

Ernährung und Lebensstile in der sozial-ökologischen Forschung –

Einsichten in die motivationalen Hintergründe des alltäglichen Ernährungshandelns

Institut für
sozial-ökologische
Forschung (ISOE)



Doris Hayn & Irmgard Schultz

Erschienen in: Bundesamt für Naturschutz (Hg.) (2004): Ernährungskultur: Land(wirt)-schaft, Ernährung und Gesellschaft. 26. Wissenschaftliche Jahrestagung der AGEV. BfN-Skripten 123/2004

Wie gestalten Menschen ihre Ernährung? Welchen Stellenwert kann Ernährung in einem Alltag haben, der nicht selten von beruflichen Belastungen und immer höheren Ansprüchen an die Freizeitgestaltung bestimmt wird? Welche gesundheitlichen und ökologischen Auswirkungen hat das konkrete Ernährungshandeln? Bei der Erforschung des Handlungsfelds Ernährung sind diese Fragen, aber auch die Analyse von sozial-räumlichen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen ebenso wie die symbolischen Aspekte von Lebensmitteln und Ernährungspraktiken von Bedeutung. Ernährungsforschung bedarf damit naturwissenschaftlich-technischer und medizinischer Perspektiven ebenso wie sozial- und kulturwissenschaftlicher, sie bedarf interdisziplinärer Zugänge. Sie braucht aber auch, vor allem mit Blick auf eine nachhaltige Entwicklung, den Bezug zur konkreten Praxis aller im Handlungsfeld relevanten Akteure, um problemgerechte, alltagsadäquate Handlungsstrategien entwickeln zu können. Eine integrative Betrachtung von Ernährung und Lebensstilen in der sozial-ökologischen Forschung setzt an diesen Anforderungen an und liefert Einsichten in die motivationalen Hintergründe des alltäglichen Ernährungshandelns.

1 Das Erkenntnisinteresse der sozial-ökologischen Forschung

Sozial-ökologische Forschung analysiert nicht einzelne, vermeintlich isolierbare und durch punktuelle Maßnahmen lösbare Umweltprobleme, sondern nimmt die Komplexität sozial-ökologischer Problemlagen und deren Dynamik in den Blick. Sie beschäftigt sich mit Beziehungsmustern zwischen Gesellschaft und Natur sowie Möglichkeiten ihrer Veränderung hin zu einer nachhaltigen Entwicklung. Als Forschungstyp ist sozial-ökologische Forschung zum einen *problembezogen und interdisziplinär*. „In wissenschaftlicher Hinsicht ist sie darauf gerichtet, die noch immer weitgehend unverbundenen Erkenntnisse der naturwissenschaftlichen und der sozialwissenschaftlichen Um-



weltforschung sowohl problembezogen miteinander zu verknüpfen als auch theoretisch zu integrieren“ (Becker et al. 1999: 1). Zum anderen ist sozial-ökologische Forschung *transdisziplinär und gestaltend*: sie will Wissensbestände nicht nur aufbauen, sondern sie erfolgreich in den gesellschaftlichen Prozess der Entwicklung hin zu nachhaltigeren Lebens- und Wirtschaftsformen einbringen. Zur Aufgabe der Forschung gehört es somit, im Sinne der Transdisziplinarität die Brücke zwischen wissenschaftlicher Analyse und praktischer Gestaltung herzustellen (vgl. auch BMBF 2000, Jahn 2003).

Für Forschungsprojekte bedeutet dies, dass sie zum Einen an klar definierten Problemstellungen ansetzen und zum Anderen mit Blick auf praktische Gestaltung konkrete Zielsetzungen ausweisen. Die in diesem Beitrag vorgestellten Projekte unterscheiden sich dementsprechend in Bezug auf zwei Aspekte: das zu bearbeitende Problem sowie die Aufgabe der Empirie im Rahmen der Zielsetzung des Gesamtprojekts.¹

So setzt das Projekt „Bio+Pro: Analyse der qualitativen Struktur des Konsums von Bio-Produkten nach einem Lebenswelten-Modell und Ermittlung der milieuspezifischen Potenziale zur Erhöhung des Konsums sowie der dafür notwendigen Maßnahmen“² am Problem an, dass die aktuelle Nachfrage nach Bio-Lebensmitteln nicht ausreichend ist, um das geplante Ziel von 20 % Anbaufläche des kontrolliert biologischen Anbaus („Agrarwende“) zu realisieren. Die Aufgabe der in dem Projekt durchgeführten Empirie ist es, ein Zielgruppenmodell für Potenziale der Steigerung des Bio-Lebensmittelkonsums zu entwickeln.

Das Verbundprojekt „Ernährungswende – Strategien für sozial-ökologische Transformationen im gesellschaftlichen Handlungsfeld Umwelt-Ernährung-Gesundheit“³ setzt umfassender am Problem einer nicht nachhaltigen und nicht gesundheitsförderlichen Ernährung an. Die im Teilprojekt „Ernährung im Alltag“ durchgeführte Empirie dient dazu, die alltägliche Ernährungsgestaltung unterschiedlicher Konsumenten und Konsumentinnen besser zu verstehen, um auf dieser Basis Handlungsstrategien für verschiedene gesellschaftliche Akteure zu entwickeln.

¹ Für die wertvollen Diskussionen und Beiträge zu dieser Veröffentlichung möchten wir an dieser Stelle insbesondere Immanuel Stieß (ISOE) danken.

² Das Projekt Bio+Pro wurde vom Bundesministerium für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft (BMVEL) im Rahmen des Bundesprogramm Ökologischer Landbau (BÖL) gefördert und vom Institut für sozial-ökologische Forschung (ISOE) in Kooperation mit ergo network durchgeführt.

³ „Ernährungswende“ ist ein Gemeinschaftsprojekt des Forschungsnetzwerks ÖkoForum unter der Leitung des Öko-Instituts e.V., an dem das Institut für sozial-ökologische Forschung (ISOE), das Institut für ökologische Wirtschaftsforschung (IÖW), das KATALYSE-Institut für angewandte Umweltforschung und das Österreichische Ökologie Institut für angewandte Umweltforschung beteiligt sind. Das Projekt wird mit Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung, im Rahmen des Förderschwerpunkts „Sozial-ökologische Forschung“, gefördert. Zum Gesamtdesign sowie zu den Teilprojekten siehe unter www.ernaehrungswende.de.

2 Sozial-ökologische Lebensstilforschung

Der Fortschritt der Lebensstilforschung ist es, dass nicht mehr ausschließlich objektive Faktoren (sozial-strukturelle Merkmale), sondern auch subjektive Faktoren zur Erklärung sozial-struktureller Unterschiede herangezogen werden. Lebensstilansätze betonen die Bedeutung von Einstellungen sowie soziokultureller Kriterien für die Differenzierung sozialer Segmente: Durch die Unterteilung von Gesellschaften nicht nur *vertikal* in Ober-, Mittel- und Unterschicht, sondern auch *horizontal* anhand soziokultureller Kriterien, wird ein Bild verschiedener Milieus in einem sozialen Raum gezeichnet, die sich jeweils durch unterschiedliche Lebensstile auszeichnen (vgl. Götz 2001). Lebensstile sind in diesem Sinne abgrenzbare, alltagsweltlich identifizierbare, durch Fremd- und Selbsttypisierung hergestellte soziale Formationen, die durch Muster der Lebensführung konstituiert werden.

Um das Lebensstilkonzept für die Nachhaltigkeitsforschung zu optimieren, hat das Institut für sozial-ökologische Forschung (ISOE) einen sozial-ökologischen Lebensstilansatz entwickelt, der den Fokus auf die *motivationalen Hintergründe des Handelns* bzw. auf unterschiedliche „Handlungsmilieus“ (Giddens) legt. Untersucht werden drei Dimensionen:

- Soziale Situiertheit: Soziodemografische Faktoren wie Alter und Geschlecht sowie Haushalts- und Familienstrukturen, Kinder und Lebensphase
- Orientierungen:
 - Lebensstilspezifische Orientierungen: Werthaltungen, Arbeits-, Freizeitorientierungen etc.
 - Handlungsfeldspezifische Orientierungen (z.B. Ernährung, Konsum, Mobilität): Einstellungen, Haltungen, Vorlieben, Abneigungen etc.
- Verhalten bezogen auf das jeweilige Handlungsfeld

Der sozial-ökologische Lebensstilansatz weist mehrere Vorteile auf. Durch die Berücksichtigung des Haushaltskontexts wird das jeweilige Handlungsfeld im Alltagszusammenhang betrachtet sowie die Einbettung von Individuen in ihren sozialen Kontext verdeutlicht. Damit kommen die konkreten sozialen Zusammenhänge der Individuen in den Blick, die zum einen insbesondere für Frauen eine zentrale Rolle bei der Gestaltung der Haus- und Versorgungsarbeit spielen und zum anderen das Alltagshandeln in Richtung „Nachhaltigkeit“ beeinflussen können. Des weiteren besteht ein wesentlicher Vorteil des Ansatzes in der Einbeziehung der Verhaltensdimension: dies erlaubt es, den Zusammenhang und die Wechselwirkungen von Orientierungen und Verhalten im Handlungsfeld gruppenspezifisch zu überprüfen. Ferner geraten dadurch die für eine nachhaltige Entwicklung bedeutsamen stofflich-energetischen Aspekte in den Blick: Umweltauswirkungen verschiedener Lebensstile können analysiert, Reduktionspotenziale abgeschätzt und Strategien entsprechend gestaltet werden. Eine sozial-ökologische Typologie von Lebensstilen zeigt somit gruppenspezifische Muster von sozialer



Situiertheit, Orientierungen *und* Verhalten anhand von ganzheitlichen und verstehbaren Charakterisierungen von verschiedenen Typen (vgl. Empacher/Hayn im Druck, Empacher/Schultz 2001).

3 Ernährung und Lebensstilen: ausgewählte Ergebnisse

Bei der folgenden Beschreibung der beiden Typologien wird der Fokus auf jeweils drei Aspekte gelegt: Stellenwert und Bedeutung von Ernährung und Essen, Umwelt- und Naturorientierungen sowie Gesundheitsorientierungen.

3.1 Die Zielgruppen im Bio-Lebensmittelmarkt

Im Projekt „Bio+Pro“ wurden aus einer Stichprobe von 2.920 repräsentativ ausgewählten Personen 1.575 Käufer und Käuferinnen von Bio-Lebensmitteln ermittelt (= 54%). Diese Gruppe wurde für die Entwicklung des Zielgruppenmodells mit Hilfe eines standardisierten Fragebogens befragt.⁴ Neben der sozialen Situiertheit wurden Einstellungen zu Bio-Lebensmitteln, allgemeine lebensspezifische Orientierungen, bevorzugte Einkaufsstätten sowie die Häufigkeit des Kaufs von Bio-Lebensmitteln und bevorzugten Produktgruppen ermittelt. Auf Basis der Einstellungen zu Bio-Lebensmitteln wurden mit Hilfe einer Clusteranalyse fünf Zielgruppen im Bio-Lebensmittelmarkt ermittelt (Prozentangaben entsprechen den jeweiligen Umsatzanteilen am Bio-Lebensmittelmarkt):

Die ganzheitlichen Überzeugten (42 %)
Die arrivierten Anspruchsvollen (23 %)
Die 50+ Gesundheitsorientierten (17 %)
Die distanziert Skeptischen (13 %)
Die jungen Unentschiedenen (5 %)

Die „ganzheitlichen Überzeugten“ streben nach einem sinnerfüllten Leben im Einklang mit der Natur. Sie haben ein ausgeprägtes Ernährungsbewusstsein, kochen gerne, häufig und mit großem Aufwand. Das Älterwerden hat ein wachsendes Bedürfnis, sich um Gesundheit, Körper und Geist zu kümmern, mit sich gebracht. Insgesamt bilden ethische Überzeugungen und sinnlicher Genuss die Grundlage nachhaltiger Ernährungsgewohnheiten. Den Schwerpunkt dieses Typs bilden qualifizierte Frauen in der (Nach-)Familienphase mit hoher Schulbildung und mittleren bis höheren Einkommen. Viele sind in sozialen Berufen tätig.

⁴ Der repräsentativen Befragung ging eine qualitative Erhebung voraus: in Gruppendiskussionen und Intensivinterviews wurden die relevanten Motivhintergründe für den Kauf bzw. die Ablehnung von Bio-Lebensmitteln eruiert.

Leitende Motive der „*arriviert Anspruchsvollen*“ für den Kauf von Bio-Lebensmitteln sind das Wohl der Kinder, ein ganzheitliches Gesundheitsverständnis, das eine spirituelle und esoterische Dimension einschließen kann, sowie eine ausgeprägte Wellness-Orientierung. Sie sind eine anspruchsvolle Zielgruppe, die großen Wert auf Stil und Geschmack legen. Bei diesem Typ überwiegen gut situierte und gut ausgebildete Mütter mit kleineren Kindern. Der Altersschwerpunkt liegt bei Ende 20 bis Mitte 40. Viele arbeiten Teilzeit oder verzichten wegen der Kinder vorübergehend auf die Ausübung ihres Berufs.

Die „*50+ Gesundheitsorientierten*“ zeichnen sich durch traditionelle Grundeinstellungen, feste Kochgewohnheiten und eine Vorliebe für regionale und saisonale Produkte aus. Gesundheitliche Probleme oder zunehmende Krankheitsanfälligkeit bilden vielfach den Auslöser für eine Neuorientierung der Ernährung. Dies geht oft mit einer zunehmenden Wahrnehmung der eigenen Mitverantwortung für die Zukunft von Mensch und Natur einher. Fast die Hälfte dieses Typs ist über 60 Jahre alt. Kleine bis mittlere Einkommen überwiegen. Der Typ ist eher auf dem Land oder in Kleinstädten anzutreffen.

Bei den „*distanziert Skeptischen*“ hat eine hochwertige und gesunde Ernährung keinen ausgeprägten Stellenwert. Vorherrschend ist ein funktionales, an Fitness und Sportlichkeit ausgerichtetes Gesundheitsverständnis. Bevorzugt konsumiert werden Fertiggerichte und sonstige Convenience-Angebote, Bio-Lebensmittel werden nur spontan und gelegentlich gekauft. Mit Kochen stehen die „*distanziert Skeptischen*“ auf Kriegsfuß. Bei diesem Typ bilden Männer die Mehrheit. Die „*distanziert Skeptischen*“ leben überwiegend in Single- oder kinderlosen Paar-Haushalten. Viele sind Angestellte und zeichnen sich durch hohe berufliche Mobilität und starke Dienstleistungsorientierung aus.

Bei Fragen einer gesunden Ernährung sind die „*jungen Unentschiedenen*“ eher unsicher; dies gilt vor allem für Familien mit kleinen Kindern. Kochen ist eher Frust als Lust. Die Herkunft von Lebensmittel ist kaum von Interesse, Ausschlag gebend sind Preis und geringer Aufwand bei der Zubereitung. Dieser Typ ist durch eine hedonistische Grundeinstellung gekennzeichnet. Der Altersschwerpunkt liegt bei den unter 30-Jährigen. Vorherrschend sind einfache bis mittlere Schulabschlüsse und Einkommen.⁵

Die Zielgruppentypologie hat zum Ziel, den unterschiedlichen im Bio-Markt tätigen Akteuren Anregungen für ein erfolgreicher Marketing ihrer Produkte zu geben. Im Rahmen des Projekts wurden auf Grundlage der Typologie Empfehlungen für die Entwicklung von zielgruppenorientierten Kommunikations- und Marketingstrategien entwickelt und auf einem Workshop mit im Bio-Markt tätigen Herstellern, Verarbeitern, Handelsunternehmen und Verbänden diskutiert. Die Ergebnisse des Forschungsprojekts wurden in Form einer Präsentation aufbereitet und u. a. auf verschiedenen Messen (Biofach, ANUGA) einem breiten Fachpublikum präsentiert.

⁵ Eine ausführlichere Beschreibung der Zielgruppen im Bio-Lebensmittelmarkt: ISOE 2003, Stieß 2004.



3.2 Die Typologie der Ernährungsstile

Zentrale Zielsetzung des Teilprojekts „Ernährung im Alltag“ ist die Untersuchung des Ernährungshandelns unterschiedlicher Konsumentinnen und Konsumenten im Zusammenspiel mit beruflichen Anforderungen, Haus- und Versorgungsarbeit sowie Freizeit. Die Typologie der Ernährungsstile beruhen auf einer quantitativen Erhebung⁶, bei der Orientierungen bezogen auf Ernährung und Gesundheit allgemein, auf Einkauf, Zubereitung und Mahlzeiten sowie auf ausgewählte Produkte und Produktqualitäten detailliert erfragt wurden. In Bezug auf das Ernährungsverhalten wurden u. a. Gewohnheiten beim Einkauf, der Zubereitung und bei den Mahlzeiten erhoben. Außerdem wurde das Verhalten bezogen auf Außer Haus-Verpflegung und Verzehr ausgewählter Produktgruppen sowie ernährungsbezogenes Informationsverhalten und Veränderungen der Ernährungsweise erfragt. Mit Hilfe der Stichtagsmethode wurde ferner das Ernährungsverhalten im Tagesverlauf detailliert erfasst. Die repräsentative Erhebung wurde im Januar und Februar 2004 durchgeführt. Befragt wurden Personen ab 18 Jahren, die in einem eigenen Haushalt leben; die Größe der Stichprobe betrug 2.039 Personen.

Die Entwicklung der Ernährungsstil-Typologie erfolgte in zwei Schritten: Zunächst wurde mit Hilfe einer Faktoranalyse der Einstellungsvariablen zusammenhängende Hintergrundmotive identifiziert. Die ermittelten Faktoren wurden in einem zweiten Schritt durch eine Clusteranalyse zu Gruppen zusammengefasst, wobei auch soziodemografische und sozial-strukturelle Variablen berücksichtigt wurden. Als optimales Modell ergab sich eine Lösung mit sieben Clustern (Prozentangaben entsprechen dem jeweiligen Anteil an der Grundgesamtheit):

Die desinteressierten Fast Fooder (12 %)
Die Billig- und Fleisch-Esser (13 %)
Die freudlosen Gewohnheitsköche und -köchinnen (17 %)
Die fitnessorientierten Ambitionierten (9 %)
Die gestressten Alltagsmanagerinnen (16 %)
Die ernährungsbewussten Anspruchsvollen (13 %)
Die konventionellen Gesundheitsorientierten (20 %)

⁶ Der quantitativen Erhebung ging eine qualitative Untersuchungsphase voran. Diese diente primär dazu, Wissen über die Zusammenhänge im Handlungsfeld zu generieren und ermöglichte so ein differenziertes Verständnis verschiedener Orientierungsdimensionen des Ernährungshandelns und dessen Einbettung in den konkreten Alltagskontext (vgl. Empacher et al. 2004). Aus den Ergebnisse werden ferner zum einen Hypothesen abgeleitet, die in der Quantifizierung überprüft werden, zum anderen werden aus dem qualitativen Material Items generiert, die nah an der Alltagssprache sind.



Die „*desinteressierten Fast-Fooder*“ haben ein ausgeprägtes Desinteresse an Ernährungsfragen. Auch das Interesse am Kochen ist gering. Vorherrschend ist ein funktionales Gesundheitsverständnis, ein Verständnis des „Körpers als Maschine“. Gegessen wird unregelmäßig und nach Lust und Laune, vorwiegend außer Haus. Insgesamt ist der Ernährungsstil gekennzeichnet von einer Auflösung konventioneller Rhythmen und Enthäuslichung der Ernährung. Ein starker Wunsch nach Unabhängigkeit und Flexibilisierung zeigt sich auch beim Lebensstil: Arbeit ist Mittel zum Zweck, die Aufmerksamkeit richtet sich auf die Freizeitgestaltung. Dieser Ernährungsstil ist vor allem bei jüngeren Singles und Paaren verbreitet. Ein Drittel ist jünger als 25 Jahre, nur wenige über 45. Männer sind überdurchschnittlich vertreten. Es handelt sich um einen Ernährungsstil der Vorfamilienphase.

Bei den „*Billig- und Fleisch-Esser*“ muss Ernährung vor allem preiswert und unkompliziert sein, Gesundheit spielt dabei eine untergeordnete Rolle. Essen soll primär schmecken und satt machen. Gekocht wird ohne großen Aufwand, mit hohem Anteil an Fertiggerichten und anderen Convenience-Produkten. Fleisch gilt als ideales Nahrungsmittel, da es einfach und kreativ zubereitet werden kann. Insgesamt spielt Vereinfachung des Lebens eine große Rolle: starre Ernährungsroutinen und -rhythmen lösen sich auf, gemeinsame Mahlzeiten verlieren an Bedeutung und Convenience-Möglichkeiten werden geschätzt. Der Schwerpunkt dieses Ernährungsstils liegt bei der mittleren Altersgruppe mit einem Durchschnittsalter von 38 Jahre. Dieser Stil ist jedoch auch bei den 46-60-Jährigen und den unter 25-Jährigen verbreitet und findet sich bei jüngeren Singles, ebenso wie bei Paaren und Familien.

Herausragende Kennzeichen der „*freudlosen Gewohnheitsköche und -köchinnen*“ sind ein gering ausgeprägtes Interesse an Ernährung, ein geringes Bewusstsein für gesunde Ernährung und fest verankerte Ernährungsgewohnheiten. Das Sicherheit bietende Bewährte wird dabei nicht im Lichte veränderter körperlicher Bedürfnisse oder gewandelter Alltagsanforderungen überprüft. Essen hat den Charakter einer Pflichterfüllung, ist nebensächliches Muss und kaum mit Freude und Genuss verbunden. Der eigene Haushalt ist Lebensmittelpunkt, soziale Kontakte spielen keine Rolle, Offenheit für Neues besteht kaum. Der Körperbezug ist bei diesem Ernährungsstil wenig positiv. Auffällig ist ferner der überdurchschnittlich hohe Anteil übergewichtiger Personen (höchster Body Mass-Index aller Ernährungsstile). Der Schwerpunkt dieses Ernährungsstils liegt bei den über 60-Jährigen, meist im Ruhestand. Ein- und Zwei-Personen-Haushalte mit niedrigen Einkommen sind überrepräsentiert.

Bei den „*fitnessorientierten Ambitionierten*“ dient Ernährung in erster Linie dazu, Leistungsfähigkeit und Fitness des Körpers zu erhalten. Dieser „Ehrgeiz“ richtet sich zudem auf die Figur und eine tadellose äußere Erscheinung. Vorherrschend ist ein funktionales Gesundheitsverständnis sowie sehr kontrolliertes Essen. Bio-Lebensmittel genießen ein überdurchschnittliches Vertrauen, Functional Food wird jedoch ebenfalls geschätzt. Auf die Belastungen des beruflichen und privaten Alltags wird mit pragmati-



schen Lösungen reagiert: es muss nicht jeden Tag warm gekocht werden, Außer Haus-Versorgung und Convenience-Produkte sind selbstverständlich. Insgesamt kennzeichnet die Bereitschaft zu Kompromissen den Ernährungsbereich: Flexible Essenszeiten werden akzeptiert, solange eine gemeinsame Mahlzeit pro Tag im Haushalt möglich ist. Bei diesem Ernährungsstil finden sich vorrangig mittlere Altersgruppen, viele Freiberufler und Selbstständige. Das Haushaltseinkommen ist überdurchschnittlich hoch.

Die „gestressten Alltagsmanagerinnen“ haben ein ausgeprägtes Interesse an Ernährung, insbesondere, um den Kindern eine optimale Ernährung zu bieten. So soll regelmäßig, abwechslungsreich und mit frischen Zutaten gekocht werden. Dieser Anspruch lässt sich aufgrund fehlender Zeit sowie dem Mangel an Unterstützung durch andere Haushaltsmitglieder schwer aufrechterhalten: alltägliches Einkaufen und Kochen werden zur lästigen Pflicht. Zu Functional Food besteht eine gewisse Affinität; Bio-Lebensmitteln steht dieser Ernährungsstil allerdings skeptisch gegenüber. Insgesamt ist der Ernährungsstil durch einen aufreibenden Spagat zwischen (kaum erfüllbaren) hohen Ansprüchen und den Kräfte zehrenden Alltags-Anforderungen gekennzeichnet. Dieser Ernährungsstil ist an die Familienphase gebunden: Familie und Heim haben eine hohe Bedeutung, verleihen dem Leben einerseits einen Sinn. Andererseits bringen Haushalt und Erwerbstätigkeit Überlastung. Vor diesem Hintergrund erklärt sich die Sehnsucht nach „Entpflichtung“ und mehr Zeit für die eigenen Bedürfnisse. Dieser Ernährungsstil weist den deutlichsten geschlechtsspezifischen Charakter auf: Etwa drei Viertel sind Frauen, größtenteils mit einem oder mehreren Kindern sowie der Alleinverantwortung für die Ernährung des gesamten Haushalts.

Bei den Ernährungsstilen „konventionelle Gesundheitsorientierte“ und „ernährungsbewusste Anspruchsvolle“ finden sich ein hoher Stellenwert von Ernährung im Alltag und ein ausgeprägtes Interesse an Gesundheitsfragen bzw. ein ganzheitliches Gesundheitsverständnis. Essen wird mit Genuss, Sinnlichkeit und Lust verbunden, eine kommunikative Esskultur wird geschätzt. Qualität und Frische, Herkunft, Regionalität und Saisonalität spielen bei Lebensmitteln eine große Rolle, Bio-Lebensmittel werden wertgeschätzt, nicht nur wegen ihres Geschmacks, sondern auch weil sie Körper und Seele gut tun.⁷

Die vorgestellte Typologie der Ernährungsstile ermöglicht ein besseres Verständnis des Ernährungshandelns im Alltag unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen. Bei den einzelnen Ernährungsstilen zeigt sich ein hohes Maß an Kohärenz zwischen Ernährungsorientierungen und -verhalten, was eindrucksvoll die Zusammenhänge und Wechselwirkungen von Orientierungen und Verhalten belegt.

⁷ Eine ausführlichere Beschreibung der Typologie der Ernährungsstile sowie weitere Ergebnisse der repräsentativen Befragung wird als Ernährungswende-Diskussionspapier in Herbst 2004 unter www.ernaehrungswende.de verfügbar sein; vgl. auch Hayn/Stieß 2004, Hayn im Druck.

Die Typologie liefert ferner Hinweise auf Potenziale, aber auch auf Barrieren und Hemmnisse für eine nachhaltigere und gesündere Ernährung und ermöglicht die Abschätzung von Handlungsmöglichkeiten und -spielräumen. Dies erlaubt die Identifizierung von Anknüpfungspunkten und Kriterien, die bei der Entwicklung von problemgerechten, alltagsadäquaten Strategien zu berücksichtigen sind. Die Typologie ist somit im Rahmen des transdisziplinären Verbundprojekts „Ernährungswende“ ein wesentlicher Ausgangspunkt für integrierte Handlungsstrategien, deren Entwicklung im nächsten Schritt der Projektarbeit auf Basis der Ergebnisse *aller* Teilprojekte erfolgen wird. Insbesondere werden auch die Umweltauswirkungen der sieben Ernährungsstile mittels Stoffstromanalysen ermittelt, um Reduktionspotenziale abzuschätzen und Handlungsstrategien auch mit Blick auf die stofflich-energetische bzw. ökologische Seite der nachhaltigen Entwicklung entsprechend gestaltet zu können.

4 Zusammenfassung

In Bezug auf die drei fokussierenden Aspekte – Stellenwert und Bedeutung von Ernährung und Essen, Umwelt- und Naturorientierungen sowie Gesundheitsorientierungen innerhalb des Lebensstils – wird zusammenfassend deutlich:

Bei den beiden umsatzstärksten Zielgruppen der Bio-KonsumentInnen, „ganzheitliche Überzeugte“ und „arrivierte Anspruchsvolle“, die in der Typologie der Ernährungsstile den „ernährungsbewussten Anspruchsvollen“ entsprechen, hat Essen und Ernährung einen ganz zentralen Stellenwert im Lebensstil. Dies geht nicht unbedingt mit einer ausgeprägten Umwelt- und Naturorientierung einher, jedoch mit einer „ganzheitlichen“ Gesundheitsorientierung. Bei den drei Ernährungsstilen „desinteressierte Fast Fooder“, „Billig- und Fleisch-Esser“ und „freudlose Gewohnheitsköche und -köchinnen“, bei denen Essen und Ernährung einen sehr geringen Stellenwert im Lebensstil hat, sind weder Gesundheits- noch Umweltorientierungen ausgeprägt. Essen wird nicht mit Genuss, Sinnlichkeit und Freude verbunden, sondern pragmatisch-convenient bzw. routiniert-gewohnheitsmäßig „abgewickelt“.

Die beiden Typologien verdeutlichen ferner, dass eine ausgeprägte Gesundheitsorientierung nicht automatisch eine „Wertschätzung“ sowie den Verzehr von Bio-Lebensmittel im Rahmen des Ernährungsstils bedeutet. Im Gegenteil, bei den „fitnessorientierten Ambitionierten“ und den „gestressten Alltagsmanagerinnen“ zeigt sich eine ausgeprägte funktionale Gesundheitsorientierung bzw. eine deutliche Orientierung an Kindergesundheit. Bei beiden wird Functional Food selbstverständlich in den Ernährungsalltag integriert.

Auffallend ist darüber hinaus, dass sowohl bei allen sieben Ernährungsstilen als auch bei drei der fünf Zielgruppen im Bio-Lebensmittelmarkt („50+ Gesundheitsorientierte“, „distanziert Skeptische“ und „junge Unentschiedene“) Natur- und Umweltorientierungen wenig ausgeprägt sind. Dies ist ein deutliches Indiz dafür, dass die Verbindung von



Ernährung und Umwelt, aber auch Ernährung und Natur(schutz) bei der Entwicklung von Handlungsstrategien stärker berücksichtigt werden muss.

5 Literatur

- Becker, Egon/Jahn, Thomas/Schramm, Engelbert/unter Mitarbeit von Diana Hummel und Immanuel Stieß (1999): Sozial-ökologische Forschung – Rahmenkonzept für einen neuen Förderschwerpunkt. ISOE-Studientext 6. Frankfurt am Main
- BMBF (Bundesministerium für Bildung und Forschung) (2000): Rahmenkonzept Sozial-ökologische Forschung. Bonn. Download unter:
<http://www.isoe.de/ftp/rahmenkonzept.pdf>
- Empacher, Claudia/Hayn, Doris (im Druck): Ernährungsstile und Nachhaltigkeit im Alltag. In: Brunner, Karl-Michael/ Schöneberger, Gesa (Hrsg.): Nachhaltigkeit und Ernährung. Produktion – Handel – Konsum. Frankfurt am Main
- Empacher, Claudia/Hayn, Doris/Stiess, Immanuel (2004): Orientierungsdimensionen und Motivhintergründe von Ernährung im Alltag – Ergebnisse einer qualitativen empirischen Untersuchung, Ernährungswende-Diskussionspapier Nr. 4/2004, Frankfurt am Main (im Erscheinen)
- Empacher, Claudia/Schultz, Irmgard (2001): Nachhaltige Konsumstile: Neue Erkenntnisse. In: Altner, G. et al. in Zusammenarbeit mit BAUM (Hg.): Jahrbuch Ökologie 2002. München, S. 199-211
- Götz, Konrad (2001): Sozial-ökologische Typologisierung zwischen Zielgruppensegmentation und Sozialstrukturanalyse. In: de Haan, Gerhard. et al. (Hrsg.), Typenbildung in der sozialwissenschaftlichen Umweltforschung. S. 127-138
- ISOE (Institut für sozial-ökologische Forschung) (2003): Zielgruppen für den Bio-Lebensmittelmarkt. Studie im Auftrag der Geschäftsstelle Bundesprogramm Ökologischer Landbau. Frankfurt am Main. Bestellung unter:
<http://www.isoe.de/litfram.htm>
- Hayn, Doris (im Druck): Ernährungsstile. Über die Vielfalt des Ernährungshandelns im Alltag. In: AgrarBündnis (Hrsg.): Landwirtschaft 2005. Der kritische Agrarbericht. Rheda-Wiedenbrück, Hamm
- Hayn, Doris/ Immanuel Stieß (2004): Ernährungsstile – Orientierungen und Einstellungen der AlltagsakteurInnen. In: Dokumentation der Tagung "Was isst der Mensch?", 16.-18.04.2004 in der Evangelischen Akademie Loccum
- Jahn, Thomas (2003): Sozial-ökologische Forschung. Ein neuer Forschungstyp in der Nachhaltigkeitsforschung. In: Linne, Gudrun/Schwarz, Michael (Hrsg.): Handbuch Nachhaltige Entwicklung. Wie ist nachhaltiges Wirtschaften machbar? S. 545-555
- Stiess, Immanuel (2004): Zielgruppen und Potenziale: Wer kauft Bio-Lebensmittel – und warum? In: Ökologie und Landbau. 32. Jg., Heft 131, 3/2004, S. 25-27

**Autorinnen:**

Dr. Doris Hayn

Institut für sozial-ökologische Forschung (ISOE)

Hamburger Allee 45, 60486 Frankfurt am Main

hayn@isoe.de

Dr. Irmgard Schultz

Institut für sozial-ökologische Forschung (ISOE)

Hamburger Allee 45, 60486 Frankfurt am Main

schultz@isoe.de