

„Vegane Lebensstile“

Eine sozialwissenschaftliche Untersuchung von ANGELA GRUBE

Nach einer Untersuchung der GESELLSCHAFT FÜR KONSUMFORSCHUNG (GfK) ernährten sich 1983 ca. 0,6 % (360.000 Menschen) der alten Bundesländer vegetarisch. Ergebnisse einer vom Meinungsforschungsinstitut EMNID im Jahr 1985 durchgeführten Erhebung ergaben, dass 33 % (20 Millionen) der Bürger¹ das Töten von Tieren zur Gewinnung von Lebensmitteln und Bekleidung ablehnten, unter den 14- bis 34jährigen sogar 40 %.² 1995 bemaßen der VEGETARIER-BUND DEUTSCHLANDS und die EUROPEAN VEGETARIAN UNION den Anteil der praktizierenden Vegetarier in Deutschland auf 3,62 % (2,9 Millionen Menschen), von denen schätzungsweise 230.000 vegan lebten.³

Diese strikten Vegetarier werden als „Veganer“ bezeichnet, da sie den Verzehr sämtlicher tierischer Nahrungsmittel (wie Fleisch, Fisch, Geflügel, Eier, Milchprodukte) und die Nutzung von Gebrauchsgegenständen aus tierischen Rohstoffen (z. B. Pelz, Leder, Wolle, Seide, Tierborsten, Federn) ablehnen. Dabei gibt es unterschiedliche Lebensweisen innerhalb des Vegetarismus, unter denen die Gruppe der Veganer nur eine Ausprägung darstellt. Die Ernährungswissenschaftler CLAUS LEITZMANN und ANDREAS HAHN unterscheiden fünf verschiedene Formen der vegetarischen Ernährung, wobei als Unterscheidungskriterium die Lebensmittelauswahl zugrunde gelegt wird.

Ovo-Vegetarier	meiden Fleisch, Fisch und Milch, nehmen aber Eier zu sich
Lakto-Vegetarier	meiden neben Fleisch und Fisch auch den Verzehr von Eiern, verzichten aber nicht auf Milch und Milchprodukte
Lakto-Ovo-Vegetarier	meiden Fleisch und Fisch, essen aber andere tierische Produkte wie Eier, Milch und Milchprodukte
Veganer	
a) Vegans (strikte Vegetarier)	meiden konsequent alle vom Tier stammenden Nahrungsmittel wie Fleisch, Fisch, Milch, Eier und eventuell auch Honig
b) New Vegans (Rohköstler)	meiden (fast) alle vom Tier stammenden Nahrungsmittel, sowie jede erhitzte Nahrung.

Tabelle1: Formen der vegetarischen Ernährung nach LEITZMANN und HAHN (1996)⁴

Die nachfolgende Untersuchung einer zwischen 1997 und 1999 durchgeführten Befragung analysiert den Lebensstil von Veganern in Deutschland. Im Fokus des Interesses standen

¹ Aufgrund besserer Lesbarkeit wird im folgenden Text durchgängig die männliche Schreibweise verwendet.

² Vgl. Teutsch, Gotthard M. (1987): Lexikon der Tierschutzethik, S. 239 f

³ Vgl. Leitzmann, Claus und Hahn, Andreas (1996): Vegetarische Ernährung, S. 13

⁴ vgl. Leitzmann, Claus und Hahn, Andreas (1996): Vegetarische Ernährung, S. 15

dabei folgende Themen: *Warum entscheiden sich Menschen für eine vegane Lebensweise? Wer sind diese Veganer? Wie gestaltet sich ihr Alltag?*

Antworten auf diese Fragen verzeichnete ANGELA GRUBE in ihrer Diplomarbeit „Vegane Lebensstile als pädagogisches Problem – diskutiert im Rahmen einer qualitativen/quantitativen Studie“, indem sie den veganen Gegenstandsbereich mittels Querschnittuntersuchung erstmalig aus sozialwissenschaftlicher Perspektive erforschte. Deziert untersuchte sie Motive, Einstellungen, Konsumverhalten, biografische Erfahrungen, Reaktionen des sozialen Umfeldes und mögliche Zusammenhänge zwischen vegetarischer und veganer Lebensweise. Um einen möglichst präzisen Einblick in den veganen Lebensstil zu erhalten erfolgte im ersten Schritt die thematische Annäherung durch qualitative Interviews, in denen die Teilnehmer anhand eines offenen Leitfadens ihre *vegane Biografie* erzählten. Diese *Face-to-Face-Interviews* wurden auf Tonband aufgezeichnet, anschließend transkribiert und abschließend unter Einsatz der Auswertungsmethode *Grounded Theory* nach BARNEY GLASER und ANSELM STRAUSS ausgewertet.

Im zweiten Schritt wurden die daraus gewonnenen Erkenntnisse mittels standardisierter Fragebögen an einer größeren Anzahl veganer Personen überprüft. Inhaltlich konzentrierte sich die schriftliche Erhebung auf Fragen zu Sozialisation, Motiven, Einstellungen, Konsum- und Kaufverhalten. Die Auswertung erfolgte mit dem Statistikprogramm *SPSS* für Windows.

Die Gesamtstichprobe der Untersuchung bildeten insgesamt vierzehn mündliche Interviews und 150 schriftliche Fragebögen von Veganern im Alter zwischen 5 und 62 Jahren. Diese relativ kleine Stichprobe erlaubt natürlich keine Generalisierung der Ergebnisse, liefert aber trotzdem einige interessante Anhaltspunkte.

Alle mündlich befragten Veganer gaben an, dass sie sich vor ihrem veganen Lebensstil vegetarisch ernährt hatten, wobei der Erstkontakt zum Vegetarismus überwiegend durch die Medien (wie Literatur, Fernsehen) oder das soziale Umfeld (z. B. Freunde, Bekannte) erfolgte, wie z. B. bei Markus (27)⁵: *„bei mir war das irgendwie eine Entwicklung, dass ich jemanden kennen gelernt habe, der vegetarisch lebt, und der mich dann durch Aufklärung, durch Flugblätter dann informiert hat. Und mich das interessiert hat, und ich mich dann immer mehr damit beschäftigt habe.“* Ein „Schlüsselerlebnis“ im klassischen Sinne veranlasste Barbie (38) kein Fleisch mehr zu essen. Sie sagt: *„Ich war in Italien und aß ein Salamibrot. Und hatte kurz vorher erfahren, dass in Salami Eselsfleisch ist. Und während ich*

⁵ Die Zahlen in den Klammern geben das Alter der Befragten zum Interviewzeitpunkt an.

das aß, ging ein Esel vorbei. [...] und da habe ich zum ersten Mal die Verbindung gemacht. Und wirklich, während ich das Brot in der Hand hatte, hab` ich mich dazu entschlossen, kein Fleisch mehr zu essen.“ Der gesundheitlicher Aspekt stand bei Dora (43) im Vordergrund: *„erstmal hatte das so mehr gesundheitliche Gründe: BSE-Skandal – diese Dinge – Schweinepest. Und so langsam wurde mir das auch aus tierschützerischen Gründen wichtig.“*

Als auslösende Faktoren für eine vegetarische Ernährung wurden im Wesentlichen fünf Hauptmotive (Tabelle 2) genannt: ethisch-moralische, gesundheitliche, ökologische, ökonomische und religiöse Gründe. Dabei bildeten sich die ethisch-moralischen Faktoren oft schon in der Kindheit oder frühen Jugend heraus, wohingegen gesundheitliche Beweggründe oft erst im Erwachsenenalter entstanden. Brigitte (41) schildert: *„Irgendwie fängt die ganze Geschichte schon länger an. Und zwar nämlich [...], dass mein Großvater [...], der hatte halt Gänse und schlachtete die natürlich auch [...] und ich fand das total grässlich, und konnte dieses Fleisch nicht essen. Aber ich wurd` natürlich gezwungen. Und irgendwie weiß ich, dass das schon nun doch aus der Zeit kommt.“* Brigitte war damals drei oder vier Jahre alt und fand das: *„grauselig, mit den Gänsen. Die schrien, klar. Und, ja, aber ich wurde halt gezwungen. Ich musste das essen.“* Sie folgert daraus: *„Also, irgendwann, wenn Kinder so realisieren [...]: – Gänse – Schlachten – Essen – [...], wenn so halt Kinder realisieren: Fleisch kommt wirklich von dem Tier jetzt [...] dann essen die das nicht mehr. Bin ich todsicher.“*

Fast alle interviewten Teilnehmer berichteten in ihren Ausführungen, dass ihre Motive selten vom sozialen Umfeld akzeptiert wurden und sie sich dadurch zu einer Rechtfertigung ihrer Lebensweise gedrängt fühlten. Die Familie von Hans (32) reagierte folgendermaßen auf die vegetarische Ernährungsweise ihres Sohnes: *„Naja, gut, erstmal haben sie natürlich ein bisschen blöd geguckt oder waren erstaunt. Und das haben sie nicht ernst genommen, dass ich jetzt gar kein Fleisch mehr essen will. Die haben gefragt: `Wie lange willst du das denn machen?`, und `Was willst du damit erreichen?`, und teilweise wurde das als Kinderei abgetan, wurde dann darüber gelacht, sich lächerlich gemacht.“*

Bei der nachfolgenden Umstellung von der vegetarischen Ernährungsweise zum veganen Lebensstil spielten die in Tabelle 2 genannten Faktoren ebenfalls eine wichtige Rolle, insbesondere die ethisch-moralischen und gesundheitlichen Gründe. Trudi (62) hat sich aus ethisch-moralischem Motiv für den Veganismus entschieden und resümiert: *„Tiere sind*

unsere Mitgeschöpfe, und Mitgeschöpfe isst man nicht. Und zwangsläufig muss man dann Veganer sein.“

Als auslösende Faktoren wurden hauptsächlich folgende Motive genannt:

Ethisch-moralische Motive	z. B. Mitleid mit Tieren, Gleichbehandlung von Mensch und Tier, Einstellung gegen Speziesismus
Gesundheitliche Motive	z. B. Vorbeugung vor bzw. Heilung von Erkrankungen, Steigerung der Leistungsfähigkeit und des Wohlbefindens
Ökologische Motive	z. B. Überfischung, Wasserverschmutzung, Treibhauseffekt, Abholzung des Regenwaldes durch Überweidung
Ökonomische Motive	z. B. Welthungerproblem durch ungleiche globale Rohstoffverteilung, Konsumvermeidung
Religiöse Motive	z. B. Töten als Unrecht bzw. Sünde, Fleischverzehr als religiöses Tabu, Freisetzung geistiger Kräfte

Tabelle 2: Hauptmotive für einen vegetarischen und veganen Lebensstil

Bei der Umstellung von der vegetarischen Ernährungsweise auf die vegane Lebensweise beklagten die Interviewten neben mangelnder Akzeptanz auch das fehlende vegane Angebot an Nahrungsmitteln und Gebrauchsgegenständen im regionalen Nahraum. So berichtet Andy (29): *„ich stoße schon irgendwie so auf Ablehnung oder auf Unverständnis bis hin zur Ablehnung. Was dann natürlich wiederum dazu führt, dass ich es argumentativ rechtfertige, was ich tue, was dann manchmal zu Diskussionen führt.“* Er fügt hinzu: *„Manchmal ist es, als wenn man von einem fremden Stern kommt. Und was halt auch erschwerend hinzukommt ist [...] das Negativimage, was halt über die Medien halt auch teilweise aufgebaut wird. Das man mitbekommt ...: Ja Vegetarier, alles klar, ... das sind gute Menschen. Veganer, das sind halt Chaoten irgendwie. [...] Das ist auf jeden Fall ein Problem.“* An anderer Stelle sagt er *„das Grundproblem ist, dass dieses Bewusstsein [...] halt leider völlig unterentwickelt ist in unserer Gesellschaft. Völlig! Also, der Gedanke, dass es verwerflich sein könnte, Tiere als Rohstofflieferanten zu benutzen, der ist fast überhaupt nicht vorhanden.“* Dies führt seiner Meinung nach zu einem *„Unverständnis bei den Leuten [...] und provoziert schon [...] Probleme [...], dass man das Gefühl hat, in der Hinsicht völliger Außenseiter zu sein. Und das ist schon ein komisches Gefühl.“* Andy differenziert: *„Vegetarisch essen zu gehen: kein Problem. Vegan essen zu gehen ... schon ein Problem. Dazu die sozialen Probleme: Man geht nicht mehr mit anderen Leuten essen. Man isst nicht mehr bei anderen Leuten, die halt nicht vegan sind. [...] man muss sich halt wieder rechtfertigen, oder man rechtfertigt sich diesbezüglich.“*

Als Ergebnis der qualitativen Studie ist neben vielen Detailergebnissen festzuhalten, dass der vegetarische und vegane Lebensstil entlang ethisch-moralischer Aspekte begründet wird und sich im kontroversen und ablehnenden Austausch mit der sozialen Umwelt behaupten muss.

Die quantitative Untersuchung gibt Auskunft über die Zusammensetzung der Stichprobe. Bezüglich des Alters (Abbildung 1) ist die Mehrheit der untersuchten Teilnehmer zwischen 21 und 40 Jahre alt und besteht zu gleichen Teilen aus Frauen und Männern. Fast die Hälfte der befragten Veganer ist mit 46,3 % zwischen 21 und 30 Jahre alt, 24,8 % sind 31 bis 40 Jahre alt und 16,8 % sind bis 20 Jahre. 7,4 % der Befragten sind 41 bis 50 Jahre alt und 4,7 % sind 51 Jahre und älter.

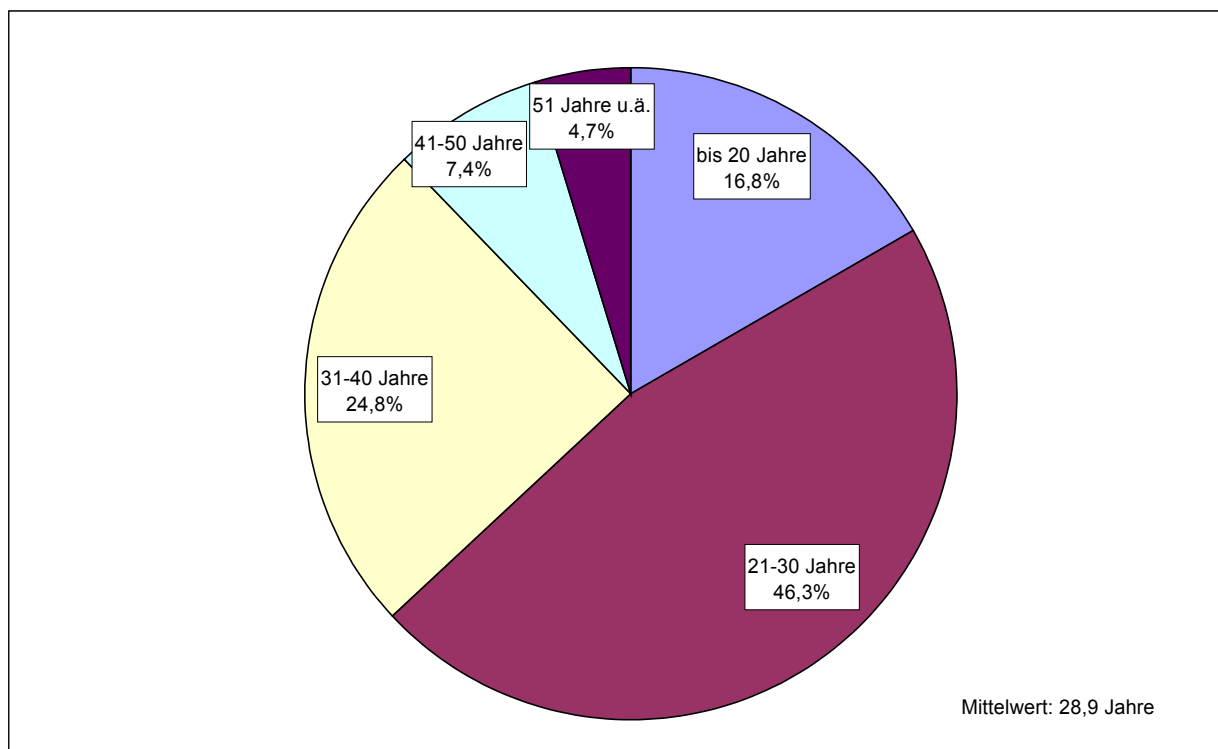


Abbildung 1: Alter

Hinsichtlich der Schulbildung (Abbildung 2) verfügt fast zwei Drittel der untersuchten Veganer über einen höheren Schulabschluss. 54,7 % haben Abitur bzw. Fachabitur, 23,3 % besuchten die Real- oder Gesamtschule und 13,3 % besitzen einen (Fach-) oder Hochschulabschluss. Die verbleibenden Probanden verteilen sich auf 4 % Gymnasiasten, 3,3 % Hauptschüler, 0,7 % Grundschüler und 0,7 % Kindergartenkinder. Die Verteilung der Geschlechter ist in allen Kategorien fast gleich.

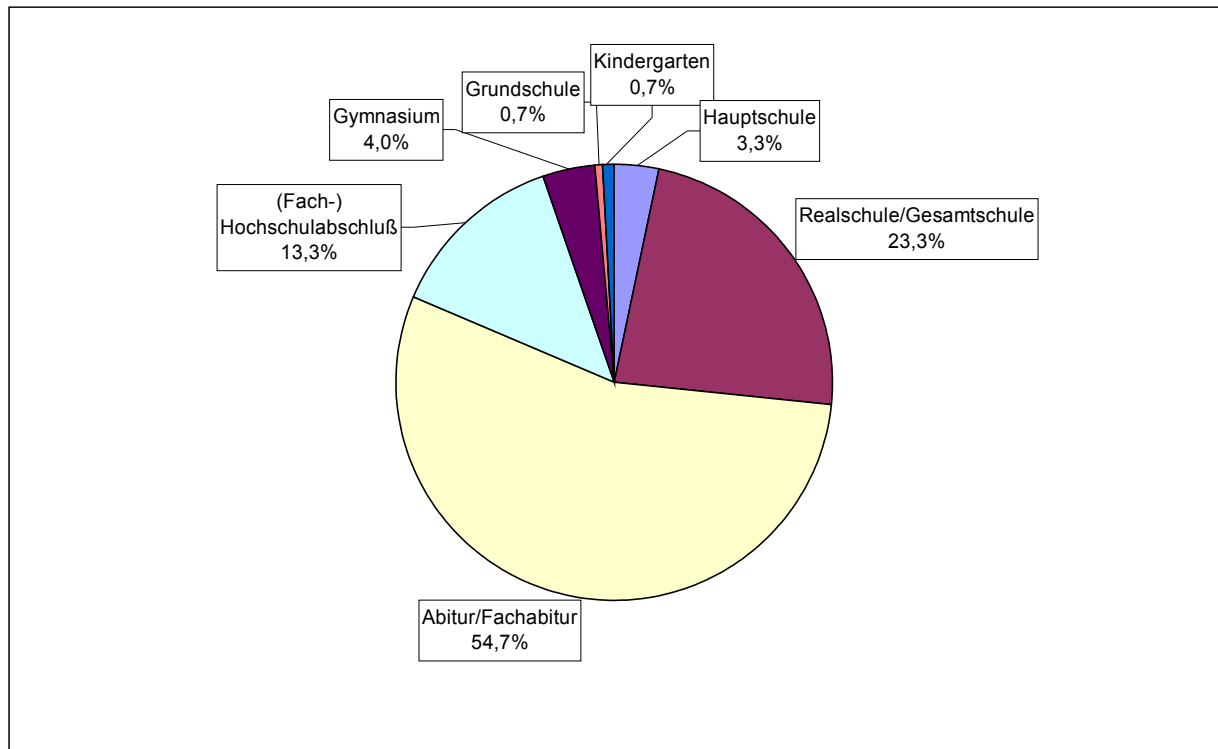


Abbildung 2: Schulbildung

Zum Zeitpunkt der Untersuchung (Abbildung 3) befinden sich die meisten Teilnehmer in einem Angestelltenverhältnis oder sind Studierende. 26,8 % der Teilnehmer sind Angestellte und 23,9 % Studierende, 12,7 % sind Selbstständige oder Freiberufler, 9,9 % sind (Um-) Schüler, und ebenfalls 9,9 % sind Auszubildende oder Praktikanten. Darüber hinaus gibt es 6,3 % Arbeitslose, 4,9 % Hausfrauen, 3,5 % Beamte, 0,7 % Arbeiter, 0,7 % Zivildienstleistende und 0,7 % Rentnern.

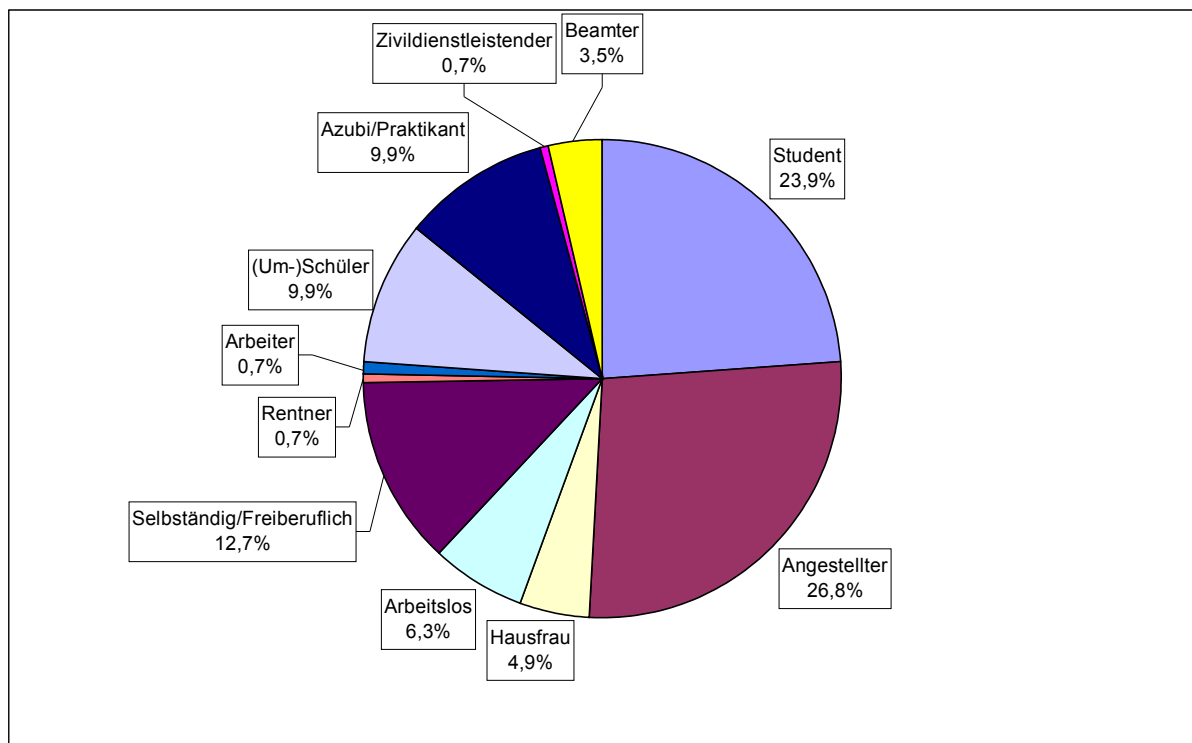


Abbildung 3: Berufliche Tätigkeit

Die in der Studie befragten Veganer wohnen überwiegend in den alten Bundesländern. 30,3 % wohnen in einer Region mit 250.000 bis 500.000 Einwohnern, 26,1 % leben in Wohnorten mit einer Einwohnerzahl unter 50.000. 9,9 % wohnen in Städten mit 50.000 bis unter 100.000 Einwohnern, 8,5 % leben in Regionen mit 100.000 bis unter 250.000 Bewohnern und 8,5 % in Städten mit 500.000 bis unter 1 Million Einwohnern. Die unter 20jährigen kommen zu 3,3 % aus Städten mit über 1.000.000 Einwohnern, während die über 50jährigen in räumlichen Gebieten mit einer Einwohnerzahl von unter 50.000 Menschen leben.

Die Untersuchungsteilnehmer bezeichnen sich selbst als „vegan“ in dem Sinne, dass sie alle vom Tier stammenden Produkte ablehnen. Gefragt nach den ausschlaggebenden Gründen für den veganen Lebensstil (Abbildung 4) geben 92,5 % ethische Motive an, gefolgt von 35,4 % moralischen Beweggründen. 21,1 % nennen ökologische Anlässe und 15,0 % gesundheitliche Motive als Entscheidungsfaktoren. 12,9 % der Befragten führen ökonomische Anstöße an, 4,1 % religiöse Motive und 12,9 % nennen „Sonstiges“. Hierunter fallen politisches Verständnis, Empathie, positive Erlebnisse mit Tieren, Schlüsselerlebnisse, Tierschutz, Liebe zur Natur und philosophische Gesellschaftskritik. 100 % der 41- bis 50jährigen nennen Ethik als entscheidenden Grund, gefolgt von 97,3 % der 31- bis 40jährigen. Religiöse Motive

werden vor allem in der Gruppe der 41- bis 50jährigen angeführt, wohingegen es bei den unter 20jährigen und den über 50jährigen keine Nennung gibt.

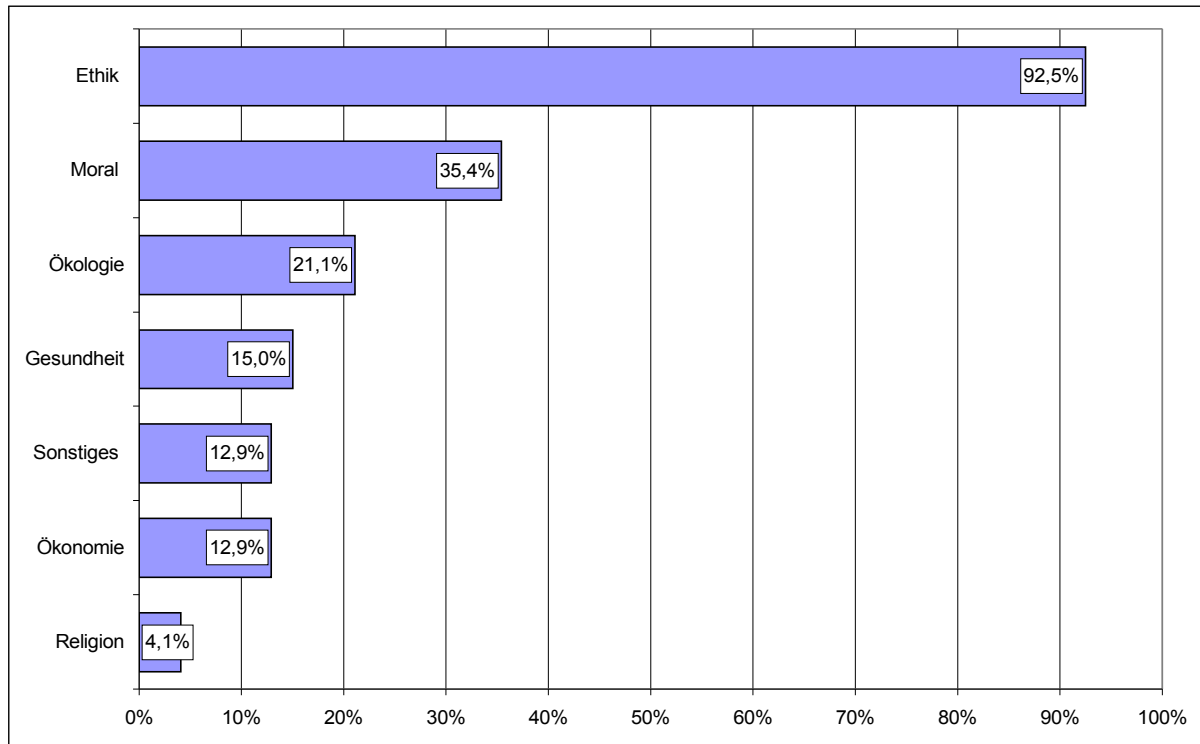


Abbildung 4: Gründe für den veganen Lebensstil/ die vegane Lebensweise

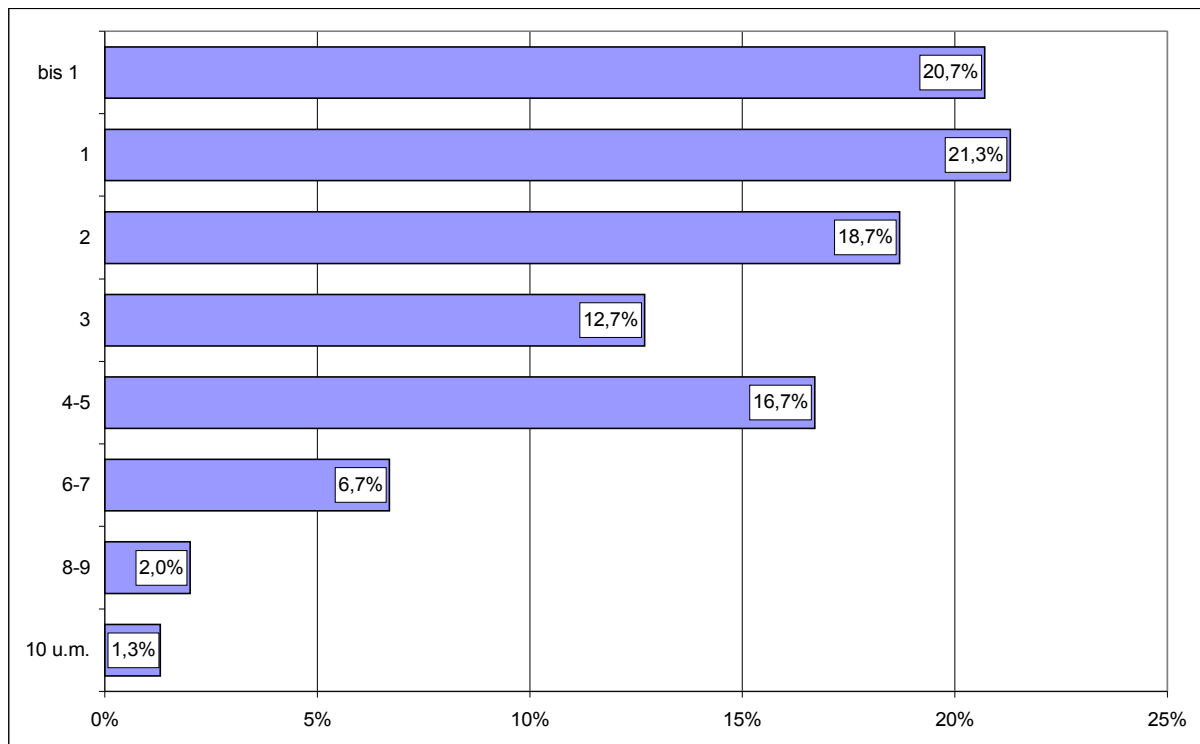


Abbildung 5: Dauer des veganen Lebensstils in Jahren

Die Studienteilnehmer leben im Durchschnitt seit 2,7 Jahren vegan (Abbildung 5) und haben sich davor durchschnittlich 5,2 Jahre vegetarisch ernährt (Abbildung 6).

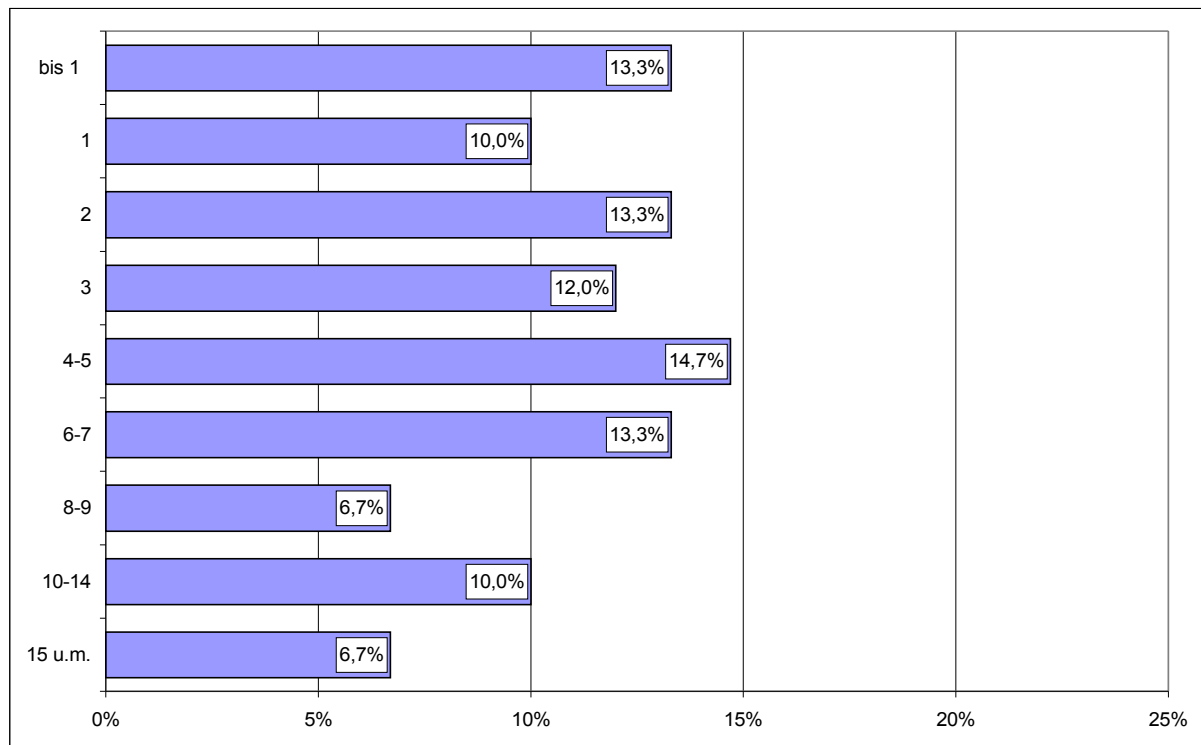


Abbildung 6: Dauer der vegetarischen Lebensweise (vor dem veganen Lebensstil) in Jahren

Befragt nach dem Konsumverhalten (Abbildung 7) geben 86,6 % an, auf tierische Nahrungsmittel (wie Fleisch, Fisch, Eier, Milchprodukte und Gelatine) zu verzichten, 12,1 % tun dies nur gelegentlich und 1,3 % konsumieren tierische Produkte. 85,2 % der Befragten geben an sich vegan zu ernähren, wohingegen dem nur 14,8 % teilweise zustimmen können. 2 % bezeichnen sich selbst als Rohköstler.

Einer veganen Lebensweise stimmen 72,0 % der Teilnehmer zu und 28,0 % stimmen teilweise zu. 52,0 % der Teilnehmer verwenden ausschließlich Kosmetika, Reinigungsmittel oder Waschmittel, die nicht im Tierversuch getestet werden, 43,3 % benutzen diese Produkte teilweise und 4,7 % legen darauf keinen Wert. Daneben geben 69,1 % an keine Wolle zu verwenden, 29,5% verzichten teilweise auf Wolle und 1,3 % nutzen Wolle. Leder meiden 67,1 % der Befragten, 30,9 % verwenden diese Erzeugnisse teils und 2,0 % nutzen Leder.⁶ 90,0 % verzichten auf Seide, 9,3 % tun dies teilweise und 0,7 % verwenden Produkte aus Seide. Die Gruppen der 41- bis 50jährigen und über 50 Jahren verzichten zu 100 % auf dieses

⁶ Viele Befragte geben an, sich keine neuen Produkte aus Leder mehr anzuschaffen, ihre vorhandenen Produkte aber noch aufbrauchen zu wollen.

Erzeugnis im Gegensatz zu der Gruppe der unter 20jährigen, in der 16 % teilweise und 4 % regelmäßig Seide benutzen.

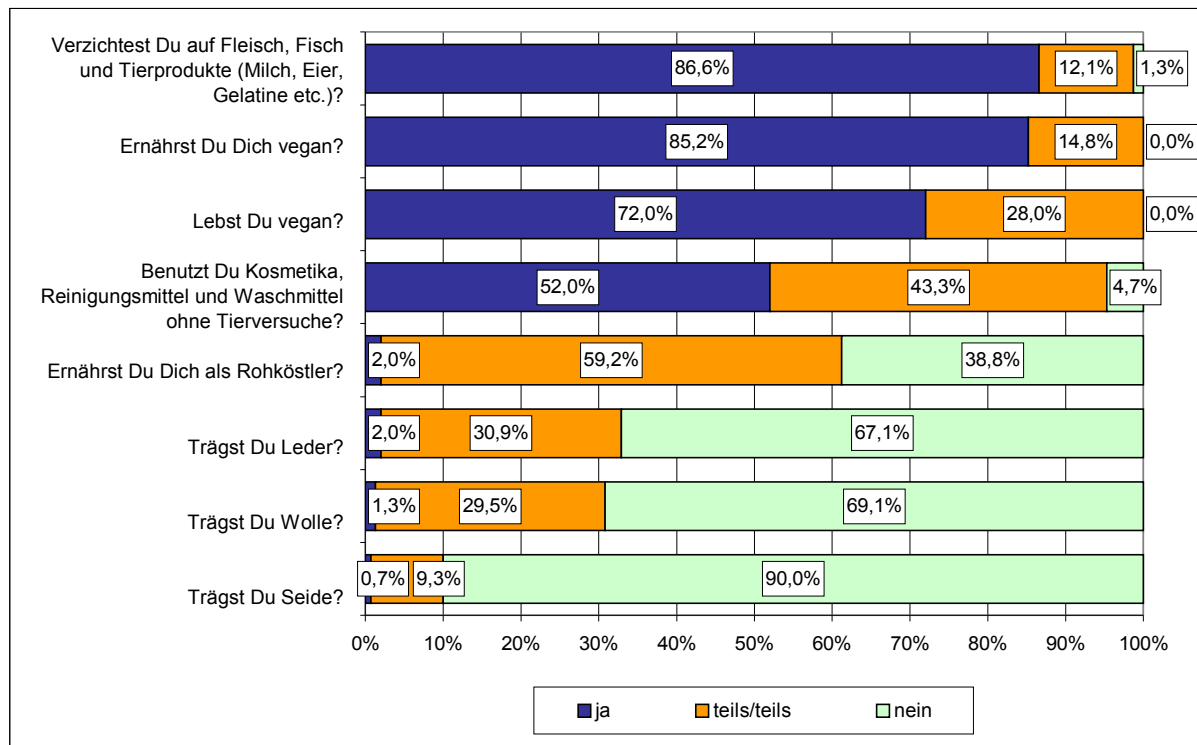


Abbildung. 7: Konsumverhalten

Fragen zum Kaufverhalten (Abbildung 8) veranschaulichen, dass 50,3 % ihre veganen Lebensmittel, Kosmetika oder Kleidung in der näheren Umgebung einkaufen, während 49,0 % dies nur zum Teil praktizieren und 0,7 % nicht. 32,9 % der Befragten reicht das vegane Angebot in der näheren Umgebung nicht aus, 47,7 % sind zum Teil damit zufrieden und 19,5 % sind damit unzufrieden. 55,0 % bestellen ihre veganen Lebensmittel, Kosmetika und Kleidung teilweise bei veganen Versänden, 16,8 % kaufen dort regelmäßig ein und 28,2 % bestellen nicht bei veganen Versänden. Das Angebot der veganen Versände reicht 50,0 % der Befragten aus, 43,2 % sind teilweise zufrieden und 6,8 % sind unzufrieden. 9,4 % bestellen ihre veganen Produkte im Ausland, 15,4 % praktizieren dies teilweise und 75,2 % tun dies nicht.

Ein Vergleich von Konsumverhalten (Abbildung 7) und Kaufverhalten (Abbildung 8) verdeutlicht, dass hinsichtlich veganer Nahrungsmittel (wie Tofuwürsten, Sojakäse) und Gebrauchsgegenstände (z. B. lederfreie Schuhe, tierversuchsfreie Drogerieartikel) ein Interesse besteht, dem aber nur teilweise nachgegangen werden kann. Viele Veganer finden keine Einkaufsmöglichkeit in der näheren Umgebung vor und weichen deshalb auf spezielle

Versandgeschäfte im Inland und Ausland aus, was zusätzliche Schritte notwendig macht. An dieser Stelle wäre – aus veganer Sicht – die Schließung der regionalen Versorgungslücken wünschenswert.

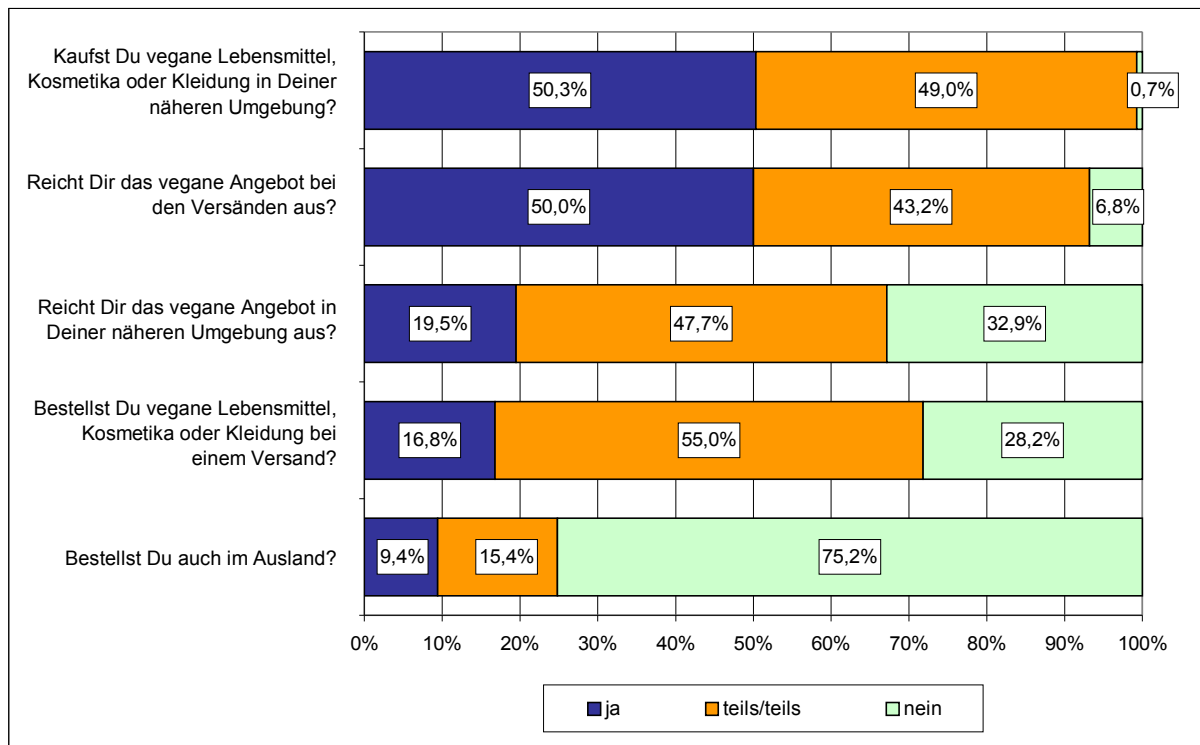


Abbildung 8: Kaufverhalten

Zusammenfassung:

Die qualitativen und quantitativen Ergebnisse der mündlichen Interviews und schriftlichen Fragebögen weisen darauf hin, dass sich ein veganer Lebensstil in der Regel aus einer vegetarischen Ernährungsweise entwickelt und vornehmlich ethisch-moralisch, gesundheitlich, ökonomisch, ökologisch oder religiös begründet ist. Die Mehrheit der untersuchten Veganer ist zwischen 21 und 40 Jahre alt und besteht zu gleichen Teilen aus Männern und Frauen. Zwei Drittel der untersuchten Teilnehmer verfügt über einen höheren Schulabschluss und befindet sich in einem Angestelltenverhältnis oder ist Studierender. Die Veganer wohnen vorwiegend in den alten Bundesländern, leben seit durchschnittlich 2,7 Jahren vegan und ernährten sich davor im Durchschnitt 5,2 Jahre vegetarisch.

Die Mehrheit der Probanden verzichtet neben tierischen Nahrungsmitteln und Drogerieartikel auch auf Gebrauchsgegenstände die vom Tier stammen. Aufgrund regionaler Versorgungslücken ist der Erwerb veganer Produkte vor Ort schwierig, weshalb einige Veganer auf spezielle Versandgeschäfte im Inland und Ausland ausweichen.

Jeder zweite befragte Veganer gibt Schwierigkeiten mit seinem sozialen Umfeld an und fühlt sich missverstanden oder ausgegrenzt. Obwohl die Hälfte der Befragten der veganen Lebensweise einen sehr hohen Stellenwert in ihrem Leben einräumt, berichtet ein Drittel der Untersuchungsteilnehmer, dass sie ihrer Umwelt die vegane Lebensweise teilweise verschweigt. Dies kann aus einer bestehenden Informationslücke zur vegetarischen und veganen Lebensweisen in der Allgemeinheit resultieren. Nach wie vor gibt es zu wenig öffentlich zugängliche Informationen zu diesem Thema, wodurch der veganen Lebensweise möglicherweise ein negatives Image anheftet.

Literatur:

Grube, Angela (2006): Vegane Lebensstile als pädagogisches Problem – diskutiert im Rahmen einer qualitativen/quantitativen Studie

Leitzmann, Claus und Hahn, Andreas (1996): Vegetarische Ernährung

Strauss, Anselm und Corbin, Juliet (1996): Grounded Theory: Grundlagen Qualitativer Sozialforschung

Teutsch, Gotthard M. (1987): Lexikon der Tierschutzethik

Kontakt zur Autorin: vid@gmx.de