

# Aus:

SIMON REITMEIER

## Warum wir mögen, was wir essen

Eine Studie zur Sozialisation der Ernährung

Mai 2013, 392 Seiten, kart., 36,80 €, ISBN 978-3-8376-2335-2

Wieso mögen wir, was wir essen? Wer lädt was auf seinen Teller und aus welchem Grund? Wie bildet und verändert sich Geschmack im Lebenslauf und welche Rolle spielen Lebensabschnitte in der Ernährungssozialisation? – Das sind Fragen, auf die Simon Reitmeier Antworten sucht.

Auch der Zeitgeist der Ernährung wird hinterfragt: Ist der gute und nachhaltige Genuss eine moralische Wende in der Ernährungskultur oder doch nur Distinktionsmittel einer privilegierten Elite? Das Buch spricht nicht nur Akademiker an, sondern jeden, der ein Interesse daran hat, den Themenkomplex Ernährung zu durchleuchten und besser zu verstehen.

**Simon Reitmeier** (Dr. phil.), Mitglied der Slow Food Arche-Kommission Deutschland, arbeitet seit Anfang 2013 für den Cluster Ernährung am Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn) in Kulmbach.

Weitere Informationen und Bestellung unter:

[www.transcript-verlag.de/ts2335/ts2335.php](http://www.transcript-verlag.de/ts2335/ts2335.php)

# Inhalt

---

## **1. Einführung – zu Thematik und Forschungsstand | 7**

## **2. Zum Stand der Sozialisationsforschung | 13**

- 2.1 Geschichte der Sozialisationsforschung | 13
- 2.2 Das moderne Sozialisationsverständnis | 14
- 2.3 Sozialisationstheorien | 17
- 2.4 Individualisierung und Erlebnisgesellschaft – neue gesellschaftliche Rahmenbedingungen der Sozialisation | 41
- 2.5 Zusammenfassendes Fazit | 53

## **3. Die empirische Erhebung | 55**

- 3.1 Methodische Überlegungen und Untersuchungsziel | 55
- 3.2 Zur Vielfalt theoretischer Ansätze in der qualitativen Forschung | 57
- 3.3 Grundannahmen qualitativer Forschung | 58
- 3.4 Das narrative Interview nach Schütze | 60
- 3.5 Das episodische Interview nach Flick | 64

## **4. Methodische Konzeption | 69**

- 4.1 Fragestellung und Forschungsdesign | 69
- 4.2 Sampling des Forschungsvorhabens | 71
- 4.3 Erhebungssituation und Probleme | 74
- 4.4 Auswertung der Interviews | 77
- 4.5 Fallanalysen | 81
- 4.6 Typologie | 117

## **5. Ernährungssozialisation in der frühen Kindheit – Primärsozialisation | 129**

- 5.1 Über die Bedeutung der Primärsozialisation | 129
- 5.2 Habitualisierung von Geschmack | 139
- 5.3 Erziehung und Ernährung | 148
- 5.4 Nahrungsnormen, Tischsitten und Bräuche | 154
- 5.5 Nahrungstabus | 156
- 5.6 Zusammenfassendes Fazit | 160

## **6. Sekundäre Sozialisation und Ernährung | 163**

- 6.1 Zur Bedeutung sekundärer Sozialisation | 163
- 6.2 Sozialisation in Kindertagesstätten und Kindergärten | 164
- 6.3 Sozialisation in der Schule | 165
- 6.4 Ernährungssozialisation in Erziehungs- und Bildungseinrichtungen | 166
- 6.5 Ernährung und Medien | 170
- 6.6 Sozialisation in der Gleichaltrigengruppe | 176
- 6.7 Ernährung und Geschlecht | 182
- 6.8 Abweichendes Ernährungsverhalten – Essstörungen | 207
- 6.9 Ernährung und Armut | 215
- 6.10 Zusammenfassendes Fazit | 224

## **7. Ernährungseinflüsse im Erwachsenenalter | 227**

- 7.1 Sozialisation des Lebenslaufs | 227
- 7.2 Gesellschaftlicher Wandel und Ernährung | 230
- 7.3 Zusammenfassendes Fazit | 261

## **8. Gesundheit, Nachhaltigkeit und Genuss – Die Ideologisierung der Ernährung | 263**

- 8.1 Über die Macht der Gesundheit | 263
- 8.2 Das Auftauchen der Nachhaltigkeit und die Moralisierung der Ernährung | 271
- 8.3 Der ›gute Genuss‹ – Distinktion durch Moral | 278
- 8.4 Zusammenfassendes Fazit und Ideologiekritik | 298

## **9. Ernährung und Sozialisation im Alter | 305**

- 9.1 Sozialisation im Alter im Kontext gesellschaftlichen Wandels | 305
- 9.2 Altersspezifische Lebens- und Gesundheitslagen | 309
- 9.3 Lebensereignisse im Alter und Auswirkungen auf die Ernährung | 319
- 9.4 Ernährungszustand von Senioren | 322

## **10. Resümee und Ausblick | 335**

## **11. Abbildungsverzeichnis | 343**

## **12. Literaturverzeichnis | 345**

## **13. Danksagung | 387**

# 1. Einführung – zu Thematik und Forschungsstand

---

Essen, Kochen, Ernährung, Geschmack, Esskultur – betrachtet man die stetig wachsende Zahl von Kochsendungen im Fernsehen, den stark wachsenden Absatz bei Kochbüchern (vgl. Kochan Oktober 2007), die Ausbreitung von Biolebensmitteln aus der Nische der Ökoläden bis in die Discounter (vgl. G+J Mediasales 2008, S. 63–67) oder die stets steigenden Mitgliedszahlen von genussorientierten Organisationen wie Slow Food, so drängt sich einem der Eindruck auf, dass sich die Deutschen zu einem Volk der Feinschmecker<sup>1</sup> entwickelt haben. Gleichzeitig steigen die Absatzzahlen bei Tiefgefrorenem und Convenience-Produkten, breiten sich Imbissketten aus und Verbraucher freuen sich über Fleisch vom Discounter (vgl. ZMP Zentrale Markt- und Preisberichtsstelle für Erzeugnisse der Land 2006, S. 30; Deutsches Tiefkühlinstitut e.V. 2008; G+J Mediasales 2008). Der wachsenden Ernährungselite, die hedonistisch den Genuss sucht und gleichzeitig um Nachhaltigkeit und fairen Handel bemüht ist, steht ein Gros an Verbrauchern gegenüber, für die die alltägliche Nahrungsaufnahme in unterschiedlichem Ausmaß auch eine Notwendigkeit ist, die ökonomischen Zwängen unterliegt. Auch diese Gruppe will genießen und hat Geschmack: Nur eben einen anderen. Hinter den Geschmäckern stehen divergierenden Körperbilder, unterschiedliche Habitus, verschiedene Vorstellungen und Erwartungen an Nahrungsmittel. Diese entstehen im lebenslangen Prozess der Persönlichkeitsentwicklung in gegenseitiger Abhängigkeit von der gesellschaftlichen Umwelt, im Prozess der Sozialisation der Ernährung.

Die Wissenschaft betrachtet den Topos Ernährung aus unterschiedlichen Blickwinkeln. Ernährung wird aus seiner biologischen Funktion betrachtet, man untersucht die biochemische Zusammensetzung von Lebensmitteln, ihren Vitamin- und Mineralien-Gehalt und die gesundheitsspezifischen Folgen von Ernährung. Es gibt

---

1 Mit Nennung der weiblichen (männlichen) Funktionsbezeichnung ist in diesem Buch, sofern nicht anders gekennzeichnet, immer auch die männliche (weibliche) Form mitgemeint.

Statistiken darüber, wie viel Gramm von welchem Lebensmittel die Individuen zu sich nehmen, aufgeschlüsselt nach Alter und Geschlecht und Marketingexperten erforschen neueste Trends auf dem Lebensmittelmarkt.

Ob Biologie, Oecotrophologie, Medizin oder Wirtschaft – Ernährung ist stets ein Thema. In der Soziologie dagegen fristete die Ernährung bisher nur ein Schattendasein, wurde allenfalls von der Medizinsoziologie oder der Konsumsoziologie gestreift. Die Soziologie der Ernährung wurde jedenfalls lange überhaupt nicht als eigenständige Spezialsoziologie betrachtet. Auf einer ›Liste spezieller Soziologien‹ der Internetencyklopädie Wikipedia finden sich weit über 60 Spezialsoziologien, von der Architektursoziologie über Polizeisoziologie bis hin zur Zeitsoziologie, nur die Ernährungssoziologie sucht man vergebens. Auch innerhalb der wissenschaftlichen Disziplin Soziologie selbst wird die Ernährungssoziologie sträflich vernachlässigt, sie ist noch nicht im wissenschaftlichen Diskurs angekommen und wird kaum als eigenständiger Forschungsbereich erachtet (vgl. Orth / Schwietring / Weiß 2003).

Zum einen wurde die Ernährung in der Soziologie lange als etwas zu banales, alltägliches betrachtet, andererseits unterlag die Ernährung stets auch Tabuisierungsversuchen (vgl. Prahl / Setzwein 1999, S. 19). Die scheinbare Banalität und Profanität der Ernährung trug vielleicht auch dazu bei, dass die Ernährungsforschung am wenigsten in den Kultur-, Sozial- und Geisteswissenschaften etabliert ist, sondern sich vor allem Natur- und Wirtschaftswissenschaften und die Medizin dieses Themenkomplexes angenommen haben. Die Defizite und Lücken einer Soziologie der Ernährung sind jedenfalls groß, obwohl in den letzten Jahren der Ernährung generell, aber auch in der Soziologie speziell, mehr Aufmerksamkeit entgegengebracht wird. Die ersten echten Grundlagenbücher einer »Soziologie des Essens« (Eva Barlösius) und der »Soziologie der Ernährung« (Hans-Werner Prahl / Monika Setzwein) erschienen erst 1999. Doch viele Fragen sind offen: Wie gestaltet sich Ernährung in der Risiko- oder Erlebnisgesellschaft? Welche Interessen und Machtfelder stecken dahinter? Wie entwickeln sich alternative Ernährungsweisen? Wie wirkt sich soziale Ungleichheit auf die Ernährung aus und wie werden dann diese Auswirkungen von Betroffenen empfunden? Wie entsteht eigentlich das, was wir uns-<sup>en</sup> Geschmack nennen? Die unbeantworteten Fragen sind zahlreich.

Diese Arbeit interessiert sich vor allem dafür, wie Geschmack entsteht, wieso wir mögen, was wir essen<sup>2</sup>, wie sich Geschmack wandeln kann, oder wann und warum er gerade dies nicht tut. Gerade in diesem Bereich gibt es bisher wenig wissen-

---

2 Damit ist jedoch nicht Geschmack als gustatorische Wahrnehmung gemeint, also als physiologischer Geschmacksinn, der uns Süßes, Saures, Salziges oder Bitteres schmecken lässt. Der Begriff Geschmack meint in dieser Arbeit – außer es ist ausdrücklich auf seine gustatorische Bedeutung hingewiesen – den Geschmack als Vorliebe für etwas oder anders ausgedrückt, dem soziokulturellen Geschmack der Ernährung.

schaftliche Erkenntnisse, wie Prahl / Setzwein in ihrer ›Soziologie der Ernährung‹ feststellen: »Einen recht unterbelichteten Forschungsgegenstand stellt beispielsweise die Ernährungssozialisation dar« (Prahl / Setzwein 1999, S. 269).

In dieser Dissertation steht die Sozialisation des Geschmacks im Zentrum des Interesses. Es gilt herauszuarbeiten, welche Strukturen, Umstände und Einflüsse bei der Genese des Geschmacks wirken, im welchem Maße dieser Prozess vom Individuum gelenkt wird und wo gesellschaftliche Strukturen das Individuum prägen. Die Sozialisationsforschung bietet hierfür unterschiedliche Theorien an, die von unterschiedlichen Perspektiven ausgehend die Art und Weise der Sozialisation zu erklären versuchen. Die strukturfunktionalistische Theorie geht von einer Gesellschaft als sozialem System aus, an dessen Strukturen sich das Individuum durch Internalisierung von Rollenerwartungen anpasst. Die Theorie des Habitus geht davon aus, dass Menschen in ähnlicher materieller Lebenslage ähnlich ausgeprägte Denk-, Wahrnehmungs-, Handels- und auch Ernährungsweisen entwickeln, da diese durch die unmittelbaren Lebensbedingungen geprägt werden. Mehr Gestaltungsautonomie räumen dagegen handlungstheoretische Ansätze dem Individuum ein, welches in der Interaktion mit der Gesellschaft zur Persönlichkeit reift. Neuere Ansätze sind die Individualisierungstheorie nach Ulrich Beck und auch das Konzept der Erlebnisgesellschaft von Gerhard Schulze. Demnach ist die Gesellschaft nicht mehr – wie in der traditionellen Industriegesellschaft – in Klassen oder Schichten unterteilt, sondern vielmehr wurde das Individuum durch einen kollektiven Wohlstandsschub aus Klassen- und schichtdeterminierten Biographien entlassen. Das Individuum habe jetzt ein Mehr an Freiheit und Möglichkeiten in der Entwicklung der Persönlichkeit, ist aber auch einem Mehr an Risiken ausgesetzt. Nach Schulze befindet sich der Einzelne auf einer individuellen Erlebnissuche, die Milieus werden nicht nach ökonomischen, sondern nach psychosozialen Handlungsmotivationen gebildet.

Jede dieser Theorien hat Stärken und Schwächen, jeder Forschungsansatz beleuchtet die soziale Wirklichkeit aus einem anderen Blickwinkel und bringt andere Erkenntnisse hervor. Sozialisation ist äußerst facettenreich, so dass es auch einen Forschungsansatz bedarf, der die Vielfalt sozialisatorischer Faktoren erfassen kann, wie der Sozialisationsforscher Klaus Hurrelmann feststellt:

»Was hier proklamiert wird, ist also ein Modell der wechselseitigen Beziehungen zwischen Subjekt und gesellschaftlich vermittelter Realität, eines interdependenten Zusammenhangs von individueller und sozialer Veränderung und Entwicklung. Dieses Modell stellt das menschliche Subjekt in einen sozialen und ökologischen Kontext, der subjektiv aufgenommen und verarbeitet wird, der in diesem Sinn also auf das Individuum einwirkt, aber zugleich immer auch durch das Individuum beeinflusst, verändert und gestaltet wird.« (Hurrelmann 1995, S. 64)

Eine Theorie, die alle Aspekte der Sozialisation erfasst, gibt es nicht. Deshalb ist ein Rückgriff auf mehrere Theorien unabdingbar. Je nachdem, welche Sozialisationsprozesse anvisiert werden, ob nun aus der Mikroperspektive des handelnden Individuums oder aber von den wirkenden Strukturen der Gesellschaft betrachtet und verstanden, bedarf es einer spezifischen Ausrichtung und erneuten Fokussierung des Blickwinkels des Forschers. Da Sozialisation als lebenslanger Prozess verstanden wird, ist es auch notwendig, die verschiedenen Sozialisationsinstanzen und Phasen jeweils aus verschiedenen Forschungsperspektiven zu durchleuchten. Die ersten Sozialisationsprozesse, die Primärsozialisation, erfährt der Mensch innerhalb der Familie. Schritt für Schritt kommen weitere Sozialisationsinstanzen hinzu. Nach der Familie in der frühen Kindheit folgen Kindergarten und Schule in der späten Kindheit. Jugendliche erleben Sozialisationsprozesse nicht mehr nur in der Familie oder Schule. Die Peer Group, die Gruppe der Gleichaltrigen, gewinnt immer mehr an Einfluss. Auch mit dem Eintritt in das Berufsleben, in der Lebensmitte und im Alter setzen sich Sozialisationsprozesse fort.

Für die Sozialisation des Geschmacks bedeutet dies, genau hinzusehen, wo Geschmack entsteht, wo er geprägt wird, wo Geschmack anerzogen wird, wann und warum er Gemeinschaft oder Distinktion erzeugt, wann die Gesellschaft prägt oder das Individuum frei entscheidet. In den frühen Sozialisationsphasen, wie beispielsweise innerhalb der Familie, ist die Persönlichkeitsentwicklung stark von äußeren Strukturen geprägt. Zu nennen sind hier kulturelle Werte und Normen, die verinnerlicht werden oder schichtspezifische Lebensstile, die habitualisiert werden. Im Laufe des lebenslangen Sozialisationsprozesses tritt das Individuum dann verstärkt als autonom handelndes Wesen auf. Selbstverständlich bleibt dabei das Wechselspiel der Interaktion zwischen Individuum und Gesellschaft bestehen, allerdings mit sich ändernder Gewichtung. In wieweit nun das Individuum frei entscheidet beziehungsweise von der Gesellschaft geprägt wird, ist eine interessante Frage. Bildung könnte dabei eine zentrale Rolle spielen. In einer Wissens- und Bildungsgesellschaft wie der heutigen, ist Bildung das zentrale Element geworden, das den Platz des Individuums in der Gesellschaft bestimmt. Was aber für diese Arbeit noch viel bedeuter ist, ist die Tatsache, dass Bildung dem Einzelnen erst ermöglicht, aus dem durch den Wandel der industriellen Gesellschaft zu einer individualisierten, pluralisierten und ebenso erlebnisorientierten Gesellschaft stets wachsendem Mehr an Möglichkeiten, Chancen, Stilen und Geschmäckern zu wählen. Dabei ist jedoch zu beachten, dass die ökonomischen Strukturen sozialer Ungleichheit erhalten bleiben: »Expandierende Möglichkeitsräume stehen allen offen, – aber in allen Facetten natürlich nur denjenigen, die zählen können« (Zimmermann 2003, S. 66).

Allerdings ist die deterministische Funktion des ökonomischen Kapitals für den Einzelnen längst nicht mehr so ausgeprägt wie in der geschichteten (Klassen-)Gesellschaft vor 100 oder noch 50 Jahren. Pierre Bourdieu stellte schon früh fest, dass die Bedeutung des kulturellen Kapitals gegenüber dem ökonomischen Kapital

stark zugenommen hat. Auch der Soziologe Schulze sieht in der Gegenwartsgesellschaft vor allem zwei Faktoren für die Milieubildung als konstituierend, die nicht ökonomischer Art sind. In der von ihm sogenannten ›Erlebnisgesellschaft‹ sind Lebensalter und Bildung entscheidend:

»Die unübersehbare Bedeutung von Lebensalter, Generationslage und Bildung für die Gruppenstruktur unserer Gesellschaft legt den Schluss nahe, dass, bei aller Wahlfreiheit der Selbstinszenierung und der Kontaktaufnahme mit anderen, soziale Milieus nicht spontan entstehen, freischwebend, ohne situativen Grund, sondern eng mit Bedingungen zusammenhängen, die unsere Erlebnisbedürfnisse strukturieren – ästhetische Sozialisation, biologische und psychische Reifung und Alterung, elementare kulturgeschichtlichen Erfahrungen in Lebensphasen besonderer Prägsamkeit.« (Schulze 2005, S. 23)

Dies würde bedeuten, dass in der gesellschaftlichen Großgruppenbildung die Unterschiede vor allem auf einem divergierenden Bildungsniveau aufgebaut sind. Der Faktor Lebensalter betrifft alle Mitglieder der Gesellschaft gleichermaßen. Die qualitativen Unterschiede, divergierende Wertorientierung oder ästhetisches Verständnis, entstehen durch Bildungsunterschiede. Was würde dies für die Sozialisation des Geschmacks bedeuten? Geschmack bildet sich nicht nur entlang von Einkommensgrenzen, sondern auch durch unterschiedliche Bedeutungen, die dem Essen und der Ernährung allgemein zugeschrieben werden. Diese Bedeutung, die das Individuum der Ernährung beimisst, entscheidet über Art und Weise der Ernährung und darüber, was letztendlich auf dem Teller angerichtet, wie es zubereitet und was eingekauft wird. Dabei ist es jedoch nicht so, dass der Bildungsgrad das Ernährungsverhalten einheitlich determiniert, alle Akademiker einen mehr oder weniger ähnlichen Ernährungsstil pflegen. Jedoch ist Bildung meines Erachtens ein wesentlicher Faktor, der das Individuum erst in die Lage versetzt, einen Ernährungsstil zu wählen. Die ökonomische Situation bestimmt dann freilich noch, ob der angestrebte Ernährungsstil auch realisierbar ist. Denn trotz aller Bedeutung der Bildung betont Bourdieu den nach wie vor hohen Stellenwert des ökonomischen Kapitals.

Des Weiteren sind für den Forschungsgegenstand dieser Arbeit unter anderem die Einflüsse des Alters, damit einhergehende Kohorteneffekte, Geschlecht, physiologische und sozialpsychologische Faktoren sowie Auswirkungen der Massenmedien, der Arbeitswelt und spezifische Wertorientierungen auf die Sozialisation des Geschmacks relevant. Wie verändert sich Geschmack während einer Lebensperiode, wie entwickelt sich Geschmack im Alter? Welche Rolle spielen Geschlechtsunterschiede bei der Geschmacksgenese? Welchen Einfluss haben Fernsehen, Zeitschriften oder das Internet? Die Untersuchung dieser Fragen soll das ernährungssoziologische Bild der Sozialisation des Geschmacks vervollständigen.

Die Frage der Forschungsmethodik hängt natürlich auch bei dieser Arbeit vom Forschungsgegenstand ab. Vor dem Hintergrund der von Beck konstatierten Indivi-

dualisierung der Gesellschaft mit der einhergehenden Pluralisierung der Lebensstile oder der von Schulze postulierten Erlebnisgesellschaft mit einem stetig wachsenden Möglichkeitsraum kommt den qualitativen Forschungsmethoden eine neue Aktualität zu Teil:

»Der rasche soziale Wandel und die resultierende Diversifikation von Lebenswelten konfrontieren Sozialforscher zunehmend mit sozialen Kontexten und Perspektiven, die für sie so neu sind, daß ihre klassischen deduktiven Methodologien – die Fragestellung und Hypothesen aus theoretischen Modellen ableiten und an der Empirie überprüfen – an der Differenziertheit der Gegenstände vorbeiziehen.« (Flick 1996b, S. 10)

Zudem ist die Ernährungssoziologie eine Spezialsoziologie, die bisher relativ wenig erforscht wurde. Dies gilt umso mehr für ihre Teilbereiche, wie die Sozialisation des Geschmacks. In diesem Bereich geht es weniger um die Überprüfung einer Theorie als um die Ausarbeitung von Bausteinen zur Genese einer solchen Theorie. Auch vor dem Hintergrund einer großen Zeitspanne sowie der gegenständlichen Vielfalt, die der Untersuchungsgegenstand mit sich bringt, erscheinen mir narrative oder biographische Interviews zur Erkenntnisgewinnung am Erfolg versprechendsten. Die Samplestruktur sollte dabei wenige, aber möglichst unterschiedliche Personen einbeziehen, um die in der Realität vorhandene Vielfalt zu erschließen. Durch ein biographisches Interview, mit einem Fokus auf Ernährung, soll so ein Bild der subjektiv wahrgenommenen Sozialisationsabläufe gewonnen werden, auf Basis derer eine Theorie der Ernährungssozialisation erarbeitet werden soll, die auch den aktuellen Forschungsstand der jeweiligen Themengebiete aufnimmt und integriert.

Wieso wir mögen, was wir essen, wer was auf seinen Teller lädt und aus welchem Grund, wie sich Geschmack im Lebenslauf bildet und verändert, welche Lebensabschnitte welche Rolle in der Ernährungssozialisation spielen, das sind vereinfacht dargestellt die Fragen, auf die diese Arbeit Antworten finden will.