist es jetzt nicht so dass ich so, ähm, so mit erhobenem Zeigefinger dasteh bei allem.

Auffällig ist, dass Ego trotz offensichtlicher Einflussnahmen auf ihr Umfeld jene dezidiert von sich weist. Entsprechend des Musters reflexiver Selbstlegitimation kann vermutet werden, dass Ego Faktoren sozialer Erwünschtheit berücksichtigt, so etwa das Etikett einer freien Entscheidung bei der Mutter oder auch ihre Distanzierung von moralischen Appellen. Gleichwohl erweisen sich Merkmale ihrer kindlichen Sozialisation persistent, wenn sie mittelbar über die Selektion spezifischer Informationen für die Mutter, von denen angenommen werden kann, dass sie mit Egos Werten im Einklang stehen, sowie mit intendierter Provokation Verhaltensweisen zeigt, die an manche der Mutter oder auch der Mutter des damaligen Partners erinnern. In Bezug auf zahlreiche Bekannte, die den Kontakt zu Ego suchen, äußert sich, wie umfangreich sie sich in Ernährungsfragen ins Gespräch bringt. Dabei werden nicht selten positiv bewertete Verhaltensänderungen mitgeteilt und negativ bewertete gerechtfertigt, was die Anerkennung von Egos Argumenten als Maßstab für Ernährungsthemen unterstreicht und den missionarischen Einfluss auf ihr Netzwerk belegt.

6. Konzeptuelle Zusammenführung

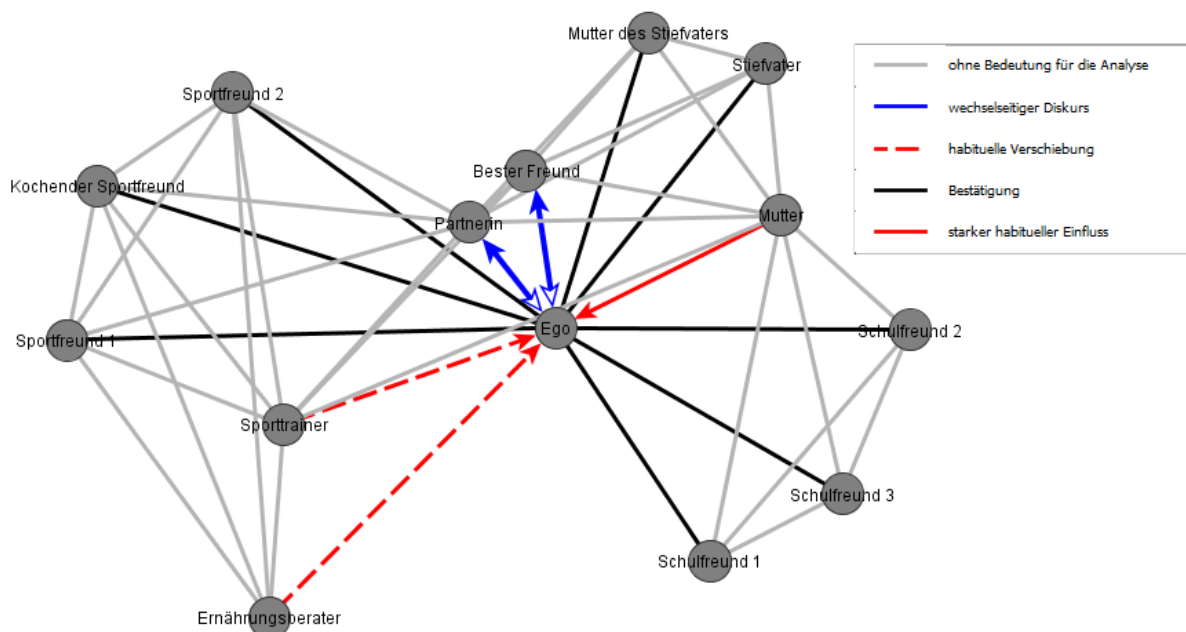
Nachfolgend werden die wesentlichen Strukturmerkmale der Ernährungstypen, die in Kapitel 5 aus den Interviews herausgearbeitet wurden, gegeneinander abgegrenzt und schließlich zu einem theoretischen Gesamtzusammenhang abstrahiert. Dafür sollen zunächst im Unterkapitel 6.1 die jeweiligen Ernährungstypen in ihren Netzwerken mit Wirkrichtungen verortet werden, um darauf aufbauend analytische Schlussfolgerungen mit theoretischen Annahmen zu verquicken. Schwerpunkt der vergleichenden Differenzierung in Unterkapitel 6.2 liegt auf der Bedeutung der Netzwerkstrukturen für die Einstellung und das Verhalten der Akteure hinsichtlich ihrer Ernährung.

6.1 Theoretisch-empirische Abgrenzung der Ernährungstypen

Im Folgenden werden zunächst jeweils Netzwerkvisualisierungen dargeboten, die aus den quantitativ erhobenen Daten generiert und mithilfe der qualitativen Beziehungsinformationen aus den Interviews hinsichtlich ihrer Wirkzusammenhänge aufbereitet wurden. Anschließend erfolgt eine verknüpfende Differenzierung von empirischen Schlussfolgerungen und theoretischen Konzepten.

Für den Ergänzenden Omnivoren (EO) zeigt Abbildung 5 ein Beziehungsgeflecht, das wenige, aber starke Bindungen aufweist.

Abbildung 5: Qualitativ aufbereitetes Netzwerk des Ergänzenden Omnivoren



Quelle: Eigene Erstellung (mit Visone)

Vor dem Hintergrund der strukturalistischen Habitus­theorie⁸ von Pierre Bourdieu kann das Ernährungsmuster für Ego als „strukturierte Struktur“ (Bourdieu 1976, S. 165) verstanden werden, die primär von der Mutter und verfeinernd vom Trainer als zentralen Determinanten gesetzt wird, um fortan strukturierende Wirkung zu haben (vgl. auch ders. 1982). Während in der frühkindlichen Lebensphase diesbezüglich der Mutter eine konstituierende Wirkung zukommt (roter Pfeil), hat im jugendlichen und frühen Erwachsenenalter der Sporttrainer einen vergleichbar prägenden Einfluss auf Egos Habitus (gestrichelte rote Linie). Die randständigen Kontakte im Netzwerk (Schulfreunde, Sportfreunde und Mutter des Stiefvaters) dienen Ego dafür, seinen herausgebildeten Habitus zu bestätigen. Zwar nimmt er Differenzen wahr, diese werden jedoch im Hinblick auf die eigenen Einstellungs- und Verhaltensweisen neutralisiert, wobei der Mutter diesbezüglich eine stabilisierende Rolle zukommt. Im Netzwerk veranschaulichen das die schwarzen Verbindungen ohne identifizierbare Einflussrichtung.

Ernährung ist für den EO kein dezidiert identitätsbildendes Merkmal. Zwar gewinnen für ihn die starken Beziehungen zur Partnerin und zum besten Freund aktivere Bedeutung in wechselseitig geführten Diskursen über Ernährung (blaue Verbindungen), jedoch sind diesbezüglich Einstellungsimpulse, die das Bewertungssystem grundsätzlich verändern könnten, nicht auf die Ernährung zu attribuieren, sondern auf die Beziehung. Explizite Veränderungen in den Bewertungskategorien gehen entsprechend Granovetters These der Stärke schwacher Bindungen⁹ beim EO letztlich nur auf den Ernährungsberater zurück, der die dezentralste Position im Netzwerk einnimmt (vgl. Granovetter 1973). Vermittelt über die veränderte extrinsische Motivation des Leistungssports etabliert dieser ausdifferenzierte Dimensionen des Ernährungsverhaltens von Ego (gestrichelter roter Pfeil). Die Integration neuer Impulse in das bestehende Habituskonzept findet für Ego erneut auf Grundlage der Weak Ties statt, deren Reaktion für ihn zum Instrument der Selbstbestätigung wird (schwarze Verbindungen). Dass in der sozialen Entwicklung von Ego die habituellen Grundgrößen unangetastet bleiben und im Sinne von Bourdieu als tiefe Verankerung fungieren, durch die der Akteur flexibel auf äußere Umstände reagieren kann, äußert sich deutlich in der Beziehung zum kochbegeisterten Sportfreund, wenn für die Bewertung von dessen Ernährungsverhalten auf frühe Habituskategorien zurückgegriffen wird. Die Sozialisation durch die Mutter etabliert demnach ein Bewertungssystem, innerhalb dessen fortan neue Ernährungsimpulse verarbeitet werden – und das sowohl auf der Einstellungs- als auch auf der Verhaltensebene.

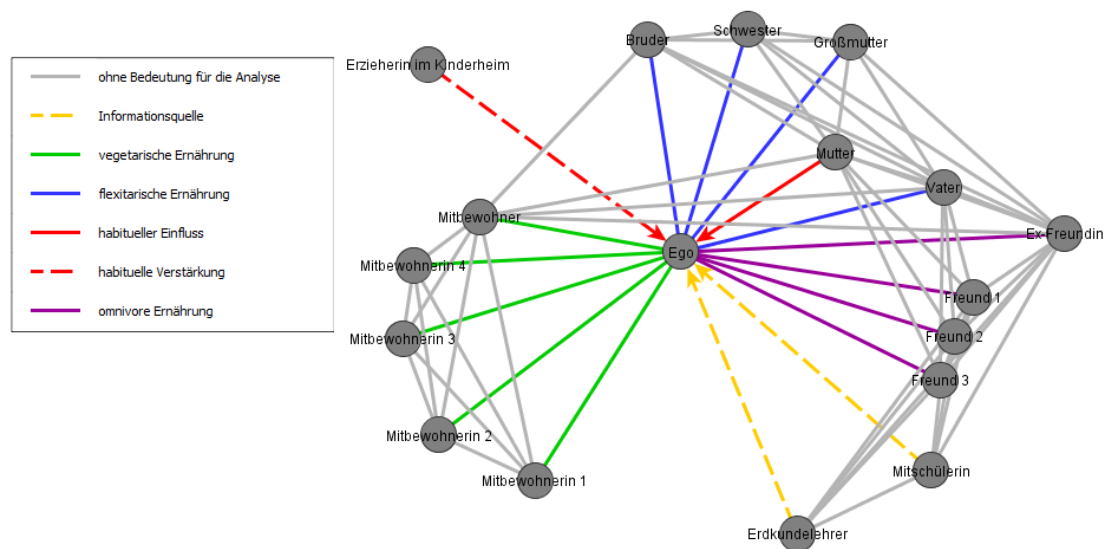
⁸ Mit dem Begriff des Habitus verbindet Bourdieu die Vorstellung geregelten und improvisierten Handelns. Der Habitus bildet für Akteure einen sozialisierten Rahmen, der ihnen innerhalb gesetzter Grenzen situativ adäquates Handeln ermöglicht und sozusagen eine partiell determinierte Flexibilität lässt.

⁹ Mit Strong Ties, Weak Ties und Absent Ties differenziert Granovetter die Bindungen innerhalb von Netzwerken nach gemeinsam verbrachter Zeit, emotionaler Intensität, Intimität und wechselseitiger Hilfeleistung. Dabei weist er Weak Ties eine besondere Rolle zu, als diese für ihn Brücken darstellen und so exklusive Informationskanäle in Netzwerken bilden.

Zentraler Code für das Ernährungsmuster von Ego ist dieserart die Ergänzung. Insgesamt spiegelt sich die extrinsische Motivation als verbindendes Moment zwischen der mütterlichen Ernährungsweise und der gegenwärtigen eigenen stärker auf der Verhaltensebene wider, wobei die Mutter primär ökonomischen Restriktionen unterliegt, Ego dagegen sportlichen. Auf der Einstellungsebene zeigen sich Parallelen, wenn beide ein schwaches normatives Konzept verfolgen. Zwar lassen sich bei Ego diesbezüglich Ausdifferenzierungen beobachten und legen somit eine Veränderung des Habitus nahe, jedoch sollten medial vermittelte, transgenerationale Entwicklungen unter Bedingungen der wachsenden Bedeutung postmaterieller Werte nicht außer Acht gelassen werden (vgl. Inglehart 1989). Allgemein lässt sich feststellen, dass intrinsisch motivierte Zielsetzungen bei Ego vor allem auf der Einstellungsebene verhandelt werden und dort gemeinsam mit den Strong Ties auch zu habituellen Verschiebungen führen. Diese ziehen zwar auch initiale Verhaltensänderungen nach sich, gleichwohl zeigen sich die kindlichen Prägungen derart persistent, dass ihre Priorisierung paradigmatische Veränderungen des Verhaltens nicht erwarten lassen.

Für den Opportunistischen Flexitariier (OF) veranschaulicht Abbildung 6 eine Netzwerkstruktur, die eingängig in der Verknüpfung von Simmels Vorstellung sozialer Kreise mit Ralph Lintons Rollentheorie begriffen werden kann, wenn verschiedene soziale Kontexte unterschiedliche Erwartungen an Ego richten (vgl. Simmel 1992, Kap. 6; Linton 1979).

Abbildung 6: Qualitativ aufbereitetes Netzwerk des Opportunistischen Flexitariers



Quelle: Eigene Erstellung (mit Visone)

Als wesentliche Habituskonzepte im Sinne Pierre Bourdieus wirken Pragmatik und Anpassung, die sich zunächst ausgehend von der Mutter herausbilden (roter Pfeil), sich dann über die Entwicklung hinweg persistent zeigen, aber wechselnde Verhaltensweisen erforderlich machen. Die Einstellungsimpulse, die sich aus den Weak Ties ergeben, informieren Ego über sozial erwünschte Verhaltensweisen der Nachhaltigkeit (gelbe gestrichelte Pfeile).

Aus dem Blickwinkel der Kommunikationstheorie nach Georg Herbert Mead ist Ego in seinem zielgerichteten Handeln auf die Verinnerlichung von Fremdzuschreibungen als Spiegel der Alteri angewiesen (vgl. Mead 1973, S. 216-221). Um seinem Habitus zu folgen, vermittelt Ego entsprechend Meads Vorstellungen des Games¹⁰ zwischen den unterschiedlichen Blicken, welche die sozialen Kreise auf ihn richten (vgl. Ebd., S. 194-206.).

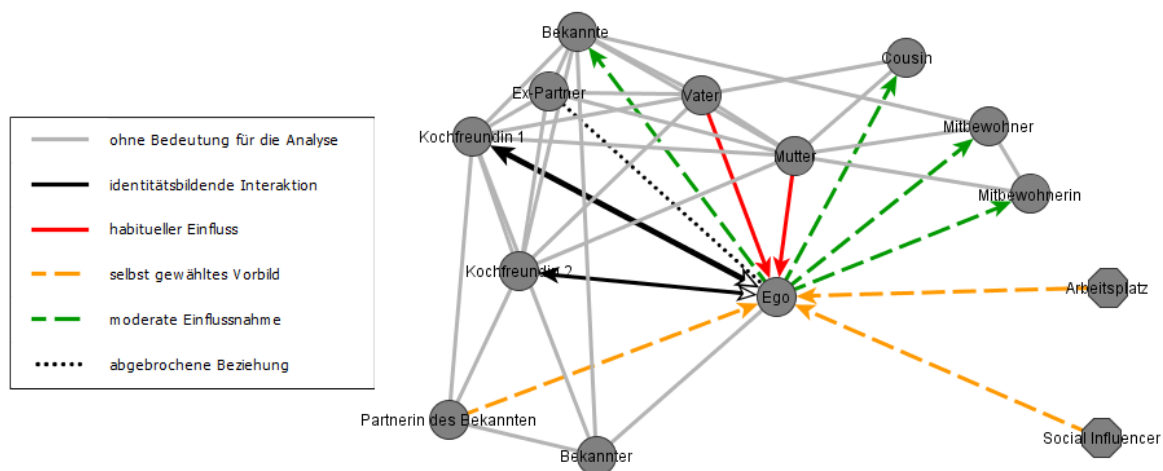
Stets mit dem Ziel, sich auf pragmatische und bequeme Weise zu ernähren, changiert Ego zwischen einem vegetarischen und einem omnivoren Ernährungsverhalten, wobei er die Informationen der Weak Ties dafür nutzt, sein Verhaltensrepertoire zu erweitern, um flexibler auf wechselnde Erwartungen reagieren zu können, ohne dass er ein eigenes Ernährungskonzept verfolgt, im Sinne einer originären Einstellung intrinsischer Motivation. Als konsistente extrinsische Motivation kann soziale Bestätigung dagegen zuverlässig erklären, wie sich Ego in den verschiedenen sozialen Kreisen ernährt. In der Wohngemeinschaft wählt er überwiegend vegetarische Kost, weil sich dies nicht nur als pragmatisch erweist, indem er regelmäßig bei anderen mitessen kann, sondern auch soziale Akzeptanz bewirkt (grüne Linien). Dagegen verbleibt er unter seinen Schulfreunden (violette Verbindungen) im kindlich geprägten omnivoren Ernährungsverhalten, um Widerstand zu vermeiden und zugleich sein unverändertes Bedürfnis nach Fleischkonsum auf pragmatische Weise zu befriedigen. In der Familie (blaue Linien) hingegen ist zu erwarten, dass Ego jeweils dasjenige Ernährungsverhalten wählt, das ihm situativ weniger Aufwand und mehr Zuspruch verschafft.

Die flexitarische Ernährungsweise ist schlussendlich nicht mit Einstellungsänderungen verbunden, sondern versteht sich als pragmatische Strategie, mit hoher situativer Flexibilität die antizipierten Erwartungshaltungen der Alteri zu erfüllen, um die Kontinuität seiner habituellen Gewohnheiten zu wahren. Die Verinnerlichung von Fremdzuschreibungen wird entsprechend Meads Vorstellungen zum entscheidenden Moment, sich unter Zielsetzungen sozialer Erwünschtheit adäquat zu verhalten. Das Nebeneinander differierender Erwartungen bezüglich der Ernährung zeigt sich dispositiv für seine Verhaltensstruktur des Opportunismus.

¹⁰ Das Game konstituiert für Mead ein wesentliches Moment der Identitätsbildung. Um sozial handeln zu können, müssen Akteure die Perspektiven Anderer gegenüber sich selbst, untereinander und in Bezug auf die Gesamthandlung differenzieren. Die solcherart internalisierten Spielregeln der Gesellschaft befähigen zur Übernahme der eigenen Rolle.

Für die Moderate Vegetarierin (MVT) visualisiert Abbildung 7 eine Struktur unterschiedlicher Einflussrichtungen, die nachfolgend dezidiert in den Blick rückt.

Abbildung 7: Qualitativ aufbereitetes Netzwerk der Moderaten Vegetarierin



Quelle: Eigene Erstellung (mit Visone)

Im Sinne Bourdieus gehen die strukturbildenden Anlagen des Habitus, die sich hinsichtlich der Ernährung Egos in Autonomie, Toleranz und Nachhaltigkeit ausdrücken, sowohl auf die Mutter als auch auf den Vater zurück und erweisen sich dabei als partiell widersprüchlich (rote Pfeile). Der identitätsstiftende Charakter von Ernährung verstärkt sich in der Jugendzeit durch eine Triade wechselseitiger Einflüsse (schwarze Pfeile), die sich im Zeitverlauf zu einer Dyade verändert (dickere schwarze Linie). Da beide Interaktionsräume wesentlich auf gemeinsames Kochen fokussiert sind, intensiviert sich die Bedeutung von Essgewohnheiten für Egos Selbstkonzept.

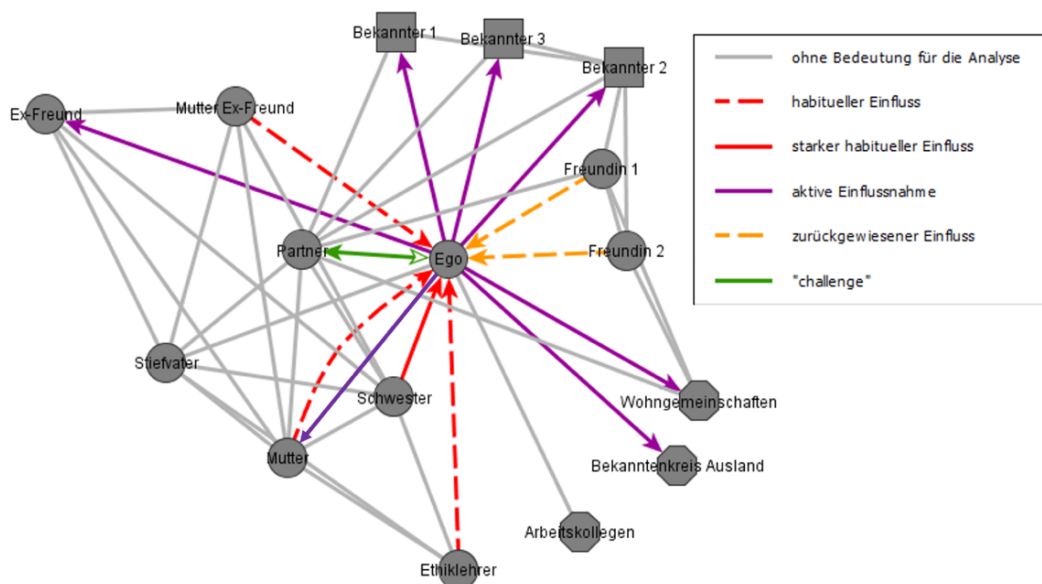
Die Gruppen der Social Influencer einerseits und des Arbeitsplatzes andererseits (jeweils dargestellt als Oktagon) fungieren im Netzwerk entsprechend der Ausführungen Granovetters als potente Weak Ties, wobei diese gewissermaßen aktiv von Ego gewählt werden. Inspiriert durch virtuelle Akteure bildet sich in einer bewussten Auseinandersetzung mit für progressiv befundenen Essgewohnheiten zunächst ihre vegetarische Ernährungsweise heraus. Der Arbeitsplatz wird schließlich auf Grundlage der Kompatibilität mit der eigenen Ernährung ausgesucht, um einen prägenden Einfluss auf Ego zu gewinnen, der sozusagen geplant ist (gestrichelte orangene Pfeile). Beide Gruppen stellen sich für Ego als kontrollierbar dar. Vor dem Hintergrund der Balancetheorie nach Heider und der Dissonanztheorie nach Festinger, versucht Ego die bereits in der Familie präsente Dissonanz bezüglich konkurrierender Essgewohnheiten durch autonomes Verhalten zu reduzieren (vgl. Heider 1988; Festinger 1978). Gleichzeitig wird die Konsonanz in ihren Beziehungen zu vergrößern beabsichtigt, wenn sie ihr weiteres Umfeld moderat zu strukturieren beginnt und auch auf das nähere Umfeld passiven Einfluss ausübt (grüne gestrichelte Pfeile). Passiv bleibt die Einflussnahme insoweit, als sie stets nach einer Balance strebt zwischen intendierten Einstellungsimpulsen auf die

Alteri und der – zumindest vordergründigen – Wahrung von deren Selbstbestimmtheit im Verhalten. Autonomie als Habitusgröße zeigt sich folglich nicht nur für das eigene Verhalten, sondern auch hinsichtlich des Verhaltens ihres Umfeldes wirksam, dem vielfach selbstbestimmtes Handeln zugestanden wird bei gleichzeitigen Inspirationsversuchen.

Auf Grundlage solcher Ordnungsprozesse strebt Ego nach Inbreeding-Homophilie¹¹ in ihrem sozialen Netzwerk. Es ist zu erwarten, dass Ego Kontakte, mit denen die Essgewohnheiten bereits ähnlich sind oder tendenziell ähnlicher werden, zu intensivieren sucht und gleichzeitig Beziehungen, mit denen die Kongruenz bezüglich der Ernährung abnimmt, langfristig abbricht (vgl. gepunktete Linie). Insgesamt zeigt die Analyse, dass die Ernährungsweise für die MVT nach der habituellen Vorprägung im Wesentlichen nicht von den sozialen Beziehungen determiniert wird, sondern – im Gegenteil – auf jene vielmehr konstitutive Wirkung hat.

Für die Missionarische Veganerin (MVN) verdeutlicht Abbildung 8 ein komplex gepoltes Beziehungsgeflecht, das nachfolgend analytisch aufgearbeitet wird.

Abbildung 8: Qualitativ aufbereitetes Netzwerk der Missionarischen Veganerin



Quelle: Eigene Erstellung (mit Visone)

Die Wertgrundlage des Ernährungsmusters, die Ego in für nachhaltig erachteten veganen Essgewohnheiten definiert, lässt sich im Wesentlichen durch habituelle Verankerungen erklären. Eine Besonderheit zeigt sich hierbei, wenn nicht die Mutter, sondern die Schwester die primäre Rolle im Sozialisationsprozess einnimmt (roter Pfeil), die zunächst zum Vorbild für den Vegetarismus der

¹¹ Inbreeding-Homophilie steht im Anschluss an McPherson et al. für ein Maß an überzufällig großer Ähnlichkeit einer Gruppe und grenzt sich damit von der Baseline-Homophilie ab, bei der ohne Mitwirken der Akteure eine hohe Ähnlichkeit im Netzwerk zu erwarten ist. Inbreeding-Homophilie zeigt sich damit als Ergebnis aktiver Steuerungsprozesse innerhalb des Netzwerkes.

MVN wird. Gleichzeitig kommt der Mutter und einem weiteren sozialen Kontakt ein habitueller Einfluss bezüglich des späteren Missionierungsverhaltens von Ego zu (rote gestrichelte Pfeile).

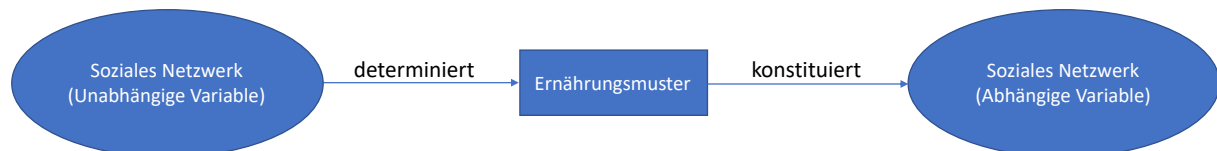
Ausgangspunkt des zentralen Musters aktiver Einflussnahme ist die Zurückweisung externer Einflüsse (orange gestrichelte Pfeile) im Prozess einer umfangreichen Selbstlegitimation. Das in moralischer Selbstüberhöhung und einer Normalisierung der eigenen Werte fundierte Missionierungsverhalten gründet dabei in abwärtsgerichteten Vergleichen mit Alteri (vgl. Wills 1981) sowie Prozessen der Self-Promotion zur kompetenten Selbstdarstellung (vgl. Mummendey 1995, S. 141f.) und lässt sich im Netzwerk an den zahlreichen Einflussnahmen auf Strong Ties und Weak Ties erkennen (violette Pfeile). Es kann angenommen werden, dass der Erfolg dieser Steuerungsprozesse auf die Wirksamkeit von Ingratiation durch wohlwollenden Umgang gegenüber Alteri zurückverweist und ihr selbst soziale Gunst verschafft (vgl. Mummendey 1995, S. 154ff.). Insgesamt liegt nahe, dass die Instrumentalisierung der Toleranzräume anderer ein wichtiger Bestandteil des Missionierens ist. Dieserart kann vermutet werden, dass Egos Rolle als Informantin und moralische Bewertungsinstanz, die durch viele Weak Ties anerkannt wird (jeweils als Quadrat dargestellt), auf vorherige implizite Schuldevokationen zurückzuführen ist. Zieht man Granovetters zuvor benannte These der Strength of Weak Ties als Kontrastfolie dafür heran, so scheint es, dass Ego das Potenzial schwacher Bindungen zu nutzen weiß, um dadurch weiten Einfluss zu gewinnen.

Vor dem Hintergrund der theoretischen Überlegungen von Andreas Reckwitz in seiner Veröffentlichung „Gesellschaft der Singularitäten“ wird erkennbar, dass postmaterielle Werte sich für Ego in eine materialistische Verhaltensstruktur hüllen, in der die Anerkennung durch Alteri zum wesentlichen Grundstein für die Manifestation der eigenen Werte wird, die so nur noch eingeschränkt postmateriell zu verstehen sind (vgl. Reckwitz 2017). Mit dem Ernährungsverhalten verknüpfte soziale Etikette werden von Ego als Indikatoren für ein reflexives Bewusstsein verwendet, mit dem sie ihre Mission legitimiert. Erfolgreiche Einflussnahme wird letztlich zum Motor der Selbstbestätigung hinsichtlich des eigenen Ernährungsverhaltens und der damit verknüpften Einstellung.

6.2 Vergleichende Abstrahierung

Wie Abbildung 9 veranschaulicht, können Netzwerke sowohl als unabhängige Variable (UV) determinierende Wirkung auf Ernährungsweisen haben, als auch abhängige Variablen (AV) darstellen, die maßgeblich beeinflusst sind von der Ausprägung der Ernährungsgewohnheiten von Akteuren. Diese Unterscheidung soll als Reflexionsfolie dienen, die abgeleiteten Differenzen der vier Ernährungstypen nachfolgend in abstrakte Kategorien zu überführen.

Abbildung 9: Netzwerk als Unabhängige oder Abhängige Variable



Quelle: Eigene Erstellung

Insgesamt führt die Analyse zum Schluss, dass sich der Habitus bei allen vier Typen als persistente Struktur erweist, die im Sinne Bourdieus strukturierende Wirkung auf das Verhalten der Akteure gewinnt. Bei keinem der Interviewten lassen sich Ernährungsweisen beobachten, deren Ansatz nicht schon in der Kindheit und Jugend begründet liegt. Wiederum lässt sich gar durch weitere Dimensionen der Sozialisation erklären, warum sich Verhaltensweisen in eine bestimmte Richtung entwickeln. So ist beim OF das changierende Essverhalten Ausdruck der habitualisierten Tendenz zur Anpassung, auch wenn sein partieller Vegetarismus von den omnivoren Gewohnheiten seiner Familie abweicht. Ebenfalls lassen sich differente Ausprägungen der Einflussnahme auf das Netzwerk zwischen der MVT und der MVN über sozialisierte Muster erklären, wenn erstere in der Kindheit bereits mit einer Form der Ambiguitätstoleranz¹² in Berührung kommt, während letztere dagegen die positive Wirkung versteckter Einflussnahmen vorgelebt bekommt. Schließlich kann auch das Muster der fortlaufenden Stabilisierung der Essgewohnheiten beim EO durch einen konzentrisch auf die Mutter fokussierten Habitus verstanden werden, der es für den Akteur erforderlich macht, neue Impulse in den bestehenden Bewertungsrahmen einzugliedern.

Interessant ist, dass eine gewisse Analogie erkannt werden kann zwischen dem Grad an Unruhe in den Sozialisationsstrukturen und der Ausprägung des Netzwerkes als AV oder UV. Während beim EO und beim OF die habituelle Situation in Bezug auf die Ernährung weitgehend stabil ist, zeigen sich für die MVT und die MVN auffällige Dissonanzen respektive Unregelmäßigkeiten. Es liegt nahe, dass Netzwerke für die Ernährung dann als UV wirken, wenn die habituellen Verankerungen stark sind, ein geringes Maß an Ambiguität aufweisen und zugleich extrinsische gegenüber identi-

¹² Mit dem Begriff der Ambiguitätstoleranz wird die Persönlichkeitseigenschaft gefasst, mit der Unvereinbarkeit divergierender Standpunkte umgehen zu können (vgl. u.a. Reis 1997).

tätsbildenden Motiven im Vordergrund stehen. Sie legen dann gewissermaßen den Möglichkeitsraum für die Akteure fest, ihre habituellen Bedürfnisse zu befriedigen. Vor dem Hintergrund, dass weder für den EO noch für den OF die Ernährung eine wesentliche Grundlage der Identitätsbildung darstellt, verbleibt der EO in omnivorer Ernährungsweise, weil die wenigen starken Bindungen keine flexiblen Anpassungen erforderlich machen, während der OF wechselnde Ernährungsweisen ausbildet, weil er sich in verschiedenen sozialen Kreisen bewegt mit differierenden Erwartungen an die eigene Ernährung. Folglich determiniert das soziale Netzwerk als UV sowohl für den EO wie auch für den OF im Wesentlichen die Herausbildung des Ernährungsmusters.

Auf der anderen Seite kann vermutet werden, dass Netzwerke im Kontext der Ernährung als AV wirken, wenn sich die habituellen Verankerungen diffuser zeigen und die Akteure vor die Herausforderung stellen, zwischen verschiedenen Einflüssen zu moderieren. Explizit kann dies für die MVT beobachtet werden, die mithilfe von Ordnungsprozessen innerhalb ihres Netzwerks auf eingängige Weise zwischen Einflussnahme und Toleranz vermittelt. Schwächer zeigt sich das Muster bei der MVN, die zwar keinen starken Ambiguitäten ausgesetzt ist, jedoch mehrere sozialisatorische Vorbilder hat, deren Verhaltensweisen sie im Hinblick auf eine eigene Einstellung und damit verknüpfte Handlungen reflektieren muss. Im Einklang mit Autonomie und Toleranz als habituellen Größen auf Seiten der MVT sowie mit Restriktion und Einflussnahme auf Seiten der MVN, gründen beide ihre Identität wesentlich auf ihrer Ernährungsweise. Während sich Passivität bzw. Aktivität der Einflussnahme auf sozialisatorische Differenzen zurückführen lassen, verweist die Tatsache, dass überhaupt Einfluss genommen wird, mit der identitätsstiftenden Bedeutung von Ernährung hingegen auf eine Gemeinsamkeit, die sowohl für die MVT als auch für die MVN das Netzwerk zur AV macht.

7. Fazit

Gegenstand der vorliegenden Arbeit war es, das Forschungsdesiderat von Zusammenhängen zwischen der Struktur sozialer Beziehungen und der Genese von Ernährungsstilen mithilfe eines Mixed-Methods-Ansatzes netzwerkanalytischer Ausrichtung zu fokussieren. Dabei wurde aus den Erzählungen von vier narrativen problemzentrierten Interviews mit StudentInnen eine Typologie von Ernährungsmustern abgeleitet, die ins Verhältnis zu den jeweiligen Strukturen der ego-zentrierten Netzwerke gesetzt wurden. Letztere sind in wechselseitiger Reflexion einer qualitativen und quantitativen Erhebung generiert und für die Analyse visuell aufbereitet worden. Das Ziel der Analyse bestand darin, die Wirkrichtung zwischen Akteuren und ihren sozialen Netzwerken im Kontext ihrer Ernährung zu identifizieren. Dabei wurde weitergehend zwischen Einstellung und Verhalten differenziert.

Im Ergebnis stellt die Analyse fest, dass in der Genese des Ernährungsverhaltens weder die Sozialisation noch rationale Entscheidungen der Akteure allein hinreichende Erklärungskraft besitzen. Insgesamt zeigen sich die in kindlicher und jugendlicher Sozialisation herausgebildeten Habitusstrukturen als wirkungsstark. Im Hinblick auf die Netzwerke wird deutlich, dass stabile und eindeutige habituelle Prägungen – in Verbindung mit einer geringen Relevanz der Ernährung für die Identität – dazu führen, dass Netzwerke als UV das Verhalten der Akteure strukturieren, im Einklang mit den Bewertungssystemen ihres Habitus. Kennzeichnen dagegen Ambiguitäten respektive Dissonanzen die sozialisatorische Entwicklung, sodass der Habitus zwischen diffusen Einflüssen vermitteln muss, und konstituiert sich zugleich eine originäre Einstellung bezüglich der eigenen Ernährung als wichtiger Baustein der Identität, ist es wahrscheinlich, dass soziale Netzwerke als AV strukturiert werden von den Akteuren. Gleichwohl sind Art und Ausmaß der damit verbundenen Einflussnahme wiederum den Spezifika der habituellen Prägung unterworfen. Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass soziale Netzwerke im Hinblick auf die Ernährung sowohl strukturbildend sein als auch zu Objekten der Strukturierung werden können, abhängig von der Beschaffenheit des Habitus und stets in Zusammenhang mit dessen Anlangen.

Methodisch hat sich die biographische Offenheit als geeignete Vorgehensweise erwiesen, breite Zusammenhänge in der Genese von Ernährungsweisen aufzudecken, um diese im Kontext der Netzwerkstrukturen zu abstrahieren. Dabei hat sich auch die Auswertungsmethode der Grounded Theory Methodology als hilfreich gezeigt, unabhängig von den Vorannahmen bestehender Theorien Strukturen zu identifizieren, die sich von den Selbstzuschreibungen der Akteure lösen, insbesondere zumal diese in ihren Erzählungen mitunter ein hohes Maß an Selbstreflexion aufwiesen.

Aus Gründen pragmatischer Rekrutierung und analytischer Vergleichbarkeit wurden die Interviews, die dieser Arbeit zugrunde liegen, mit vier StudentInnen durchgeführt. Im Ausblick auf weitere Forschung wäre es wünschenswert, das Spektrum an Alterskohorten, Lebensformen sowie Ausbildungs- und Beschäftigungsverhältnissen zu vergrößern. Dieserart wird vorgeschlagen, die ermittelte Typologie von Ernährungsmustern weiter zu differenzieren und im Rahmen einer standardisierten Erhebung zu überprüfen, inwieweit sich signifikante Zusammenhänge zwischen habitueller Konsistenz und der Manifestation von Netzwerken als AV bzw. UV bestätigen lassen. Auch scheint es interessant zu untersuchen, ob sich diesbezüglich Unterschiede zwischen der Genese von Einstellungen und der Entwicklung von Verhaltensweisen abbilden. Angesichts der eruierten Bedeutung habitueller Verankerungen mutet es dabei sinnvoll an, den Sozialisationsprozess einer tieferen Betrachtung zu unterziehen.

Literaturverzeichnis

- Antonovsky, Aaron (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen.
- Blumer, Herbert (1969): Symbolic Interactionism. Perspective and Method. New Jersey.
- Bourdieu, Pierre (1976): Entwurf einer Theorie der Praxis auf der ethnologischen Grundlage der kabyllischen Gesellschaft. Frankfurt.
- Bourdieu, Pierre (1982[1979]): Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft. Frankfurt am Main.
- Cicourel, Aaron V. (1970): Methode und Messung in der Soziologie. Frankfurt am Main.
- Festinger, Leon (1978): Theorie der kognitiven Dissonanz. Bern.
- Feunekes, Gerda I. J. / de Graaf, Cees/ Meyboom, Saskia/ van Staveren, Wija A.: Food Choice and Fat Intake of Adolescents and Adults: Associations of Intakes within Social Networks, in: Preventive Medicine 27, S. 645-656.
- Foucault, Michel (2005): Gespräch mit Ducio Trombadori, in: Defert, Daniel/ Ewald, Francois (Hrsg.): Schriften in vier Bänden, Band 4, Seite 51-119. Frankfurt am Main.
- Fox, Nick/ Ward, Katie J. (2008): You are what you eat? Vegetarianism, health and identity, in: Social Science & Medicine 66(12), S. 2585-2595.
- Goffman, Erving (1998[1959]): Wir allen spielen Theater. Die Selbstdarstellung im Alltag. München.
- Granovetter, Mark S. (1973): The Strength of Weak Ties, in: American Journal of Sociology 78 (6), S. 1360-1380.
- Heidbrink, Horst/ Lück, Helmut E./ Schmidtman, Heide (2009): Psychologie sozialer Beziehungen. Stuttgart.
- Heidegger, Martin (1957[1927]): Sein und Zeit. Tübingen.
- Heider, Fritz (1988): The notebooks, Vol. 4. Balance theory. Weinheim.
- Hennig, Marina/ Brandes, Ulrik/ Pfeffer, Jürgen/ Mergel, Ines (2012): Studying Social Networks. A Guide To Empirical Research. Frankfurt am Main.
- Hennig, Marina/ Federmann, Aline (2018): Die Rekonstruktion von Beziehungsmustern aus problemzentrierten, biografisch angelegten Interviews am Beispiel von akademischen Karriereverläufen, in: FQS 19(2), Art. 26.
- Hollstein, Betina (2010): Qualitative Methoden und Mixed-Method-Designs, in: Stegbauer, Christian/ Häußling, Robert (Hrsg.): Handbuch Netzwerkforschung, S. 459-470. Wiesbaden.
- Inglehart, Ronald (1989): Kultureller Umbruch. Wertewandel in der westlichen Welt. Frankfurt am Main.
- Linton, Ralph (1979): Mensch, Kultur, Gesellschaft. Stuttgart.
- McPherson, Miller/ Smith-Lovin, Lynn/ Cook, James M. (2001): Birds of a Feather: Homophily in Social Networks, in: Annual Review of Sociology 27 (1), S. 415 – 444.
- Mead, Georg Herbert (1973): Geist, Identität und Gesellschaft aus der Sicht des Sozialbehaviorismus. Frankfurt am Main.
- Mummendey, Hans Dieter (1995): Psychologie der Selbstdarstellung. Göttingen.

- Pantzar, Mika (1996): Rational choice of food. On the domain of the premises of the consumer choice theory, in: *Journal of Consumer Studies and Home Economics* 20, S. 1-20.
- Prahl, Hans Werner/ Setzwein, Monika (1999): *Soziologie der Ernährung*. Opladen.
- Pudel, Volker/ Westenhöfer, Joachim (2003): *Ernährungspsychologie. Eine Einführung*. Göttingen.
- Reckwitz, Andreas (2017): *Die Gesellschaft der Singularitäten*. Berlin.
- Reis, Jack (1997): *Ambiguitätstoleranz. Beiträge zur Entwicklung eines Persönlichkeitskonstruktes*. Heidelberg.
- Reitmeier, Simon (2014): *Warum wir essen was wir mögen. Eine Studie zur Sozialisation der Ernährung*. Bielefeld.
- Schütze, Fritz (1983): Biographieforschung und narratives Interview, in: *Neue Praxis* 13(3), S. 283-293.
- Simmel, Georg (1992 [1908]): *Untersuchungen über die Formen der Vergesellschaftung*. Frankfurt am Main.
- Strauss, Anselm/ Corbin, Juliette (1996 [1990]): *Grounded Theory. Grundlagen Qualitativer Sozialforschung*. Weinheim.
- Viswanath, Kiron/ Bond, Kathleen (2007): Social determinants and nutrition. Reflections in the role of communication, in: *Journal Nutrition Education and Behavior* 39, S. 20-24.
- Von Ferber, Christian (1980): Ernährungsgewohnheiten. Zur Soziologie der Ernährung, in *Zeitschrift für Soziologie* 9(3), S. 221 -235.
- Wasserman, Stanley/ Faust, Katherine (1994): *Social Network Analysis. Methods And Applications*. Cambridge.
- Weber, Max (1984 [1921]): *Soziologische Grundbegriffe*. Tübingen.
- Wills, Thomas A. (1981): Downward comparison principles in social psychology, in: *Psychological Bulletin* 116, S. 117-142.
- Witzel, Andreas (1985): Das problemzentrierte Interview, in: Jüttemann, Gerd (Hrsg): *Qualitative Forschung in der Psychologie. Grundfragen, Verfahrensweisen, Anwendungsfelder*, S. 227-255. Weinheim und Basel.

Anhang

Anhang 1: Abfrage der Alteri-Angaben sowie quantitative Erhebung des Netzwerks

1. Wie alt ist diese Person?

- (1) Sehr viel jünger als ich
- (2) Etwas jünger als ich
- (3) Etwa in meinem Alter
- (4) Etwas älter als ich
- (5) Sehr viel älter als ich

2. Ist diese Person ein(e)...?

- (1) Mann
- (2) Frau
- (3) Sonstige

3. In welcher Beziehung steht diese Person zu Ihnen?

- | | |
|------------------------------------|--------------------------------|
| (1) Chef(in) / Vorgesetzte(r) | (9) Mein(e) Bruder / Schwester |
| (2) Kollege(in) | (10) Sonstige Verwandte |
| (3) Mitarbeiter(in) | (11) Partner(in) |
| (4) Kommilitone(in) | (12) Freund(in) |
| (5) Mentor(in) | (13) Sonstige Bekannte |
| (6) Betreuer(in) | (14) Dozent(in) / Lehrer(in) |
| (7) Mein(e) Vater / Mutter | (15) Mein Kind |
| (8) Mein(e) Großvater / Großmutter | (16) Nachbar(in) |
| (17) Mitbewohner(in) | |

4. Wie häufig haben Sie zu der Person Kontakt – egal in welcher Form, ob persönlich, per Telefon, E-Mail oder sonstige Kontaktmöglichkeiten?

- (1) Täglich
- (2) Mehrmals pro Woche
- (3) Einmal pro Woche / Mehrmals im Monat
- (4) Ca. einmal pro Monat
- (5) Seltener
- (6) Nie

5. Wie groß ist die Wohnentfernung zu dieser Person?

- (1) Gemeinsamer Haushalt (Wohngemeinschaft)
- (2) Gemeinsames Haus(projekt)
- (3) Unmittelbare Nachbarschaft
- (4) Gleicher Stadtteil/Ort
- (5) Anderer Stadtteil/Ort

6. Wie stark setzt sich die Person mit Ernährung auseinander?

- (1) Sehr stark
- (2) Stark
- (3) Mittel
- (4) Wenig
- (5) Sehr wenig

7. Welcher Ernährungsstil trifft auf die Person am ehesten zu?

- (1) Omnivore (Allesesser)
- (2) Vegetarier
- (3) Veganer
- (4) Keiner, sondern:

8. Tragen Sie auf nachfolgender Seite bitte alle Kennziffern der Alteri aus der Namensliste ein, die mit dieser Person bekannt sind.

Kennziffer	1	2	3	4	5	6	7	8
	Alter	Geschlecht	Beziehungsart	Kontakt- häufigkeit	Wohn- entfernung	Auseinander- setzung mit Ernährung	Ernährungsstil	Kennziffern bekannter Kontakte
--	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
--	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	