universität wien

Masterarbeit

Titel der Masterarbeit

Veganismus: Die grüne Revolution?

Der Entscheidungsprozess für eine vegane Lebensführung und die neuen VeganerInnen in Österreich

Verfasserin

Sarah Wohlfarter, B.A.

angestrebter akademischer Grad

Master of Arts (M.A.)

Wien, 2015

Studienkennzahl lt. Studienblatt: 066/905

Studienrichtung lt. Studienblatt: Masterstudium Soziologie

Betreuerin: Univ.-Prof. Dr. Michaela Pfadenhauer

Danksagung

Danke in erster Linie an meine Eltern, die mir das Studium ermöglichten, an meine Familie, meine Freunde und Kolleginnen für ihre beständige Unterstützung und Ermutigung während des Studiums. Vielen Dank an Julia für die zahlreichen gemeinsam verbrachten Tage in der Bibliothek sowie an Erwin und Uwe für die Motivation und konstruktive Kritik.

Mein besonderer Dank gilt Prof. Dr. Michaela Pfadenhauer und Dr. Tilo Grenz für die angenehme und wertschätzende Zusammenarbeit.

Weiters möchte ich mich bei allen InterviewpartnerInnen bedanken, die das Zustandekommen dieser Arbeit erst ermöglicht haben.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung und Fragestellung 1

2. Problemrelevanz und Themeneingrenzung 5

2.1. Veganismus und die „neuen“ VeganerInnen 7

2.2. Die Lage in Österreich 10

2.3. Soziales Umfeld und Sozialisation 12

3. Stand der Forschung und ausgewählte Studien 14

4. Definition und soziologische Begriffsklärung 23

4.1. Alternative Ernährungsformen 23

4.2. Definition von Veganismus 24

4.3. Soziologische Begriffsfindung 25

4.4. Alltägliche Lebensführung 28

5. Hintergründe und historische Ursprünge 29

5.1. Wortursprung und die Vegan Society 30

5.2. Institutionalisierungsprozesse 30

5.3. Die Vegane Gesellschaft Österreich 32

6. Dimensionen und Motive des Veganismus 33

6.1. Tierrechte und Tierethik 34

6.2. Gesundheit 35

6.3. Ökologie 36

6.4. Menschenrechte, Globalisierung und Ökonomie 38

6.5. Religiosität und Spiritualität 39

7. Das Mensch-Tier-Verhältnis, die Tierrechtsbewegung und die Human-Animal Studies 40

8. Theoretischer Bezugsrahmen 45

8.1. Konsumgesellschaft und Konsumsoziologie (Makroebene) ... 45

8.1.1. Soziologie der Ernährung 48

8.1.2. Fleisch als Symbol 51

8.1.3. Ideologien und „Ismen“ 54

8.2. Szenendarstellung und Vergemeinschaftung (Mesoebene) 60

8.3. Doing Veganism und das Trägheitsmodell (Mikroebene) 67

9. Der qualitative Forschungszugang 74

9.1. Qualitative Sozialforschung 74

9.2. Datenerhebungs- und Datenauswertungsmethoden 76

9.2.1. Das problemzentrierte Interview nach Witzel 76

9.2.2. Das ExpertInneninterview 80

9.2.3. Die qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring 81

9.3. Der Forschungsprozess 84

9.3.1. Themenfindung 84

9.3.2. Feldzugang 86

9.3.3. InterviewparterInnen 86

9.3.4. Interviewdurchführung ... 86
9.3.5. Transkription ... 86
9.3.6. Auswertung ... 88
10. Darstellung der Ergebnisse ... 88
10.1. Die Vegane Gesellschaft Österreich ... 89
10.1.1. Persönliches ... 90
10.1.2. Veganismus in Österreich ... 91
10.2. Kurzdarstellung der InterviewpartnerInnen ... 96
10.2.1. Interview 1: Kampfgeist ... 96
10.2.2. Interview 2: Das Experiment ... 96
10.2.3. Interview 3: Facebook ... 97
10.2.4. Interview 4: Der perfekte Veganismus ... 97
10.2.5. Interview 5: Fakten ... 98
10.2.6. Interview 6: Recht ... 99
10.2.7. Interview 7: Der positive Weg ... 100
10.2.8. Interview 8: Recherche ... 101
10.2.9. Interview 9: Trend ... 101
10.3. Entscheidung ... 103
10.4. Umstellung ... 110
10.5. Alltag ... 114
10.6. Soziales Umfeld ... 128
11. Zusammenfassung der wesentlichen Ergebnisse ... 136
11.1. Diskussion und Reflexion ... 144
11.2. Conclusio und Ausblick ... 145
Anhang ... 151
Literaturverzeichnis ... 151
Abbildungsverzeichnis ... 162
Interviewleitfaden ... 164
Kategoriensystem ... 168
Transkripte ... 175
Abstract ... 264
Lebenslauf ... 265
Eidesstattliche Erklärung ... 266

1. Einleitung und Fragestellung

> „*Die möglichen Nebenfolgen*[1] *einer industrialisierten Lebensmittelproduktion für Mensch und Umwelt treten zunehmend in das Blickfeld und verunsichern KonsumentInnen. Mediale Berichte über Lebensmittelskandale, Praktiken in der Tierzucht, die industrielle Herstellung von Lebensmitteln, subventionierte Überproduktion usw. tragen dazu bei, dass die bisher weitgehend der Öffentlichkeit entzogenen Prozesse und Entscheidungen im Ernährungssystem zunehmend öffentlich diskutiert werden und einen Einfluss auf die Ernährungspraktiken der Menschen ausüben*“ (Brunner 2006: 1).

In der Literatur sowie in der Öffentlichkeit ist die Rede von einem gegenwärtigen Wandel im Ernährungsverhalten und in der Esskultur (vgl. Brunner 2008; Gruber 2013; Rützler/Reiter 2010). Vegetarismus und Veganismus befinden sich im Zuge dessen derzeit vermehrt im wissenschaftlichen und öffentlichen Diskurs und gelten bereits als „a blossoming field of study“ (Ruby 2012). Die verstärke Aufmerksamkeit, die diesem Themenfeld gilt, ist oftmals von hitzigen Diskussionen begleitet, wobei gerade hierdurch die Relevanz und Emotionalität dieser Thematik zum Ausdruck kommt.

Der Begriff *Vegan(-ismus)* taucht aktuell nicht nur immer häufiger in den Massenmedien[2] auf, sondern scheint auch völlig neue Bedeutung zu gewinnen. Häufig ist die Rede von einem „Lifestyle“, einem „Trend“ und einem regelrechten „Boom“. Veganismus ist scheinbar populärer denn je, was unter anderem anhand des zunehmenden veganen Angebots[3] deutlich wird. Gleichzeitig wird diese Entwicklung jedoch auch von verschiedenen Seiten her scharf kritisiert. Unbestreitbar ist allerdings, dass für VeganerInnen und Interessierte mittlerweile ein breites Angebot an Produkten, speziellen Supermärkten, rein veganen Gastronomiebetrieben sowie Mode besteht und weiterhin laufend neue Konsumalternativen auf dem Markt entstehen. Wie ist diese Entwicklung aus soziologischer Perspektive zu bewerten? Veganismus wird häufig unter anderem als Lebensstil, Trend, Konsumverweigerung, Gesellschaftskritik, Ideologie, Extremismus oder gar Anarchismus deklariert.

Innerhalb der veganen „Szene“ gibt es unterschiedlich motivierte Gruppen, weshalb es sich um ein heterogenes Feld handelt, in dem ungleiche Auffassungen von Veganismus existieren, was wiederum nicht selten Debatten über diese Lebensweise sowie innerhalb dieser Community zur Folge hat (vgl. Leitzmann 2001: 14f).

---

[1] Diese einleitende Aussage des Wiener Wirtschaftssoziologen Karl-Micheal Brunner möchte ich in diesem Zusammenhang ergänzen durch „mögliche Nebenfolgen für Tiere“.

[2] Siehe Anhang

[3] Insgesamt beschränkt sich dieses Angebot nicht nur auf Lebensmittel, sondern bezieht ebenso Kleidung, Literatur, Hygiene - und Kosmetikprodukte und vieles mehr mit ein.

Das breite Spektrum des Veganismus wird durch folgendes Zitat über den Vegetarismus[4] besonders deutlich: Die Tatsache, dass jemand vegetarisch lebt,

> „besagt noch nichts über die unterschiedlichen Erscheinungsformen in der Praxis oder die zugrunde liegende Motivation für eine vegetarische Lebensweise. Wie sich der Vegetarismus darstellt und zu welchen unterschiedlichen Ausprägungen er geführt hat, wird wesentlich durch die Anschauungen und Ziele des einzelnen Menschen geprägt. Die Entscheidung, Vegetarier zu werden, basiert auf den verschiedensten Erfahrungen, Lebensumständen, Überlegungen und Erwartungen. Die Motive der meisten Vegetarier sind nicht dauerhaft fixiert, sondern unterliegen im Laufe der Zeit einem Wandel. So gewinnen für viele, die sich aus gesundheitlichen Gründen für den Vegetarismus entschieden haben, im Laufe der Zeit ethische Aspekte an Bedeutung“ (Leitzmann et al. 2005: 18f).

Insgesamt vollzieht sich der Werdegang zum Vegan-Dasein meistens als langer Prozess (vgl. Leitzmann 2001: 15). Das bedeutet, der endgültigen Entscheidung gehen oftmals langjährige Überlegungen und/oder Erfahrungen voraus und auch später im veganen Leben selbst verändert sich die Einstellung häufig noch (vgl. Leitzmann et al. 2005: 19). So unterliegt dieser Prozess oftmals einer kritischen Reflexion des Mensch-Tier-Verhältnisses, der Tierrechte sowie der Zustände bei Haltung, Transport und Schlachtung von Tieren[5] (ebd.: 19). In der Regel erfolgt die Hinwendung zu einer veganen Lebensführung schrittweise, jedoch kann auch ein bestimmtes Schlüsselerlebnis zu einer spontanen und abrupten Änderung der Essgewohnheiten führen (vgl. Leitzmann 2001: 15f).

Das Forschungsinteresse bestand infolgedessen darin, herauszufinden, wie sich der Entscheidungsprozess für eine vegane Lebensweise konkret vollziehen kann. Auf die Tatsache, dass das gesellschaftliche Phänomen des Veganismus unterschiedliche Ausprägungen besitzt bezugnehmend, wurden in der vorliegenden Forschung individuelle Prozesse von Entscheidung, Umstellung und Alltag nachverfolgt.

Die zugrundeliegende Forschungsfrage lautet daher:

> *„Wie gestaltet sich der Entscheidungsprozess für eine vegane Lebensführung, wie wird Veganismus subjektiv gedeutet und im Alltag praktiziert?“*

Weitere interessierende Fragen sind:

- Welche Rolle spielen dabei das soziale Umfeld und Gruppenprozesse?
- Welche Zugänge zu dieser Lebensführung gibt es und wie institutionalisiert sich diese im Alltag?
- Wie wird Veganismus im Alltag organisiert und erlebt?

[4] VeganerInnen praktizieren die konsequenteste Ausprägung einer vegetarischen Lebensweise (vgl. Leitzmann 2001: 12). In der vorliegenden Arbeit wird Veganismus als eine Form des Vegetarismus verstanden, weshalb Aussagen über den Vegetarismus meist ebenfalls den Veganismus betreffen.
[5] Unter „Tiere“ werden hier alle nichtmenschlichen Lebewesen gefasst die mit Sinnes- und Atmungsorganen ausgestattet sind. Pflanzen sind in dieser Definition nicht inbegriffen.

Die grundlegende Frage lautet hier nicht, *warum* sich jemand für eine vegane Lebensführung entscheidet, sondern vielmehr *wie*. In diesem Zusammenhang ist von Interesse, wie jemand zu einer bestimmten Denk- und Handlungsweise gelangt und diese in den Alltag integriert. In der vorliegenden Masterarbeit steht deshalb nicht in erster Linie die Erfassung der ausschlaggebenden Motive für eine vegane Lebensführung im Vordergrund, sondern der gesamte zugrundeliegende Entscheidungs- und Deutungsprozess von Individuen einschließlich Vorgeschichte, Hintergründe, Gegenwart und Zukunft. Von zentralem Interesse ist des Weiteren, wie die subjektiven Ansichten der AkteurInnen konkret im Alltag praktiziert werden und welche sozialen Implikationen damit verbunden sind.

Um die individuelle Entscheidung für eine vegane Lebensführung verstehend nachzuvollziehen, wurden im Zuge dieser Forschung problemzentrierte Interviews mit „neuen" VeganerInnen in Österreich durchgeführt. Im Rahmen dieser Interviews wurde jeweils die subjektive Interpretation von Veganismus ergründet, oder anders formuliert, was Veganismus für die interviewten Personen persönlich bedeutet und wie sich ihr Entscheidungsprozess im Detail gestaltet hat. Ergänzt werden diese Daten durch ein Experteninterview mit dem Obmann der *Veganen Gesellschaft Österreich*.

Ich möchte nochmals betonen, dass es mir hierbei nicht darum geht, quantitativ oder typisierend zu erfassen, welche Personengruppen vegan leben, aus welchen Beweggründen heraus sie das tun und wie sie typischerweise leben. Die durchgeführten Interviews sollen dazu beitragen, aus der Sicht von „ExpertInnen" auf diesem Gebiet und ihren individuellen Erfahrungen einen Einblick in die komplexen Zusammenhänge und Wechselwirkungen von (veganer) Ernährung, Konsum, Lebensführung, Lebensumstände, Erfahrungen, Alltag, Sozialisation, Persönlichkeit, Gesellschaft und Ethik zu erhalten und dies mit der aktuellen Literatur in Bezug zu setzen, um anschließend denkbare gesellschaftliche Konsequenzen oder Grundlagen ableiten zu können. Möglicherweise finden sich in den Interviews Hinweise darauf, ob es sich beispielsweise um eine Trendbewegung, einen permanenten sozialen Wandel oder eine „Revolution von unten" handelt. Allerdings können in diesem Rahmen nur Tendenzen bestimmt werden.

Ich möchte gleich vorweg nehmen, dass ich selbst seit einiger Zeit vegan lebe, was allerdings nicht in dieser Masterarbeit thematisiert wird. Die eigene Involviertheit sehe ich zudem nicht als Beeinträchtigung bei dieser Forschungsarbeit, sondern vielmehr als Vorteil, denn dadurch ist mein Interesse an der Thematik sehr tiefgreifend und meine Motivation dementsprechend groß. Darüber hinaus besitze ich bereits ein grundlegendes Hintergrundwissen, das mir den Einstieg in die Forschung und den Zugang zum Feld erleichterte. Grundsätzlich halte ich persönliches Interesse weitaus mehr als förderlich als hinderlich. Dennoch achtete ich stets darauf, mich ausreichend persönlich zu distanzieren, um eine offene Herangehensweise sicherzustellen.

Nach der Darlegung der Relevanz des Themas im nächsten Kapitel (Kapitel 2), wird auf Veganismus in Österreich sowie auf die neuen VeganerInnen näher eingegangen, um die Arbeit einzugrenzen und zu verorten. Die soziologisch hier als relevant erachteten Aspekte *soziales Umfeld* und *Sozialisation* werden darauffolgend kurz beleuchtet. Im Kapitel 3 wird der aktuelle Forschungsstand zum Thema Veganismus präsentiert sowie einige ausgewählte Studien vorgestellt. Anschließend (Kapitel 4) erfolgt eine zweifache Begriffsdefinition, zuerst wird das Konzept des Veganismus definiert, danach wird ein Versuch unternommen, einen soziologischen Terminus zu finden, der die Grundidee des Veganismus abbildet. In weiterer Folge (Kapitel 5) soll ein Einblick in die historischen Ursprünge und Hintergründe gewährt werden, um den LeserInnen ein Basiswissen zur Verfügung zu stellen. Schließlich beschreibe ich die Hauptmotivationsströme für eine vegane Lebensführung in fünf Gruppen gefasst, um weitere grundlegende und als notwendig erachtete Informationen zur Thematik bereitzustellen. Nachdem die verschiedenen Dimensionen des Veganismus im Kapitel 6 skizziert wurden, folgt ein Abschnitt (Kapitel 7) über das Mensch-Tier-Verhältnis, die Tierrechtsbewegung und die Etablierung der *Human-Animal Studies* in den Sozialwissenschaften.

Der Fokus der theoretischen Abhandlung (Kapitel 8) dieser Arbeit liegt auf den drei für die Soziologie maßgeblichen Blickwinkeln *Makro*, *Meso* und *Mikro*, wobei auf diese Weise eine Art Trichter geschaffen werden soll, der die Aufmerksamkeit auf den interessierenden Bereich der Mikroebene zuspitzt. Der Theorieteil behandelt im Zuge dessen die Inhalte Konsumsoziologie, Ernährungssoziologie, Symbolik, Ideologien, Vergemeinschaftungsprozesse sowie *doing veganism*.

Der empirische Teil (Kapitel 9) behandelt nach einer kurzen Einführung in die qualitative Sozialforschung die gewählten Erhebungs- und Auswertungsmethoden und zeichnet anschließend den Forschungsprozess nach. Der Ergebnisteil (Kapitel 10) gliedert sich in eine Darstellung der *Veganen Gesellschaft Österreich* sowie des Veganismus in Österreich, eine Kurzdarstellung der einzelnen InterviewpartnerInnen und eine vergleichende Analyse anhand der vier Kernthemen.

Die zwei großen Abschnitte der Arbeit (Theorie und Empirie) werden schließlich im Kapitel 11 zueinander in Beziehung gesetzt, indem die empirischen Daten den theoretischen Erkenntnissen gegenübergestellt werden. Nicht zuletzt werden die generierten Ergebnisse zusammengefasst, diskutiert und kritisch reflektiert, gefolgt von einem kurzen Ausblick. Im Anhang (Kapitel 12) befinden sich neben den herangezogenen Literaturquellen auch der verwendete Interviewleitfaden sowie das für die Auswertung der Interviews erarbeitete Kategorienschema.

2. Problemrelevanz und Themeneingrenzung

> „*It is clear that promoting veganism is not simply a matter of argument and persuasion; rational arguments about benefits to nonhuman and human animals and our shared environment favour vegan solutions*" (Cole/Morgan 2011a: 144).

Auf den ersten Blick scheint es vielleicht, als handelte es sich bei Veganismus um ein simples Ernährungskonzept oder einen neuen Diättrend, bei dem man lediglich keine tierlichen[6] Produkte konsumiert oder um eine vorübergehende Marotte. Wenn man sich jedoch etwas näher damit befasst und sich mit den Hintergründen auseinandersetzt, wird schnell klar, dass vegan zu leben weitaus mehr bedeutet und impliziert – es umfasst vielmehr eine große soziologische Bandbreite. Dies soll im vorliegenden Kapitel verdeutlicht und gleichzeitig das Forschungsinteresse eingegrenzt werden.

Findet eine vertiefende Beschäftigung mit dem Konzept Veganismus statt, stellt sich heraus, dass damit sehr viele ökologische, politische, soziale, ethische Probleme und Fragen verbunden sind. Aus diesem Grund sehe ich im Veganismus eine höchst aktuelle soziologische Problemstellung und möchte an dieser Stelle sogleich einige soziologische Aspekte des Veganismus anführen. Einerseits ist Ernährung eng mit Kultur und Sozialisation verbunden, wie die unterschiedlichen Küchen der Welt zeigen – Kinder werden erzogen, was man isst, wie man isst, was man nicht isst und übernehmen diese Verhaltensweisen weitestgehend. Andererseits ist Essen meist mit Gesellschaft und Gemeinschaft gepaart – das romantische Candle-light Dinner, das familiäre Sonntagsessen, die Geburtstagstorte auf der Party – all dies steht mit spezifischen gesellschaftlichen Anlässen und Konventionen in Zusammenhang. Die Ernährungssoziologie – die sich mit der sozialen Komponente der Ernährung befasst – kommt hier zum Tragen (vgl. Germov/Williams 2008; Barlösius 2011). Die Soziologie der Ernährung bietet Rückschlüsse auf wichtige gesellschaftliche Prozesse und Strukturen (vgl. Barlösius 2011: 11). Barlösius stellt sogar die These auf „Gesellschaften sind so, wie sie essen"[7] (ebd.: 11). Demnach lohnt es sich, genauer hinzusehen, wer, was, wie, wann und wo isst.

Nahrung bzw. Ernährung oder allgemeiner: Konsum, ist zudem ein omnipräsentes und jedes Individuum betreffendes Thema. Das wissenschaftliche und insbesondere sozialwissenschaftliche Interesse an der Erforschung der individuellen und kulturellen Ernährungspraktiken ist jedoch bescheiden (vgl. Wicks 2008: 282f). Mit Karl-Michael Brunner (2000) gesprochen, „steckt dieses Forschungsfeld in der deutschsprachigen Soziologie erst in den Anfängen" (ebd.: 183) weshalb es „einen großen Aufholbedarf an

[6] Die in der Alltagssprache gängige Bezeichnung *tierisch* wird in der vorliegenden Arbeit durch die Bezeichnung *tierlich* ersetzt, da diese Formulierung weniger vorbelastet ist. An späterer Stelle wird auf diesen Umstand präziser eingegangen.

[7] Meiner Ansicht nach muss an dieser Stelle jedoch noch genauer differenziert werden, denn das Ernährungsverhalten bestimmter Gesellschaften ist kein einheitliches, sondern bei jedem Individuum eine Mischform aus individuell und sozial, so denke ich.

ernährungssoziologischer Forschung sowohl hinsichtlich theoretischer Anschlüsse als auch empirischer Forschungsprogramme gibt“ (ebd.: 183). Brunner verweist des Weiteren darauf, dass es vor allem an Studien mangelt „die sich mit alltäglichen Eßpraktiken unter dem Einfluß von Globalisierungstendenzen, Umwelt- und Gesundheitsorientierungen, veränderten Arbeits- und Zusammenlebensformen usw. beschäftigen“ (ebd.: 183). Da die vordergründigen Motive für eine vegane Ernährung häufig auf genau diesen eben genannten Motiven – nämlich Gesundheit, Umwelt und Globalisierung – gründen, ergibt sich aus der durchgeführten Forschung ein zentraler Beitrag für dieses Forschungsfeld.

Die soziologische Relevanz des Themas betont auch Manuela Gruber:

> „In diesem Zusammenhang gilt es, auf soziologische Zusammenhänge hinzuweisen, die Auswirkungen auf die Entscheidung für das individuelle Ernährungsverhalten und folglich für eine vegetarische Ernährungsweise haben. Etwa können sich im Vegetarierin-Sein auch feministische Positionen ausdrücken. Weiters ist nach den Durchsetzungsmöglichkeiten vegetarischer Ernährungsweisen in einer tief verinnerlichten fleischbezogenen Esskultur zu fragen. Mit welchen Hemmnissen und Barrieren wird man konfrontiert? Welche soziologischen Aspekte nehmen Einfluss auf die Hinwendung zu einer vegetarischen Ernährungsweise?“ (Gruber 2012: 1f).

Insgesamt ergibt sich die Problemrelevanz des gewählten Themas aus der in Österreich zunehmenden Zahl der vegan lebenden Personen[8] und damit einhergehenden kontroversen Debatten, dem geringes sozialwissenschaftlich fundiertes Wissen gegenübersteht. In diesem Sinne besteht starker Forschungsbedarf im Zuge einer Ernährungssoziologie. Die steigende Zahl von VeganerInnen in Österreich wirft zahlreiche Fragen auf, denen sich die Soziologie widmen sollte, denn diese jüngsten Entwicklungen haben möglicherweise weitreichende gesellschaftliche Konsequenzen und beeinflussen zweifellos das gesellschaftliche Zusammenleben.

Veganismus wird häufig als Lebensstil, Trend, Gesellschaftskritik oder als soziale Bewegung dargelegt, was bereits auf den soziologischen Gehalt der Thematik hinweist.

Soziologische Kernkonzepte wie Sozialisation, Normen, Werte, Devianz, Institution, Organisation, Macht, Herrschaft, Ideologie, soziale Ungleichheit, Kultur, sozialer Wandel, soziale Gruppen, Habitus, Identität und soziales Handeln sind in diesem Kontext, wie gezeigt wird, relevant. Machtprozesse sind in Bezug auf Veganismus beispielsweise deswegen ein zentraler Aspekt, weil sowohl KonsumentInnen als auch ProduzentInnen eine entsprechende Macht besitzen sowie Menschen eine Machtposition gegenüber Tieren einnehmen.

Nachdem es in dieser Forschung um die subjektive Deutung der GesprächsparnterInnen geht, spielt auch das *Thomas-Theorem*[9] eine fundamentale Rolle und man könnte daher sagen, die Untersuchung ist daran angelehnt. So besagt es, dass Individuen aufgrund der

[8] Hier wird auf eine aktuelle repräsentative IFES-Studie[8] aus dem Jahr 2013 Bezug genommen (siehe Kapitel 2.2.)
[9] William Isaac Thomas (1863-1947) führte das Thomas Theorem ein und verweist dadurch auf die Bedeutung der Situationsdefinition für soziale Handlungen.

Definition, die sie einer Situation geben, handeln und dies dementsprechende Folgen nach sich zieht, unabhängig vom Wahrheits- oder Realitätsgehalt der Situationsdefinition (vgl. Richter 2002: 70f).

Wie gezeigt wurde, umfasst Veganismus ein breites Spektrum der Soziologie, wobei das Forschungsinteresse keineswegs so weit gefasst blieb.

In der Phase der Fokussierung wurden verschiedene (vegane) Veranstaltungen besucht, um eine konkrete Forschungsfrage zu finden. Dazu nahm ich beispielsweise an der Vortragsreihe *Ernährung im öffentlichen Diskurs*[10] (2014) teil, wo unter anderem Dr. Erik Millstone und Dr. Melanie Joy im Rahmen eines Projekts der Wiener Volkshochschulen mit dem Publikum diskutierten. Auch dem Vortrag von Dr. Matthew Ruby (2015), der an der Universität Wien über Vegetarismus referierte, wohnte ich bei. Zudem besuchte ich die Veganmania 2014 und 2015 in Wien, den Tierrechtskongress 2014 in Wien, die Vegan Messe 2014 in Wien und verfolgte stets themenbezogene TV-Beiträge und Dokumentationen. Insgesamt kam ich dadurch zu dem Schluss, dass Veganismus ein überaus aktuelles, komplexes Thema darstellt, das immer mehr Menschen zu beschäftigen scheint und mit wachsendem Interesse von den Medien verfolgt und diskutiert wird. Die Meinungen zu damit verbundenen Fragestellungen und Entwicklungen gehen jedoch auseinander. Im Zuge dieser Auseinandersetzung tauchte die Frage auf, woran diese neue Aufmerksamkeit festzumachen ist, die sich sowohl in den Medien, als auch in der Gastronomie und Ökonomie beobachten lässt. Zudem stellt sich die Frage, ob es derzeit zu einem großen Umdenken in der Gesellschaft kommt oder ob es sich dabei lediglich um einen kurzlebigen Trend handelt. Diese Frage wird in diesem Rahmen zwar nicht beantwortet, jedoch werden diesbezügliche Eindrücke von VeganerInnen gesammelt, an denen sich möglicherweise aktuelle Hinweise und Tendenzen erkennen lassen. Um diese Entwicklungen auf der Makroebene verstehen zu können, wird zuerst an der Mikroebene – den Individuen – angesetzt und versucht, den individuellen Werdegang zum Veganer/zur Veganerin nachzuvollziehen und daraus weitere Erkenntnisse zu gewinnen.

Durch die problemzentrierten Interviews werden tatsächliche alltägliche Ernährungspraktiken, der Weg dahin sowie die subjektiven Wahrnehmungen der InterviewpartnerInnen in den Blick genommen und dadurch ein Bezug zu allgemeinen Entwicklungstendenzen im Ernährungssystem hergestellt.

1.1. Veganismus und die „neuen“ VeganerInnen

„*Nichts ist so stark, wie eine Idee, deren Zeit gekommen ist*“ (Victor Hugo).

An dieser Stelle wird expliziert, was unter Veganismus und speziell unter „neuen VeganerInnen“ in diesem Rahmen verstanden werden soll und gezeigt, dass letztere Bezeichnung auf einem gegenwärtigen Bedeutungswandel beruht. In der Literatur wird des Öfteren von den neuen VegetarierInnen bzw. dem neuen Vegetarismus gesprochen, jedoch

[10] Siehe: http://www.vhs.at/14-vhs-penzing/projekte/vortragsreihe-ernaehrung-im-oeffentlichen-diskurs.html

kaum explizit von neuen VeganerInnen, weshalb in dieser Forschungsarbeit dezidiert diese Perspektive eingeschlagen werden soll.

Gruber (2012) stellt fest, dass sich das Ernährungsverhalten wandelt und skizziert im nachstehenden Zitat die Merkmale eines „neuen Vegetarismus“:

> „Die vegetarische Ernährungsweise hat sich von einem Weltanschauungsthema zu einem Lifestyle-Thema entwickelt und tatsächlich spricht vieles dafür, dass eine vegetarische Ernährungsweise in Zukunft eine gesellschaftliche Bedeutung erreicht, die aus heutiger Sicht nicht abzuschätzen ist. Denn einstweilen orten Soziologen einen Trend zu einem völlig neuen Vegetarismus. Eine vegetarische Ernährungsweise, die eher untypisch ist, nämlich Vegetarismus ja, aber nicht um jeden Preis. Diesen Menschen erscheint es vorrangig zu wissen, woher das Essen kommt und ob es nach ethischen Richtlinien hergestellt worden ist. Und wer dann und wann Lust auf ein Stück Fleisch verspürt, das diesen Kriterien genügt, isst es einfach - mit viel Genuss und ohne Schuldgefühle. Der „Neue Vegetarismus" will nicht bekehren, sondern überzeugen, nicht verurteilen, sondern aufklären - vor allem über die sozialen und ökologischen Folgen des Fleischkonsums. Diesen Pragmatismus findet man hauptsächlich unter jüngeren Menschen. Statt Fleischesser moralisch zu diskreditieren, wirbt diese neue Form des Vegetarismus für sogenannte „Teilzeitlösungen" - vorwiegend kein Fleisch zu essen und wenn Fleisch, dann aus artgerechter Tierhaltung und biologisch. Der neue Vegetarismus ist eine praktikable Variante“ (Gruber 2012: 4).

Diesen neuen Vegetarismus zeichnet laut Gruber demnach eine gewisse Flexibilität und ein zugrundeliegender Pragmatismus aus, denn er fordere keinen „kompletten“ und „unbedingten“ Verzicht sondern vielmehr einen „bewussten“ und „verantwortungsvollen“ Konsum (ebd.: 5). Nun soll jedoch in der vorliegenden Arbeit der *neue Veganismus* untersucht werden, der sich gewöhnlich eben durch einen strikten Verzicht auf alle tierlichen Konsumgüter auszeichnet. Inwieweit dies mit der Diagnose von Gruber zusammengeht, wird im Laufe der Untersuchung herausgearbeitet.

Veganismus war lange Zeit weitgehend unbekannt und ein Randphänomen (vgl. Joy 2013: 164ff). Derzeit erlebt die vegane Szene jedoch starken Zuwachs und verstärkte Aufmerksamkeit (vgl. Ammer 2012; Ruby 2012; Cole/Morgan 2011a).
Elisabeth Ammer konstatiert beispielsweise in ihrer Arbeit: „Auf unterschiedlichen Ebenen der Gesellschaft vollzieht sich eine Ernährungswende, die von einzelnen KonsumentInnen (z.B. durch ihre Entscheidung, vegan zu leben) gefördert wird“ (2012: 184). Dabei, so fährt sie fort, wirken die Medienpräsenz sowie die Lebensmittelindustrie als treibende Kräfte, indem sie auf diese Entwicklung reagieren (ebd.: 184). Ausgangspunkt für das gegenwärtige Umdenken sieht Ammer einerseits in dem heutigen Zugang zu Informationen über die Herstellung der Nahrung sowie damit verbundene Auswirkungen, andererseits in der zunehmenden Konfrontation, sei es privat oder öffentlich, mit dem Thema (ebd.: 182).

VeganerInnen bringen durch ihre Lebensweise oftmals eine Kritik an den Zuständen der gegenwärtigen Gesellschaft zum Ausdruck (vgl. Rinas 2012: 256). Diese Kritik besteht vor allem in dem unmoralischen und ausbeuterischen Umgang mit Tieren, dem zerstörerischen Umgang mit der Natur, der enormen Ressourcenverschwendung, der ungesunden Ernährungsweise sowie in einer generellen (Herrschafts-)Kritik an den gesellschaftlichen Bedingungen und Entwicklungen (ebd.: 256). Die heutige Massentierhaltung ist ein zentraler Inhalt und viele gegenwärtige Anhänger des Veganismus sind demzufolge Befürworter der Tierbefreiung.
VeganerInnen leben diese Kritik in einer aktiven Art und Weise, die häufig als „radikal" oder „extrem" bezeichnet wird und haben sich dadurch ihre „eigene mediale Lebens-, Kommunikations- und Konsumwelt erschaffen" (Rinas 2012: 256). In Auseinandersetzung mit und durch Abgrenzung von „traditionellen" Normen und Werten entwickeln sie „eigene soziale Netzwerke, netzwerkinterne Wertvorstellungen und Lebensstile" (ebd.: 256). Rinas bezeichnet sie deshalb als „gesellschaftliche Seismografen" (ebd.: 256).
Paul R. Amato und Sonia A. Partridge (1989) sprechen von *The New Vegetarians* (die neuen VegetarierInnen) und meinen, dass hierbei die Förderung der Gesundheit und der Schutz von Leben im Vordergrund stehen.
Hsin-Yi Yeh (2013) diskutiert den modernen Vegetarismus anhand von der Entstehung der ersten vegetarischen Organisation[11] und argumentiert: „"what vegetarianism is" is an ongoing social process that is determinded by how social actors link its boundaries" (ebd.: 298). Grundgedanke ist dabei, dass eine Idee keine Konstante darstellt, sondern davon abhängig ist, welche Ideen die Grenzen der spezifischen Idee durchdringen und umgekehrt (ebd.: 307). Angelehnt an Abbott, weist Yeh auf die Komplexität zwischen Grenzen und Organisationen hin und betont, dass Grenzen den sozialen Entitäten immer vorausgehen, da diese erst dadurch entstehen, dass soziale Akteure soziale Grenzen ziehen (ebd.: 298). Die Praxis und der Diskurs hinsichtlich einer Idee werden laut Yeh somit stark von Affinitäten zwischen Ideen beeinflusst (ebd.: 306f). Ihre Aussage „when people connect vegetarianism with different ideas/"isms" [...] we observe a distinct entity" (Yeh 2013: 307), deutet auf den Wirkungsmechanismus des *Thomas Theorems* hin, den es hierbei zu berücksichtigen gilt.

Die Gründung der *Vegetarian Society* im Vereinigten Königreich repräsentiert nach Yeh die Entstehung der modernen Idee des Vegetarismus (ebd.: 298). Der moderne Vegetarismus wird als urbanes Phänomen wahrgenommen und besitzt Affinitäten zwischen Ideen und Reformen (ebd.: 307f). Im Unterschied zum „alten" Vegetarismus, so Yeh, bei dem vor allem Ideen von Frauenbefreiung, Abstinenz und alternative Therapien im Vordergrund standen, forciert der „neue" Vegetarismus[12] Tierrechte (ebd.: 306). Doch Yeh sieht zusätzlich eine

[11] Die erste vegetarische Organisation entstand Mitte des 19. Jahrhunderts (1847) im Norden Großbritanniens unter dem Namen *Vegetarian Society*.
[12] Beispielsweise war das heute in diesem Zusammenhang viel diskutierte Problem der Massentierhaltung im 19. Jahrhundert kein Thema.

exklusivere Grenze des neuen Vegetarismus als früher, wenn beispielsweise VegetarierInnen behaupten, sie würden allein wegen ihrer eigenen Gesundheit so handeln (ebd.: 308).

1.2. Die Lage in Österreich

> „*Wenn man nicht essen möchte, was auf den Tisch kommt, wird es schnell ungemütlich in Österreichs Gaststuben*" (Friedl: 2011: 50).

Nachdem der Fokus dieser Arbeit auf Österreich gesetzt ist, wird die Situation hierzulande nun näher beleuchtet.

Es lässt sich einleitend festhalten, dass die Zahl der VeganerInnen in Österreich zunimmt[13], die Häufigkeit und Sympathie von Medienberichten steigt, sowie laufend neue vegane Angebote erscheinen (vgl. Vegane Gesellschaft Österreich). Eine repräsentative IFES-Studie[14] aus dem Jahr 2013 kommt zu dem Ergebnis, dass neun Prozent der österreichischen Bevölkerung entweder vegan oder vegetarisch leben (ebd.). Beachtlich ist dabei die Steigerung seit dem Jahr 2005, denn laut EU-Eurobarometer[15] lebten damals nur 2,9 Prozent der ÖsterreicherInnen vegetarisch (ebd.). Leider wird hier, wie in vielen Studien, nicht zwischen *vegetarisch* und *vegan* unterschieden, jedoch beträgt internationalen Vergleichswerten zufolge die Anzahl der VeganerInnen zwischen 10 und 50 Prozent der VegetarierInnen (ebd.). Demzufolge lebt in Österreich schätzungsweise ein knappes Prozent der Bevölkerung vegan[16](ebd.).

Damit einhergehend wird der Konsum von Fleisch und tierlichen Produkten immer öfter kritisiert und in Frage gestellt. Gruber (2012) stellt vor diesem Hintergrund fest: „So ist in Sachen Ernährung ein Umdenken bemerkbar und Speisen ohne Fleisch finden immer öfter ihren Platz auf dem Teller der Österreicher und Österreicherinnen. Die vegetarische Ernährungsweise ist in unserer Gesellschaft längst akzeptiert und gilt mittlerweile sogar als vorbildlich" (ebd.: 1). Die Frage ist jedoch, wie sieht es mit der veganen Ernährungsweise aus?

Zwar werden Vegetarismus und Veganismus gegenwärtig viel diskutiert, jedoch ist Fleisch für den Großteil der Bevölkerung gleichzeitig immer noch ein wichtiger Bestandteil der Mahlzeiten und der Pro-Kopf-Fleischverzehr in Österreich insgesamt sehr hoch (vgl. Gruber 2013: 72f). Laut Statistik Austria beträgt der durchschnittliche Fleischverbrauch pro ÖsterreicherIn im Jahr 2014 insgesamt 97,5 Kilogramm[17]. Das entspricht einem durchschnittlichen Verzehr von 1,25 Kilogramm Fleisch pro Woche alleine von in Österreich geschlachteten Tieren (vgl. Fleischatlas Österreich). Dieser Konsum überschreitet nicht nur bei weitem die Ernährungsempfehlungen von ein bis zwei Fleischportionen pro Woche

[13] Siehe: http://archiv.veggie-planet.at/wieviele/
[14] http://archiv.veggie-planet.at/warumvegan/tierrechte/Veggie.pdf
[15] Siehe: http://ec.europa.eu/food/animal/welfare/euro_barometer25_volA_en.pdf
[16] Schätzungsgrundlage: http://www.imaner.net/panel/statistics.htm
[17] Nach Abzug von Knochen und nicht verzehrbaren Teilen ergeben sich daraus 65,2 kg pro Kopf und Jahr alleine von in Österreich geschlachteten Tieren (vgl. Statistik Austria 2015).

sondern liegt auch im europäischen Spitzenfeld (Gruber 2013: 72f). Deutlich wird jedoch, dass in Bezug auf den Fleischkonsum große Unterschiede nach Geschlecht, Alter, Bildung und Kultur bestehen (vgl. Brunner 2007: 170f).
Eine Motivanalyse der RollAMA (=rollierende Agrarmarkt-Analyse) ermittelte 2008 Erkenntnisse über das Fleischkonsumverhalten in Österreich. Dabei wurde festgestellt, dass bei einem reduzierten Fleischkonsum oder einem Fleischverzicht an erster Stelle der Gesundheitsaspekt steht. Weitere Aspekte waren der Preis, die Qualität, eine bewusste Fleischreduktion, der Geschmack und die Themen artgerechte Tierhaltung und Herkunft (vgl. Gruber 2013: 73f).
Daniela Friedl (2011) erarbeitet anhand ihres Buches *Mitleid unangebracht. Vegan leben in Österreich* eine Übersicht sowie einen Leitfaden für VeganerInnen in Österreich. Sie thematisiert im Zuge dessen das Spannungsverhältnis zwischen den eigenen Werten und dem gesellschaftlichen Leben, das den veganen Alltag oftmals erschweren würde. In dem Werk teilt sie ihre persönlichen Erfahrungen als Veganerin in Österreich mit, betont die „österreichische Gemütlichkeit" und argumentiert: „Mord, Leichen und Ausbeutung haben nun mal nichts mit Gemütlichkeit zu tun. Kultur und Brauchtum sind nicht unmittelbar mit dem Konsum tierischer Produkte und einem leichten Hang zum Alkoholismus verbunden" (ebd.: 51). Die österreichische Gemütlichkeit und Heimatliebe werde, so Friedl, jedoch oft verwechselt mit „deftiger Hausmannskost und dem Konsum von Alkohol" (ebd.: 50).

Für besonderes Aufsehen sorgte in Österreich 2008 die Anklage von TierrechtsaktivistInnen[18], welche zeigt, dass es im Zuge des Veganismus zu Zuschreibungen von Devianz und dies in weiterer Folge zur Kriminalisierung führen kann. Darauf wird an späterer Stelle noch näher eingegangen.

An der Universität Wien hat sich eine interdisziplinäre Forschungsstelle – die von der *FEWD*[19] koordiniert wird – zum Thema Ernährungsethik unter dem Namen *Food Ethics*[20] etabliert. Diese Vereinigung stellt eine wichtige Anlaufstelle dar und markiert gleichzeitig eine neue wissenschaftliche Verortung der Ernährungsthematik.
Eine zukunftsorientierte Lösung und praxisnahe Behandlung der Thematik bietet die Forschung der in Österreich stationierten Internet-Initiative *Future Food*[21], welche sich die globale Verbreitung von pflanzlichen Alternativen zu tierlichen Produkten zum Ziel gesetzt hat. Geforscht wird derzeit auch an der Herstellung von kultiviertem Fleisch bzw. *in-vitro-meat*.

[18] Siehe: http://fewd.univie.ac.at/forschungsprojekt-theuer-lengauer-tierschuetzerprozess/. Und: http://www.shameonaustria.org/
[19] Forschungsstelle für Ethik und Wissenschaft im Dialog
[20] Siehe: http://foodethics.univie.ac.at/home/
[21] Geophysiker und Lebensmittelwissenschaftler Dr. Kurt Schmidinger leitet das Future-Food-Team das sich aus mehreren Personen aus dem Bereich Tierschutz, Wissenschaft und Wirtschaft zusammensetzt.

1.3. Soziales Umfeld und Sozialisation

> *„Wie jemand mit dem Fleischessen umgeht, ist zu einem großen Teil kontextabhängig. Welcher psychsiche Aufwand betrieben werden muss, um sich von dem Umstand zu distanzieren, dass man ein Tier isst, hängt nicht zuletzt von den persönlichen Wertvorstellungen ab – und diese werden vor allem durch größere gesellschaftliche und kulturelle Strukturen geprägt*" (Joy 2013: 21).

Ernährung bewegt sich im Spannungsfeld zwischen Natur und Kultur sowie Individuum und Gesellschaft (vgl. Barlösius 2011; Wicks 2008). Der Einfluss des sozialen Umfelds und die Rolle der Sozialisation[22] soll in diesem Abschnitt deshalb in den Blick genommen werden.

Die alltägliche Ernährungspraxis ist bis zu einem gewissen Grad auf die Sozialisation zurückzuführen (vgl. Reitmeier 2013). Trotzdem ist es möglich, ernährungsbedingte Gewohnheiten abzulegen und sich neu zu orientieren.

Sabine Weick (2013) entwickelt mithilfe einschlägiger Literatur ein Modell das sie *Become Vegan* nennt (ebd.: 57-63). Dieses Modell gliedert sie in drei Stufen der Sozialisation: die *passive Sozialisation*, die *vegetarische Sozialisation* und schließlich die *vegane Sozialisation* (ebd.: 60fff). Weick bezieht sich in ihrer Theorieentwicklung auf die Hypothese von McDonald (2000), die eine vegane Lebensweise auf einen Lernprozess zurückführt, bei dem sich auch das Weltbild verändert (vgl. McDonald 2000, zit. nach Weick 2013: 58). Hervorzuheben ist an dieser Stelle, dass Weick vor diesem Hintergrund von „innovativen Weltanschauungen" und „nonkonformen Verhaltensweisen spricht (ebd.: 105).
Sie sieht neben individuellen und kulturellen Hintergründen, Erfahrungen und der Persönlichkeit vor allem „Schlüsselerlebnisse" als Auslöser, die dazu führen, dass die bisherige Weltanschauung überdacht wird (ebd.: 61). Unter Schlüsselerlebnissen versteht sie Auslöser oder Anreize, die den Prozess einleiten, dass eine Person zum Veganismus übergeht. Diese „Auslöser" könnten entweder ignoriert werden oder aber eine Neuausrichtung bewirken (ebd.: 58). Der Weg zum Veganismus, so Weick, ist demnach als längerer Lernprozess zu verstehen, der meist mehrerer Auslöser bedarf (ebd.: 58). Die *vegane Sozialisation* wird nach Weick also durch einen – häufig provozierten – Auslöser eingeleitet, und stößt einen Denkprozess an, der mit intensiver Auseinandersetzung mit dem Thema einhergeht (ebd.: 62). Freunde und Bekannte spielen laut Weick dabei eine zentrale Rolle, indem sie entweder Unterstützung bieten können oder aber Konformitätsdruck erzeugen – jedenfalls stellen sie häufig einen Orientierungspunkt bei der Entscheidung dar (ebd.: 62). Wichtig wären zudem, Aussagen von Veganern zufolge, Gleichgesinnte – bei Vorhandensein hätten diese schon früher dazu beigetragen, vegan zu werden (ebd.: 104). Unterstützung könne in jedem Fall im Internet sowie in sozialen Medien gefunden werden, die eine Fülle an

[22] Unter *Sozialisation* wird in der Soziologie allgemein die Prägung des Individuums durch soziale Einwirkungen verstanden (vgl. Korte/Schäfers 2008: 46).

Informationen beinhalten und eine gründliche Recherche ermöglichen (ebd.: 62). Weick stellt somit einen großen Einfluss durch soziale Netzwerke im Kontext des Veganismus fest (ebd.: 107).

Laut Rinas (2012) holen sich neue VeganerInnen den nötigen Informations- und Unterstützungsbedarf eher von Internetseiten und Foren, jedoch weniger vom sozialen Umfeld (Eltern, Freunde, Partner usw.) die diesen nicht bieten können oder wollen (ebd.: 26).

Jabs et al. (1998: 186) zeigten, dass die Kernfamilie eine vegetarische Kostform meist nicht unterstützt. Manche Eltern gehen sogar so weit, dass sie den Wunsch von Kindern oder Heranwachsenden, vegetarisch zu werden, unterdrücken – die Betroffenen können erst in einem gewissen Alter, das mit der Unabhängigkeit von elterlicher Kontrolle einhergeht, diesen Wunsch wieder aufnehmen (vgl. Beardsworth/Keil 1991b: 21, zit. nach Ruby 2012: 143).

Das soziale Umfeld und somit die Gesellschaft begegnete VegetarierInnen und speziell VeganerInnen lange Zeit und zum Teil noch heute mit Skepsis, Spott, Abwertung, Ausgrenzung oder sogar Beleidigungen[23] (vgl. Bastian 2012; Clements 2008; Cole/Morgan 2011a; Minson/Monin 2012; Ruby 2012)

Diese Haltung der Gesellschaft (bzw. der Mehrheit) gegenüber VeganerInnen kommt unter anderem in Vegan-Witzen und Stereotypisierungen zum Ausdruck (vgl. Cole/Morgan 2011a). PsychologInnen verstehen diese Witze und Belustigungen über den Veganismus als Abwehrreaktion der FleischesserInnen und bieten damit eine Erklärung an (vgl. Bastian et al. 2012; Minson/Monin 2012; Herrmann 2012). Wie die vielfach zitierte Studie von Minson und Monin (2012) zeigt, fühlen sich FleischesserInnen implizit von VegetarierInnen/VeganerInnen moralisch verurteilt und reagieren entsprechend darauf – dazu genügt die bloße Anwesenheit eines Veganers/einer Veganerin.

Eine Umfrage des veganen Informationsportals[24] befragte VeganerInnen danach, ob sie bereits Ausgrenzungen oder Diskriminierungen wegen ihrer veganen Ernährung erlebt hätten. Die Untersuchung ergab, dass mehr als 92% der befragten VeganerInnen diese negative Erfahrung gemacht haben[25]. Die Studie legt nahe, dass fast alle vegan lebenden Personen negative Reaktionen aus ihrem sozialen Umfeld dulden müssen.

Die Existenz des Buches „Überleben unter Fleischessern – Tipps und Strategien für VegetarierInnen“ (Adams 2008) trägt ebenfalls zu dieser Annahme bei. Darin stellt Adams VeganerInnen und VegetarierInnen eine Hilfestellung für den Alltag bereit, vor allem im Hinblick auf das oftmals schwierige soziale Umfeld.

---

[23] Siehe der Standard 2014: *Veganer fühlen sich schikaniert*.

[24] Siehe: www.vegan.eu

[25] Davon haben rund 92% schon einmal Verspottung erfahren, ca. 72% wurde Extremismus vorgeworfen, fast 49% wurden aufgefordert, ein nicht veganes Gericht zu essen, ca. 25% berichteten von allgemeinen Beschimpfungen und rund 18% erlitten Kontaktabbrüche oder Ausladungen. Knapp 60% der Betroffenen gab jedoch an, dass sie sich durch diese negativen Erfahrungen wenig belastet fühlen, während mehr als 22% zugab, darunter zu leiden und sich sogar fast 10% davon stark belastet fühlten. (vgl. der Standard, 17.9.2014)

Aufgrund dieser Hinweise und der Tatsache, dass die Übernahme einer veganen Lebensführung mit Identitätsstiftung und Sinnstiftung verbunden sein kann, oftmals als Gesellschaftskritik zu verstehen ist und teilweise mit politischen, ethischen oder ideologischen Einstellungen einhergeht oder zum Ausdruck gebracht wird, kann es zu starken Konflikten mit dem sozialen Umfeld kommen. Wie sich dies äußert und vor allem der Umgang der veganen Personen damit, falls dies der Fall sein sollte, ist daher von soziologischem Interesse, denn die Wechselwirkungen zwischen Individuum und Gesellschaft – welche in der (verstehenden) Soziologie von zentraler Bedeutung sind – kommen hier zum Tragen.

3. Stand der Forschung und ausgewählte Studien

> "*The decision to become a vegan was reported to be influenced by perceived internal reasons such as ethics, health, distaste for meat, and preference for vegetarian food. In addition, friends, family, school, media, and music influenced the decision to become a vegan. The perceived consequences of becoming a vegan were positive as well as negative and differed between the three types of vegans. Veganism as a new type of status passage with specific characteristics was illustrated [...] the general model is applicable also in a vegan context*" (Larsson et al. 2003: 61).

Im vorliegenden Kapitel soll im Rahmen einer soziologischen Bestandsaufnahme die bisherige akademische Literatur flüchtig skizziert und das daraus Wesentliche herausgearbeitet werden, um so derzeitige Forschungserkenntnisse sowie weiteren Forschungsbedarf ableiten zu können.

Zwar existiert zu besagtem Thema schon wesentlich mehr wissenschaftliche Forschung als noch vor einigen Jahren, jedoch ist diese noch immer – vor allem in den Sozialwissenschaften[26] – eher überschaubar und unterrepräsentiert. Bei Betrachtung aller Publikationen[27] zu Vegetarismus und Veganismus fällt schnell auf, dass sich diese in zwei große Bereiche differenzieren: Ernährungswissenschaft (Gesundheit) und Philosophie (Ethik). Auffallend ist, dass sich die Disziplinen Soziologie und Psychologie bisher eher zurückhaltend mit dieser Thematik auseinandersetzten (vgl. Wicks 2008; Grube 2009). Insgesamt betrifft ein Großteil der bestehenden Literatur hauptsächlich Vegetarismus im Allgemeinen, da Veganismus häufig subsumiert wird. In den Sozialwissenschaften besteht

[26] Die meisten Publikationen betrachten das Thema Veganismus bisher aus ernährungswissenschaftlicher Sichtweise und betreffen daher gesundheitliche Aspekte dieser Lebensweise. Der Fokus hat sich hierbei von möglichen Risiken hin zur Präventionsthematik verschoben. In Bezug auf Tierethik und Tierrechte existiert ebenfalls bereits einiges an Literatur.

[27] Neben den renommierten soziologischen Online Journals sind für das Thema Veganismus insbesondere folgende Zeitschriften relevant: *Appetite, Anthrozoös, Animals & Society, Vegetarian Times, Vegetarian Journal, Food, Culture and Society, Journal for Critical Animal Studies, Zeitschrift zur Mensch-Tier-Beziehung, Journal of Agricultural and Environmental Ethics, British Food Journal, Signs, The Sociological Review, Discourse & Society, Journal of the American Dietetic Association, Ecology of Food and Nutrition.*

hierzu darüber hinaus nur eine geringe Anzahl an dezidiert qualitativer Forschung. Spezifisch soziologische, qualitative Forschung existiert daher bislang noch eher wenig, wobei das (sozial-) wissenschaftliche Interesse am Thema Vegetarismus/Veganismus derzeit stark zunimmt (vgl. Ruby 2012). So entstanden beispielsweise an der Universität Wien in den letzten Jahren mehrere Diplomarbeiten/Masterarbeiten zu Veganismus (vgl. Ammer 2012; Becvar/Radojicic 2008; Schleinzer 2012). Die bisher durchgeführten Forschungen decken jedoch die Beantwortung der Forschungsfrage, welche dieser Arbeit zugrunde liegt, nicht hinreichend ab.

Vor 1980 existierte in den Sozialwissenschaften lediglich eine Handvoll akademischer Literatur zur Thematik. Zu den frühen Publikationen über Vegetarismus und Veganismus zählen Twigg (1979; 1983), die besonders häufig zitiert wurde, Sprondel (1986), der den ersten deutschsprachigen Artikel verfasste, Dwyer et al. (1973; 1974a; 1974b), die von „New Vegetarians" sprechen sowie Friedman (1975), Brooks/Kemm (1979) und Calkins (1979). Der Diskurs[28] rund um den Begriff Vegetarismus bzw. neuer Vegetarismus setzte in den 1980er Jahren im Horizont Peter Singers Ausführungen ein, wobei sich die Forschungsliteratur in der Regel in zwei große Forschungsstränge spaltet – nämlich in einen gesundheitlichen und einen ethischen Diskurs (vgl. Hoffman et al. 2013).
Sehr viele der soziologischen Publikationen zum Gegenstand stammen von Alan Beardsworth (1991a; 1991b; 1992; 1993; 1997; 1999; 2002; 2004a; 2004b), die er zum Teil mit anderen WissenschaftlerInnen veröffentlichte, weshalb er in diesem Forschungsfeld als wichtiger Autor bezeichnet werden kann. Beardsworth befasste sich als einer der ersten SoziologInnen mit Vegetarismus sowie gezielt mit Veganismus, wobei er dazu auch empirische, qualitative Untersuchungen vorlegt. Spezifisch empirische, qualitative Arbeiten zum Thema finden sich neben denen von Beardsworth und Keil (1991a; 1992) auch bei Cherry (2006; 2015), Fox/Ward (2008), Grube (2009; 2010), Jabs et al. (1998), Menzies/Sheeshka (2012) Schleinzer (2012) und Weick (2013). Ein ebenfalls in diesem Zusammenhang zu erwähnender Soziologe ist Matthew Cole (Cole/Stewart 2009; Cole 2011; Cole/Morgan 2011a; 2011b). Auch der Psychologe Matthew B. Ruby (Ruby/Heine 2011; Ruby 2012; Ruby/Heine 2012; Ruby et al. 2013; Piazza et al. 2015) legt mehrere im Bereich der Vegetarismus Forschung relevante Publikationen vor. Rubys Forschungsinteresse gilt dem Gebiet Ernährung und Kultur, er interessiert sich besonders für die Motivationen von VegetarierInnen weltweit und untersucht unter anderem kulturelle Unterschiede (vgl. Ruby et al. 2013).

[28] Es gab schon seit jeher VegetarierInnen (oder Ansätze des modernen Veganismus) in verschiedenen Religionen und Glaubensgemeinschaften, beispielsweise im Hinduismus, im Buddhismus oder bei den Siebenten-Tags-Adventisten – der neue Diskurs bezieht sich jedoch verstärkt auf die westliche Sphäre und basiert auf anderen Beweggründen wie an späterer Stelle im Kapitel 6 demonstriert wird.

Im speziellen Aspekte von Veganismus[29] analysieren unter anderem Beardsworth/Keil (1991a; 1991b), George (1994a), Friedrichs (1997), Leneman (1999), McDonald (2000), MacNair (2001), Marcus (2001), Larsson et al. (2003), Berger (2004), Grossman (2004), Sneijder/Te Molder (2004; 2009), Zamir (2004), Breyvogel (2005), Sneijder (2005), Cherry (2006; 2014), Visak (2006), Becvar/Radojicic (2008), Clements (2008), Cole/Morgan (2009; 2011a; 2011b), Grube (2009; 2010), Adams (2010), Hahn/Bruner (2010), Potts/Parry (2010), Rinas (2010; 2012), Schwarz (2010), Ciocchetti (2011), Friedl (2011), Navarro (2011), Ammer (2012), Diaz Carmona (2012), Francione (2012), Greenebaum (2012a; 2012b), Harper (2012), Schernthaner (2012), Schleinzer (2012), Warkentin (2012), Bosworth (2013), Dyett et al. (2013), McPherson (2013), Mendes (2013), Taylor (2013), Wayne (2013), Weick (2013), Wrenn (2013), Taureck (2015).
Bei Betrachtung dieser Auflistung fällt auf, dass die Mehrheit der Publikationen relativ aktuell ist, was bestätigt, dass Veganismus ein junges Forschungsfeld darstellt.

Den Prozess des Vegetarisch/Vegan-Werdens und verschiedene Aspekte davon untersuchen beispielsweise Rozin et al. (1997), MacNair (1998; 2001), McDonald (2000), Larsson et al. (2003), Boyle (2008; 2011), Grube (2009; 2010), Ammer (2012), Schleinzer (2012) und Mendes (2013). Dwyer et al. (1973; 1974a; 1974b) und Amato/Partridge (1989) richten den Fokus gezielt auf die „neuen" VegetarierInnen. Friedl (2011) setzt sich sogar mit Veganismus in Österreich auseinander.

Im Folgenden sollen nun einige ausgewählte Werke flüchtig vorgestellt werden.
Der *Research Review* von Matthew B. Ruby (2012) zählt zu den meistzitierten wissenschaftlichen Artikeln in diesem Themenbereich. Der Autor gibt darin einen Überblick über das junge Forschungsfeld und zeigt, dass in der Literatur sowie in der Selbst-Identifikation von Menschen uneinheitliche Definitionen[30] zu dem Begriff Vegetarismus bestehen und infolgedessen Unklarheit herrscht (ebd.: 142f). Er macht im Horizont dessen deutlich, dass signifikante Unterschiede zwischen VegetarierInnen und VeganerInnen bestehen (ebd.: 148). Darüber hinaus untersucht er die gesellschaftliche Wahrnehmung von VegetarierInnen und argumentiert, dass sich diese gewandelt hat (ebd.: 146f). Der Psycholge weist zudem darauf hin, dass die derzeitige Forschung in einem kulturell begrenzten Rahmen stattfindet und deshalb auch über die Grenzen der westlichen Kultur erweitert werden muss[31] (ebd.: 141). Ruby resümiert: „One´s motivations for being vegetarian, whether primarily for

[29] Aufgelistet sind hier Publikationen bei denen der Terminus *vegan* im Titel auftaucht. Die Aufzählung erhebt keineswegs Anspruch auf Vollständigkeit. Zu erwähnen ist hierbei, dass es sich nicht um ausschließlich soziologische Texte handelt, sondern bspw. auch psychologische und philosophische vertreten sind.
[30] Ruby stellt fest, dass das Verständnis hinsichtlich des Begriffs *vegetarian* einen großen Umfang umfasst, der von einer Ernährungsweise, die sämtliche tierliche Produkte ausschließt, bis zu gelegentlichem Konsum von Fisch, Geflügel und rotem Fleisch reicht (vgl. Ruby 2012: 148).
[31] Diesem Umstand trägt er selbst Rechnung in einer Untersuchung über kulturelle Unterschiede des Vegetarismus (vgl. Ruby et al. 2013).

reasons of ethics or health, have a profound impact on one´s process of becoming vegetarian, dietary behaviour, and ideology" (ebd.: 148). Damit liegt bereits eine wichtige Erkenntnis vor, nämlich dass die Motivation entscheidenden Einfluss auf den Prozess des Vegan-werdens nimmt.

Wicks (2008) schafft einen Überblick über die soziologische Literatur zu Vegetarismus sowie einen Einblick in die Soziologie des Essens und der Ernährung. Hierbei beleuchtet sie soziologische Theorien der Macht, Unterdrückung und Befreiung, um ein tieferes Verständnis für den freiwilligen Verzicht von VegetarierInnen zu schaffen. Für eine soziologische Erklärung des modernen Vegetarismus zieht sie zudem Konzepte von Elias und Giddens heran.

Sabine Weick (2013), die bereits im Kapitel 2.3. angeführt wurde, führte qualitative essbiografische Fallstudien mit vier jungen Männern durch. Ihre Studie ist ein Erklärungsversuch, wie junge Männer zu Veganern werden. Für dieses Vorhaben erarbeitet sie ein biografisches Modell und analysiert biografische Wege zum Veganismus unter den ähnlichen Voraussetzungen von Geschlecht, Alter sowie kulturellem und historischem Hintergrund. Laut Weick ist eine Kombination von Mikro-, Makro- und Mesostrukturen für eine vegane Lebensweise förderlich (ebd.: 7). Ferner gelangt sie zu dem Ergebnis, dass die individuelle Lebenslage, die Ressourcenausstattung und die Persönlichkeit von wesentlicher Bedeutung für die Entscheidung sind (ebd.: 111). Eine mit dem Veganismus einhergehende Abkehr von Traditionen verlange nach einer gewissen Motivation, Konsequenz, Unabhängigkeit sowie Selbstständigkeit (ebd.: 62). Zudem müsse Veganismus mit der persönlichen Werthaltung und der alltäglichen Lebensführung (siehe Kapitel 4.4.) vereinbar sein (ebd.: 61). Weick stellt somit trotz individueller Unterschiede strukturelle Ähnlichkeiten bei den Personen fest (ebd.: 103f). So konnte sie eine Übereinstimmung dahingehend feststellen, dass die Interviewpartner die Offenheit für Neues, die Gewissenhaftigkeit, eine Lebenslage mit großer Unabhängigkeit sowie die Möglichkeit zur Konsequenz im Konsumverhalten miteinander teilen (ebd.: 111). Trotzdem unterscheidet Weick „intrinsisch" motivierte, emotionale Veganer und „extrovertierte", rational denkende Veganer (ebd.: 104). Während emotionale Veganer „weniger abhängig von äußeren Reizen und Erlebnissen in ihren Entscheidungen zu sein scheinen" wären rationale Veganer „eher von ihrer Umwelt und deren Anregungen stimuliert" (ebd.: 104). Förderliche Rahmenbedingungen würden jedoch bei beiden Typen[32] einen fruchtbaren Boden darstellen (ebd.: 104).
Bestimmte „auslösende Situationen" würden im Idealfall zuerst zu einer Änderung der Werthaltungen und zu stärkerer Reflexion führen, bis jedoch tatsächlich eine

[32] In einer schwedischen Studie wurden hingegen drei Typen von VeganerInnen identifiziert: konforme, organisierte und individualistische VeganerInnen (vgl. Larsson et al. 2003).

Handlungsänderung eintritt, könne wiederum einige Zeit vergehen (ebd.: 105). Weick sieht Lernen als Entscheidungsgrundlage und meint, dass bestimmte Charakterzüge „die Basis für den Ausbruch aus alten Denkpfaden“ darstellen (ebd.: 105). Sie konstatiert, dass die geistige Auseinandersetzung mit der Weltanschauung dem tatsächlichen Handeln und einer entsprechenden praktischen Umsetzung vorausgehe (ebd.: 105). Weick bezeichnet diese „gedanklichen Auslöser“ als „selbst provoziert“ wenn die Personen zuvor schon vegetarisch gelebt haben, „da sich die bewusste Auseinandersetzung mit der Thematik allein schon über die vegetarische Ernährung aufdrängt“ (ebd.: 107). Den Entscheidungs- und Umsetzungsprozess zum Veganismus sieht sie infolge ihrer Untersuchung als „uneinheitlicher als zuerst angenommen“ (ebd.: 107). Sie kommt zu dem Schluss, dass es sich in den meisten Fällen um „längere Prozesse des Umdenkens, deren Konsequenz im Handeln erst unter den für die Person jeweils günstigen Umständen zum Tragen kommt“ handelt (ebd.: 107). Insgesamt betrachtet Weick ihr biografisches Modell *Become Vegan* – das sie an McDonald (2000) anlehnt – als dynamisches „Zusammenspiel von Ressourcen, Lebenslage und Eigenschaften“ (Weick 2013: 107) und begreift das Vegan-Werden als „dynamischer Prozess, der immer auch Rückkopplungen zur traditionellen Weltanschauung aufweist und aktive Persönlichkeitsmerkmale zur Aufrechterhaltung dieser Ernährungsweise benötigt“ (Weick 2013: 63).

Elisabeth Ammer (2012) verweist ebenfalls auf die aktive Komponente des Veganismus, denn sie untersucht unter anderem die Rolle von Wissenstransfer in Bezug auf Veganismus und stellt fest:

> „Durch Wissenstransfer werden im Wesentlichen innerhalb der informierten Fraktionen der Gesellschaft neue Konzepte der Lebensführung vorangetrieben. Aktuelle Zustände (z.B. in der Massentierhaltung und der Ressourcenverwendung) sowie Prognosen zu Entwicklungen und Auswirkungen westlicher Konsumnormen bilden zunehmend ein Verhaltenskorrektiv, das sich in seiner Legitimation zum Beispiel auf die Lebensbedingungen kommender Genrerationen und auf die heutige „Nutzung“ von Tieren und Land beruft“ (ebd.: 183).

Veganismus geht demzufolge mit aktiven Informationsprozessen, ausgehend von einem grundsätzlichen Interesse für aktuelle Entwicklungen einher (ebd.: 183). Ammer behauptet des Weiteren: „Im Veganismus konstituieren das Sein und Bewusstsein kein hierarchisches Verhältnis, sondern die Lebenspraxis und Wahrnehmung stehen in einer wechselseitigen Beziehung zueinander“ (ebd.: 183).

Wolf Dieter Becvar und Nedeljko Radojicic (2008) kommen in ihrem „kultursoziologischem Portfolio der veganen Community“ zu dem Schluss, dass Veganismus „Möglichkeiten der individuellen Auslegung und Lebensweise“ besitzt und daher sehr „interpretativ“ und „facettenreich“ ist (ebd.: 174). Das Internet bezeichnen sie in diesem Kontext als

„wahrscheinlich wichtigstes Kommunikationsmedium der veganen Community hinsichtlich der Vernetzung der Mitglieder untereinander“ (ebd.: 175).

Mit der unterschiedlichen Vernetztheit von VeganerInnen beschäftigt sich Elizabeth Cherry (2006). Sie begreift Veganismus als kulturelle Bewegung und argumentiert, dass unterstützende soziale Netzwerke mehr zur Partizipation in der veganen Bewegung und zur Aufrechterhaltung veganer Praktiken beitragen als persönliche Motivation oder eine kollektive vegane Identität (ebd.: 155). Sie unterscheidet zwischen organisierten und unorganisierten PartizipantInnen des Veganismus und analysiert mithilfe ethnographischer Interviews die sozialen Netzwerke von VeganerInnen in der Punk-Subkultur und VeganerInnen, die nicht dieser Subkultur angehören, hinsichtlich Unterschiede in Definition und Praxis des Veganismus. Dabei stellte sie fest, dass Punk-VeganerInnen den Veganismus strikter vollziehen (ebd.: 168). Diesen Umstand führt sie auf die Unterstützung des sozialen Netzwerks bzw. auf die Einschränkung durch dominante kulturelle Diskurse gegen Veganismus zurück und betont dadurch die Bedeutung von Unterstützung aus Kultur und sozialen Netzwerken (ebd.: 168). Durch diese Hinweise auf mehr oder weniger unterstützende soziale Netzwerke von VeganerInnen versucht sie, die abweichenden Definitionen und Praktiken des Veganismus zu erklären (ebd.: 164f). Für das wissenschaftliche Verständnis sozialer Bewegungen, die einen kulturellen Wandel anstreben, sei deshalb die Untersuchung informeller Prozesse unumgänglich (ebd.: 168). Cherry appelliert: „Since the success of the vegan movement is predicated on maintaining lifestyle changes in practice and not just in identity, sociologists need to study the relational mechanisms that help sustain vegan practices” (ebd.: 167).

Die deutsche Pädagogin Angela Grube (2009) definiert Veganismus hingegen als Lebensstil und konstatiert, dass dieser mit Identitätsbildung einhergeht, die oftmals schon in der Kindheit einsetzt. Sie erforschte im Rahmen einer sozialwissenschaftlichen qualitativen/quantitativen Studie vegane Lebensstile und diagnostizierte dabei eine Vielzahl an Beweggründen. Im Zuge der Arbeit geht sie auf die gesellschaftlichen und pädagogischen Auswirkungen einer veganen Lebensweise ein und kritisiert das geringe Interesse der Sozialwissenschaften an dem Thema trotz der steigenden Anzahl von VeganerInnen. In ihrer Studie behandelt sie neben den „üblichen“ Punkten zu der Thematik unter anderem auch die für die vorliegende Arbeit relevanten Gesichtspunkte[33] (bspw. die Entscheidung, die Umstellung, die Rolle des sozialen Umfelds, die subjektive Definition des Veganismus): „Entscheidungsgründe und Beginn des veganen Lebensstils“, „Definition des veganen

[33] Die Studie von Grube wurde in Deutschland durchgeführt, während sich die vorliegende Forschung auf Österreich bezieht.

Lebensstils“, „Reaktionen des sozialen Umfelds auf den veganen Lebensstil“ sowie „Schwierigkeiten bei der Umstellung zum veganen Lebensstil“.

Die Ergebnisse einer Studie von Marjaana Lindeman (2001) deuten wiederum darauf hin, dass die Wahl der Lebensmittel zunehmend zu einem Bereich forciert, in dem die persönliche Lebensphilosophie zum Ausdruck gebracht wird. Die alltägliche Nahrungsauswahl ist demnach von verschiedenen Motiven geleitet und unterliegt oftmals Ideologien. Beispielsweise werden, so Lindeman, dadurch humanistische oder normative Weltsichten deutlich, denn diese manifestieren sich in unterschiedlichen Ernährungskonzepten und stellen somit moderne Erscheinungen von Ideologien dar.

Manuela Gruber (2012) richtet die Aufmerksamkeit auf den Zusammenhang allgemeiner Entwicklungen und individueller Entscheidungen. Sie beschreibt ihre Abhandlung „Ernährungsverhalten im Wandel - die Zukunft is(s)t vegetarisch“ wie folgt: „Die Arbeit […] zeigt, inwieweit sich die vegetarische Ernährungsweise in einer fleischdominierten Esskultur durchsetzen und in der Zukunft sogar die gesellschaftliche Mitte erreichen kann“ (ebd.: 1). Gruber spricht im Zusammenhang mit Vegetarismus von einem „Zukunftstrend“ sowie einem „Zeitgeist-Thema“ und führt zugleich zahlreiche Belege[34] für diese Entwicklung an. Sie meint, „vor allem jungen Menschen werden nicht nur medial, sondern auch von Prominenten aus Sport, Kunst, Musik und der Unterhaltungsbranche für eine vegetarische Ernährungsweise motiviert.“ (ebd.: 3). Die Umgestaltung der mehr oder weniger individuellen Ernährungsweise vollzieht sich, wie sie zeigt, im Rahmen eines gesellschaftlichen Wandels – hier wird die in der Soziologie zentrale Verflechtung von Individuum und Gesellschaft deutlich. So argumentiert Gruber bezugnehmend auf Brunner (2008):

> „Dass unser Ernährungsalltag nicht nur sehr komplex geworden ist sondern auch einem gesellschaftlichen Wandel unterliegt, zeigen gesellschaftliche Entwicklungen wie beispielsweise die steigende Erwerbsbeteiligung und die Flexibilisierung der Arbeitsmuster, der Wandel der Geschlechterbeziehungen und Werteinstellungen oder die Individualisierung und die strukturelle Entwicklung auf Produktions- und Marktseite (Stichworte: industrielle Massenproduktion, Globalisierung, Lebensmittelskandale, mediale Ernährungsdiskurse, usw.). Wandlungsprozesse sind beispielsweise die starke Individualisierung, wo Menschen aufgrund der sich laufend verändernden Lebenslagen und -verläufen vermehrt mit Umbrüchen im Lebenslauf konfrontiert sind (z.B. Scheidungen, Auszeiten oder Umzüge durch

[34] Gruber (2012) erläutert Beispiele für diese Entwicklung: „Fastfood-Restaurants bieten Gemüse-Burger an und in den Regalen der Supermärkte werden verstärkt vegetarische Produkte nicht nur angeboten, sondern auch entsprechend gekennzeichnet, wenn sie ohne tierische Zusätze sind. Die belgische Stadt Gent hat den vegetarischen Donnerstag eingeführt, Kantinen bieten einmal pro Woche ausschließlich fleischlose Gerichte an. In Berlin hat die erste vegetarische Uni-Mensa eröffnet, vegetarische Kochbücher erreichen Spitzenauflagen. In den Großstädten bieten immer mehr vegetarische Restaurants abwechslungsreiche und raffinierte Gerichte an, die auch Nicht-Vegetarier überzeugen.“ (ebd.: 3).

> gestiegene Mobilitätserfordernisse, Phasen der Arbeitslosigkeit usw.). Das bedeutet für jeden Einzelnen mehr Handlungsspielraum und somit aber auch einen Verlust an Sicherheit und Stabilität im Leben“ (Gruber 2012: 2).

Die Aspekte Sicherheit und Kontrolle werden auch von Nick Fiddes im Kontext des Fleischkonsums thematisiert, der die Tendenz, weniger oder gar kein Fleisch zu konsumieren als „Suche nach Kontrolle in einer bedrohlichen Umwelt“ (Fiddes 1993: 224) begreift. Laut Gruber kann die Revidierung der Essgewohnheiten „zur Wiedergewinnung der persönlichen Verantwortung für Gesundheit, Umwelt und Tiere interpretiert werden“ (Gruber 2012: 3), denn, „insgesamt verstärkt sich der Widerstand gegen die Industrialisierung des Alltagslebens und folglich der Ernährung, und ein Teil dieses Vorgangs sind veränderte Einstellungen gegenüber Fleisch.“ (Gruber 2012: 3f).

Karl-Michael Brunner (2006) thematisiert ebenfalls den Faktor „Verunsicherung“ als Auslöser für Ernährungsumstellungen. Der Wirtschaftssoziologe argumentiert, dass Umbrüche im Leben dazu führen können, dass bisherige Routinen und somit auch habitualisierte Ernährungspraktiken überdacht werden, was in weiterer Folge eine Neubewertung der selbigen sowie bestimmter Lebensmittel und eine veränderte Nachfrage nach sich ziehen kann.

Während bei Gruber von einem „Zukunftstrend“ gesprochen wird, ist bei Rützler und Reiter (2010) von einer vegetabilen „Revolution“ die Rede: „Und tatsächlich scheint neben dem kulinarischen Momentum vor allem die emanzipatorische Bewegung der Frauen die vegetabile Revolution zu befördern, denn Fleisch ist Männersache – die Zukunft der Ernährung wird somit weiblich sein.“ (ebd.: 84).

Einen neuen Blickwinkel bringt Bernd-Udo Rinas (2012) ein, indem er einen Zusammenhang zwischen Postmoderne, Anarchismus und Veganismus konstruiert und Veganismus als Perspektive des und für den Anarchismus skizziert. Er geht davon aus, dass anarchistische Inhalte in der Gegenwart kaum noch Bedeutung haben, möchte jedoch aufzeigen, „welches Potential der Anarchismus heute besitzt, mit dem eine neue gesellschaftliche Gestaltungskraft der herrschenden Politik entgegensetzt werden kann“ (Rinas 2012: 15). Rinas sieht dieses Potential in einem politikwissenschaftlichen Ansatz des Veganismus (ebd.: 15). Laut dieser Argumentation ist Veganismus weitaus mehr als eine kleine unbedeutende Subkultur. Der Autor betont zudem den besonderen Stellenwert der Mikroebene – der handelnden Individuen – und demonstriert dies am Beispiel der VeganerInnen (ebd.: 16). Aufgrund der Kritik des Veganismus am Anthropozentrismus[35], worauf der Anarchismus beruht, wird ein Paradigmenwechsel hin zu einem nicht-anthropozentrischen Anarchismus notwendig (ebd.: 18).

[35] In einer anthropozentrischen Weltanschauung steht der Mensch im Mittelpunkt.

Für einen Paradigmenwechsel plädiert auch Bernhard H.F. Taureck (2015) in seinem *Manifest des Veganen Humanismus* wenn er darauf verweist, dass der klassische Humanismus bisher Tiere ausklammerte. Er erläutert darin die mögliche Überwindung des bisherigen Humanismus und weicht im Zuge dessen von der gewöhnlichen Tierrechtsethik ab, wobei er jene Tierrechte ablehnt „die auf eine Fortsetzung unseres Imperiums über die Tiere hinauslaufen" (Taureck 2015: 12). Dieses Umdenken erachtet er als notwendig für die Hinwendung zum Veganismus in der Gesellschaft und meint, „das Wissen von einem milliardenfachen Töten als Ernährungs- und Profitgrundlage hat sich erfolgreich in unserem Bewusstsein eingenistet" (ebd.: 119). Taureck sieht im Ende der Tiernutzung eine notwendige Form der Gerechtigkeit und einen „gewaltlosen Abschied von der Nachfrage nach Gewaltprodukten" (ebd.: 119).

Aus der Literatur geht insgesamt hervor, dass der Weg zum Veganismus meist einen länger andauernden, komplexen Entwicklungsprozess darstellt, der durch verschiedene Zugänge sowie durch unterschiedliche Ausprägungen gekennzeichnet ist (vgl. Clements 2008; Leitzmann/Keller 2010; Weick 2013). Weick präzisiert: „Der Veganismus kann eine Ernährungsweise, eine Lebensweise und eine Weltanschauung darstellen, er kann offen kommuniziert und propagiert oder als persönliche Entscheidung für sich selbst ausgeübt werden." (ebd.: 5)
Veganismus wird in den soeben vorgestellten Publikationen unterschiedlich konzipiert, beispielsweise als soziale/kulturelle Bewegung (Cherry 2006), als Lebensstil (Grube 2009), als Revolution (Rützler/Reiter 2010) oder als Ideologie (Lindeman 2001), wobei diese unterschiedlichen Definitionen in der Literatur wiederum von Ruby (2012) betont werden.
Es fällt zudem auf, dass die soziologische Literatur Veganismus entweder als allgemeines und häufig einheitliches Phänomen betrachtet – dabei gibt es, wie bereits erwähnt, große Unterschiede in der Auslegung und Umsetzung – oder diesen im Rahmen von Lebensstilkonzepten behandelt.
Folglich sehe ich hier eine entscheidende Leerstelle, denn Veganismus wird oftmals, bis auf einige Ausnahmen, nur anhand der ursprünglichen Motive erforscht und als punktuelles Ereignis dargestellt. Forschung darüber, wie Veganismus im Alltag praktiziert, erlebt und gelebt wird und wie es nach dieser folgenreichen Entscheidung weitergeht, die sich schließlich durch sämtliche Alltags- und Lebensbereiche zieht wäre deshalb ein entscheidender Beitrag zu Erweiterung der wissenschaftlichen Erkenntnisse über diesen Forschungsgegenstand. Infolgedessen wird in dieser Arbeit der gesamte Entscheidungsprozess sowie der „gelebte" Veganismus näher analysiert und reflektiert was aus sozialwissenschaftlicher und qualitativer Sicht bisher nur ungenügend bearbeitet wurde.

Die Hinweise in der Literatur geben zudem Anlass dazu, die Rolle des sozialen Umfelds und der sozialen Medien genauer zu ermitteln. Auch Persönlichkeitszüge, mögliche Schlüsselerlebnisse und Hinweise auf die Sozialisation sollten in diesem Zusammenhang ergründet werden.

4. Definition und soziologische Begriffsklärung

In diesem Abschnitt soll nun eine geeignete (soziologische) Definition für Veganismus gefunden werden, um Klarheit zu schaffen. Das Phänomen Veganismus wird, wie im vorigen Kapitel gezeigt wurde, in der Literatur, im Alltag und in den Medien grundverschieden betitelt, beispielsweise als Lebensstil, Lifestyle, Ernährungsrevolution, soziale Bewegung, Ideologie, Dogma, Religionsersatz, Sekte, Szene und vieles mehr. Nachdem die Bedeutung alternativer Ernährungsformen vorgestellt und Veganismus im Speziellen definiert wurde, erfolgen eine Auseinandersetzung mit soziologischen Konzepten und ein Versuch, Veganismus dahingehend einzuordnen.

4.1. Alternative Ernährungsformen

"*Tell me what you eat, and I will tell you what you are*" (Brillat-Savarin 1994).

Leitzmann (et al. 2005) konstatieren, dass sich alternative Ernährungsformen „immer größerer Beliebtheit" erfreuen, wobei der Vegetarismus die „quantitativ bedeutendste Alternative Ernährungsform" darstelle (ebd.: 1). Im Gegensatz zu früher, wo „Menschen, die sich ‚alternativ' ernähren [...] noch als ‚Spinner' oder ‚ideologische Weltverbesserer' abgetan" (ebd.: 1) wurden, hätte sich das heute gewandelt und wäre gesellschaftlich akzeptiert. Dies begründen die Autoren damit, dass sich einerseits zahlreiche prominente Personen wie Sportler, Künstler und Politiker fleischlos ernähren, andererseits ernährungswissenschaftliche Untersuchungen die Vorteile dieser alternativen Ernährungsform belegen (ebd.: 1). An dieser Stelle ist allerdings hervorzuheben, dass von einer lakto-(ovo-)vegetarischen Ernährung die Rede ist. Es stellt sich dementsprechend die Frage nach der Akzeptanz einer rein *veganen* – also pflanzlichen – Ernährung.

Die Autoren weisen darauf hin, dass alternative Ernährungsformen von Reduktionsdiäten und Ernährungskuren abzugrenzen sind, welche nur für einen begrenzten Zeitraum praktiziert werden und meist eine Gewichtsreduzierung, Darmsanierung oder andere spezielle Wirkungen zum Ziel haben (ebd.: 1). Sie definieren alternative Ernährungsformen als „langfristig praktizierbare Kostformen, die von der heute bei uns üblichen Ernährungsweise teilweise grundsätzlich abweichen" (ebd.: 1).

Vegetarismus wird „als Weltanschauung verstanden und gelebt" (ebd.: 13). Vor diesem Hintergrund ist jedoch zu erwähnen, dass der Vegetarismus keine homogene Ernährungsform darstellt, sondern unterschiedliche Ausprägungen besitzt und „in der Praxis

unabhängig von den jeweils zugrunde liegenden Motiven“ (ebd.: 16) existiert. Die Unterschiede manifestieren sich in der unterschiedlichen Lebensmittelauswahl, in den Beweggründen und Zielen (ebd.: 16).

4.2. Definition von Veganismus

> „*Veganismus ist nicht nur die Frage einer gesunden Ernährung, sondern auch die Suche nach einer anderen Lebensweise und einer besseren Welt*“ (Rinas 2012: 54).

Veganismus ist eine Form des Vegetarismus, weshalb zuerst auf den Vegetarismus näher eingegangen wird. Der Begriff „Vegetarismus“ sowie „vegetarisch“ und „Vegetarier“ sind auf die lateinische Bezeichnung „vegetare“ (= beleben) zurückzuführen (vgl. Leitzmann/Keller: 2010: 18). *Pythagoras*[36] gilt als Begründer des klassischen, ethischen Vegetarismus, bei dem pflanzliche Lebensmittel und lediglich Produkte tierlichen Ursprungs von lebenden Tieren (Milch, Eier, Honig) verzehrt werden (ebd.: 38ff). Vegetarismus steht demzufolge für „eine ‚lebende‘ Form des Seins und der Ernährung“ und symbolisiert darüber hinaus oftmals „weltanschauliche bzw. philosophische Gesichtspunkte“ (ebd.: 18).

VeganerInnen sind hingegen strikte VegetarierInnen da sie den Verzehr sämtlicher Nahrungsmittel sowie Gebrauchsgegenstände ablehnen, die vom Tier stammen und verzehren somit ausschließlich pflanzliche Kost (ebd: 20). Kath Clements (2008) definiert VeganerInnen folgendermaßen: „Jene Menschen, die die Verwendung tierlicher Produkte in ihrer Ernährung sowie zur Bekleidung und zur Herstellung aller anderen Gebrauchsgüter ablehnen“ (ebd.: 11). Vegan bedeutet folglich, einen Schritt weiter zu gehen:

> „Veganismus ist die Folge einer konsequenten und beharrlichen Auseinandersetzung mit Menschenrechten und den Rechten der Tiere, mit Umweltschutz und den Ernährungsproblemen in der Welt“ (Clements 2008: 12).

Grundsätzlich und konsumorientiert definiert sich Veganismus also dadurch, dass Produkte mit tierlichen Aspekten im Produktionsprozess abgelehnt werden. Obwohl dabei die Ernährung im Vordergrund steht, bedeutet vegan zu leben für die meisten AnhängerInnen weitaus mehr als lediglich darauf zu achten, nur rein pflanzliche Lebensmittel zu konsumieren – Veganismus ist vielmehr eine umfassende Lebenseinstellung (vgl. Leitzmann 2001: 14).

Neben der Ernährung werden deshalb alle Lebensbereiche in den Veganismus mit einbezogen und so gestaltet, dass sie „so wenig wie möglich zum Nachteil von Tieren beitragen“ (Schwarz 2010: 170). Ziel besteht schließlich darin, „Tieren ein Recht auf körperliche und psychische Unversehrtheit sowie Freiheit und Würde zuzugestehen“ (ebd.: 170), weshalb sämtliche Tierprodukte abgelehnt werden – dazu zählen Fleisch, Fisch, Eier,

[36] Der Philosoph Pythagoras lebte bereits im antiken Griechenland aus ethischen und religiösen Gründen vegetarisch – die vegetarische Ernährung wurde deshalb lange Zeit als *pythagoreisch* bezeichnet (vgl. Chimaira 2011: 11).

Milchprodukte, Honig, Gelatine, Aromen und Zusatzstoffe tierlicher Herkunft, Leder, Pelz, Seide, Federn, Wolle sowie Kosmetik- und Hygieneartikel die in Tierversuchen getestet wurden (ebd.: 170). Zudem werden prinzipiell alle weiteren Formen der Tierausbeutung verweigert, bei denen Tiere für menschliche Aktivitäten „benutzt" und „missbraucht" werden (ebd.: 170). Tierversuche, Zoos, Zirkusbetriebe, Jagd, Tierkämpfe und Tierrennen werden daher von vielen VeganerInnen gemieden und verurteilt. Viele kulturelle Feste, Bräuche, Unterhaltungsindustrien und sportliche Aktivitäten kommen für VeganerInnen infolgedessen nicht infrage. Stattdessen wird versucht, tierfreie Alternativen zu entwickeln, forcieren und etablieren (ebd.: 170). Diese Lebensführung wird demnach durch Respekt vor dem Leben und dem Recht der Tiere auf ein selbstbestimmtes Leben in Freiheit begründet.

Aus diesen Ausführungen geht bereits hervor, dass die Entscheidung und Umsetzung einer veganen Lebensweise aus einem längeren Prozess resultiert, in dem man sich, laut Clements, mit den erwähnten Themen auseinandergesetzt hat. Diese doch sehr großen und bedeutsamen Inhalte sind eben keine „leichte Kost" die man schnell behandeln kann. Zudem sind in der vorliegenden Definition bereits vier für den Veganismus wichtige Aspekte enthalten, die eine vegane Lebensführung bedingen können. So stellt sich nun einerseits die Frage, wie es zu dieser Auseinandersetzung kommt und welche Konsequenzen die Beschäftigung mit dem jeweiligen Gegenstand für das alltägliche Leben eines Individuums nach sich zieht.

4.3. Soziologische Begriffsfindung

In diesem Kapitel soll nun ein adäquater soziologischer Begriff für das Konzept des Veganismus identifiziert werden. Bevor dies geschieht, soll nochmals das Ziel vor Augen geführt werden. Da Veganismus bisher ein Randthema in der soziologischen Forschung darstellte und infolgedessen wenig Wissen darüber generiert wurde, wollte ich eher explorativ vorgehen, verstehend nachvollziehen[37] und am Alltag der InterviewpartnerInnen ansetzen. Deshalb stellte sich die Frage, ob es sich bei dem sozialen Phänomen Veganismus in Hinblick auf soziologische Kernkonzepte um einen Lebensstil, eine Lebensform, eine Lebensweise, eine Lebensführung, einen Trend, einen sozialen Wandel, eine soziale Bewegung, eine Ideologie, eine Lebensphilosophie, ein Dogma oder etwas anderes handelt. Einige dieser Begriffe sind wertend oder normativ, weshalb vorsichtig bei der Einordnung vorgegangen werden muss. Zudem besteht die Annahme, dass Veganismus subjektiv gedeutet und gelebt wird, was wiederum bedeutet, dass er vielleicht für eine Person einen modernen Lebensstil darstellen kann, für eine andere Person dagegen eher eine Philosophie. Dennoch wurde hinsichtlich der Frage nach dem Alltagshandeln von neuen VeganerInnen

[37] vgl. Verstehende Soziologie

versucht, einen angebrachten soziologischen Terminus und damit ein tragendes Konzept für die vorliegende Arbeit zu finden.

Lebensstil

In vielen Arbeiten zu dem Thema Veganismus wird der Begriff *Lebensstil* bzw. *lifestyle* herangezogen (vgl. Ammer 2012; Becvar, Wolf Dieter/Radojicic, Nedeljko 2008; Cherry 2015; Dyett et al. 2013; Grube 2009; Schleinzer 2012), weshalb zuerst die soziologische Auffassung von Lebensstilen in den Blick genommen wird.

Lebensstil wird als „typische Regelmäßigkeiten in der Gestaltung des Alltags" (Korte/Schäfers 2008: 230) oder als „Gesamtzusammenhang des Verhaltens, das ein Einzelner regelmäßig praktiziert" (Kopp/Schäfers 2010: 163) definiert. Im *Lexikon zur Soziologie* wird die Definition von Lebensstil als „Inszenierung des eigenen Lebens in den Augen der Umwelt" (Fuchs-Heinritz et al. 2007: 389) angeboten. Dabei wird auf Georg Simmel und Pierre Bourdieu verwiesen die das Konzept in der Soziologie nachhaltig prägten. Laut Simmel, der den Begriff einführte, bietet der Lebensstil die Möglichkeit, sich hinter diesem zu „verstecken", wobei andere genau daran das Persönliche festmachen (ebd.: 389). Die Übernahme eines Lebensstils ist die Folge eines gesellschaftlichen „Angebots" aus dem sich Individuen entsprechend ihrer Weltanschauung einen Lebensstil auswählen (ebd.: 389). Simmel sieht einen Zusammenhang zwischen dem Geldwesen, dem Rechtswesen und der Bedeutsamkeit von Lebensstilen in der modernen Gesellschaft (ebd.: 389). Da in diesen Disziplinen der Moderne die Individualität verloren geht, würden sich die Menschen stärker danach sehnen und ihre Eigenheit betonen (ebd.: 389).
Bedeutsam ist ferner Bourdieus Theorie sozialer Ungleichheit, die besagt, dass der Lebensstil aufgrund einer bestimmen Klasse und dessen spezifischen Habitus zustande kommt und mit charakteristischen kulturellen Praktiken einhergeht (ebd.: 389). Dies schlägt sich in Praktiken des Essens, des Kleidungsstils, der Wohnungseinrichtung, der Lektüre und ähnlichem nieder (ebd.: 389). Sinn und Zweck des Lebensstils ist in diesem Kontext soziale Abgrenzung (ebd.: 389). Bourdieu versteht Lebensstile somit als „Ausdrucksform sozialer Ungleichheit" (Korte/Schäfers 2008: 196). Die Zugehörigkeit zu einer herrschenden Klasse, die sich am „Habitus" zu erkennen gibt, wird Bourdieu zufolge vererbt und kann nicht durch Geld oder Anstrengung erreicht werden (ebd.: 196f).
Ein wichtiger Aspekt von Lebensstilen ist demnach die Funktion zur „(sub-)kulturellen Einbindung und eine Form der Selbstpräsentation des Individuums, die Zugehörigkeit zu einem bestimmten sozialen Milieu demonstrierend" (Fuchs-Heinritz et al. 2007: 389). Die Anwendung in der kultursoziologischen Zeitdiagnose steht Simmels These vom Wunsch nach Individualität gewissermaßen entgegen.
Es kann zudem festgehalten werden, dass der Begriff Lebensstil in der Soziologie in engem Zusammenhang mit sozialer Ungleichheit gesehen wird. In der aktuellen Ungleichheitsforschung besteht jedoch eine Entkoppelungsthese – es wird postuliert, dass

sich infolge der Modernisierungsprozesse die jeweilige Zugehörigkeit vom Lebensstil entkoppelt (vgl. Korte/Schäfers 2008: 205). Gesellschaft wird dabei als sozialer Raum verstanden, in dem verschiedene soziale Milieus existieren, wobei eine gemeinsame Wertorientierung ausschlaggebend ist (ebd. 205).
Nachdem jedoch aus der Literatur hervorgeht, dass die Motive und Gestaltung einer veganen Lebensweise sehr unterschiedlich sein können, wird der Begriff Lebensstil als eher ungeeignet erachtet. So kann ein karriereorientierter, alleinstehender Mann mittleren Alters ebenso vegan sein wie eine junge Mutter, ein Hochleistungssportler der sich nur aufgrund der sportlichen Leistung vegan ernährt oder eine Studentin, die sich jeden Tag aktiv für Tierrechte einsetzt. Diese fiktiven Personen leben zwar alle vegan, haben aber ansonsten wenig gemeinsam und gestalten auch ihre vegane Lebensweise vermutlich ganz unterschiedlich.

Lebensführung

Unter *Lebensführung* findet man im *Lexikon zur Soziologie* folgende Beschreibung: „allgemein die Formung des eigenen Lebens im Hinblick auf Ziele, normative Werte, religiöse Überzeugungen usw., wie sie sich auch in alltäglichen Handlungen kundtut“ (Fuchs-Heinritz et al. 2007: 387). Die Bezeichnung geht auf Max Weber zurück, der in seinen Arbeiten die Termini *Lebensführung* und *Lebensstil* voneinander abgrenzte. Weber versteht unter Lebensführung die Gesamtheit des Verhaltens, die sich in alltägliche Ausdrucken zeigt und von einer Gruppe geteilt wird, sozusagen eine gemeinsame Lebens- und Weltauffassung (ebd.: 387). Er untersuchte diese „Prägungen der Lebensführung“ in unterschiedlichen Bereichen.

Der Begriff *Lebensführung* ist in der Soziologie viel weniger bekannt als das Konzept *Lebensstil*, obwohl eine lange Tradition zu verzeichnen ist (vgl. Andorka 2001: 415). Im deutschen Fachjargon wird eher der Begriff *Lebensstil* verwendet, der eine Nähe zu den Begriffen *Lebenswelt* und *soziales Milieu* aufweist (ebd.: 415).

Alltag

Alltag ist definiert als „der Handlungsbereich, in dem die fundamentalen sozialen Orientierungen ausgebildet werden“ (Fuchs-Heinritz et al. 2007: 28) und ist gekennzeichnet durch Intersubjektivität (ebd.: 28). Ein wesentliches Anliegen der Soziologie besteht darin, die Strukturen des Alltagshandelns zu rekonstruieren und die von den Individuen fraglos übernommene Wirklichkeit zu hinterfragen (ebd.: 28).

Verbindet man nun die beiden soeben definierten Begriffe *Alltag* und *Lebensführung*, ergibt sich daraus *alltägliche Lebensführung*, was wiederum auf einen eigenen, in der Soziologie abgegrenzten Begriff und Forschungsbereich referiert. Dieser soll nun skizziert werden, da er einen wesentlichen Ausgangspunkt für diese Arbeit darstellt und als mögliche soziologische Definition und Einordnung von Veganismus herangezogen wird.

4.4. Alltägliche Lebensführung

Es wurde für das Vorhaben bewusst der Begriff *alltägliche Lebensführung*[38] gewählt, da aufgrund der Literatur davon ausgegangen wird, dass es verschiedene Formen veganer Lebensführung gibt und nicht den *einen* typischen veganen Lebensstil[39]. Im Vordergrund steht demnach eine Exploration der Zugänge und Verkehrsformen dieser Art von Lebensführung.

Die Bezeichnung *Lebensführung* von Max Weber wurde um die Aspekte *Alltag* und *Praxis* erweitert, woraus sich *alltägliche praktische Lebensführung* ergibt (vgl. Voß 1991: 11). Der dabei zentrale Aspekt der Eigenlogik meint „eine konstruktive eigenlogische Hervorbringungen von Subjekten, die in wichtigen Aspekten "rational" gesteuert wird" (Voß 1991: 11f).

Die Konzeption der *alltäglichen Lebensführung* steht in wesentlichen Punkten in phänomenologischer Tradition da sich das Interesse auf das alltägliche Leben richtet (vgl. Voß 1991: 114). Dabei nimmt das Konzept die Breite bzw. Synchronie des Alltags in den Blick (vgl. Diezinger 2008: 221). Das bedeutet, diese Perspektive bildet das Gegenteil und somit eine Ergänzung zur Lebenslauf- und Biographieforschung (ebd.: 221). Grundgedanke ist, dass der „Alltag" sowie die „Lebensführung" von Individuen konstruiert wird, gleichzeitig aber soziale Bedingungen den Rahmen darstellen (vgl. Voß 1991). Im Zentrum steht dabei die „Eigenlogik alltäglichen Handelns" (Diezinger 2008: 221) und es geht um „das Arrangement bzw. den Zusammenhang der unterschiedlichen praktischen Tätigkeiten, die eine Person tagtäglich in den verschiedenen Lebensbereichen ausübt" (ebd.: 221). Im Zentrum steht dabei die Frage nach dem *wie*, also wie Individuen die verschiedenen Bereiche in ihrem Alltag in jeder Hinsicht (zeitlich, räumlich, sinnhaft, sozial, sachlich) organisieren und koordinieren (ebd.: 221). Daraus geht die Annahme hervor, dass eine Person eine aktive Leistung erbringen muss und so in spezifischer Weise ihre Lebensbedingungen verarbeitet (ebd.: 221). Die jeweilige Lebensführung beruht zwar auf den Lebensumständen, wird aber nicht durch diese determiniert und besitzt die Funktion einer Entlastung, indem sie täglich zu treffende Entscheidungen mit einem Muster ablöst, welches sich auch ändern kann (ebd.: 221).

Diese Forschungsperspektive wird als „subjektorientiert" bezeichnet (vgl. Voß/Pongratz: 1997). Die "subjektorientierte Soziologie"[40] ist als eigene Forschungsperspektive anerkannt, sie untersucht das Verhältnis von Individuum und Gesellschaft – das klassische soziologische Problem – oder genauer, sie versucht die Wechselwirkungen zwischen dem Handeln und den Strukturen zu erfassen (vgl. Voß/Pongratz 1997: 7; Voß 1991: 7f). Dabei ist Offenheit ein

[38] Siehe Kapitel 4.3.

[39] Meine Recherche hat ergeben, dass es nicht den/die typische/n VeganerIn gibt, sondern verschiedene Ausprägungen. Siehe dazu Kapitel 3 und 6.

[40] Die „subjektorientierte Soziologie" als eigenständige sozialwissenschaftliche Forschungsperspektive hat ihren Ursprung in München wo in den siebziger Jahren erstmals der Begriff in Forschungsarbeiten auftauchte (vgl. Voß/Pongratz 1997: 7-13).

zentrales Kriterium, sowohl in Bezug auf die Themen, als auch in Bezug auf die Verfahren (vgl. Voß/Pongratz 1997: 7f).

Das Konzept der alltäglichen Lebensführung, das sich durch Individualität auszeichnet, steht in Verbindung mit der Moderne (vgl. Diezinger 2008: 221). Entwicklungen wie zunehmende Komplexität, Differenzierung, Reflexivität und Autonomie führen laut Voß zu neu entstehenden Formen von Lebensführungen, die es empirisch zu untersuchen gilt (ebd.: 363f). Systemtheoretisch kann danach gefragt werden „welche Strukturen und Funktionslogiken von Lebensführung funktionale Reaktionen darstellen würden" (Voß 1991: 364).

Dieses Konzept erscheint sehr passend in Bezug auf die vorliegende Thematik, denn es beinhaltet sowohl die Alltagskomponente, als auch die Subjektkomponente – beide Komponenten sind in der gewählten Forschungsfrage enthalten – und ist gekennzeichnet durch Offenheit.

Brunner (2000) schlägt für das Forschungsfeld der Soziologie der Ernährung und des Essens die Strukturierungstheorie von Giddens sowie Theorien, die eine Verbindung von Struktur- und Handlungselementen anstreben als geeigneten theoretischen Bezugspunkt vor (ebd.: 183). Dieser Anspruch wäre mit dem Konzept der alltäglichen Lebensführung erfüllt, denn darin wird argumentiert, dass es als Vermittlungsglied zwischen Individuum und Gesellschaft gesehen wird (vgl. Voß 1991: 382f). Wie später[41] gezeigt wird, deckt sich die Annahme, dass es sich bei der alltäglichen veganen Lebensführung um eine aktive Leistung handelt, mit dem Ansatz *Doing Vegetarianism* (vgl. Kwan/Neal: 2005).

5. Hintergründe und historische Ursprünge

In diesem Kapitel wird auf die Ursprünge und Hintergründe des heutigen Veganismus eingegangen und es werden relevante Institutionalisierungsprozesse beleuchtet.

Zwar existiert keine eindeutige Geschichtsschreibung der Veganer-Szene, jedoch gibt es historische Bezüge die weit zurückreichen (vgl. Schwarz 2010: 170). So gibt es Hinweise darauf, dass bestimmte Philosophien bzw. Philosophen[42] der griechischen Antike sowie religiöse Gruppen[43] Tierprodukte ablehnten und können deswegen als Vorläufer des heutigen Veganismus bezeichnet werden (ebd.: 170). Als weitere Vorläufer sind vegane Einstellungen innerhalb der Lebensreformbewegung[44] (Ende des 19. Jahrhunderts) und das nazoräische Urchristentum[45] zu nennen (ebd.: 170). Historische Gesichtspunkte sind in der veganen Szene jedoch, laut Schwarz, „kaum von Bedeutung", da der Fokus vielmehr auf gegenwärtigen veganen Veranstaltungen und Kampagnen liege (ebd.: 170f).

[41] Siehe Kapitel 8.3.
[42] Bspw. Pythagoras und Plato
[43] Bspw. die Jaina-Mönche
[44] Zum Beispiel Monte Veritá
[45] Carl A. Skriver (1903-1983) begründete den Orden der Nazoräer (vgl. Skriver 1960)

5.1. Wortursprung und die *Vegan Society*

Die Bezeichnung *vegetarisch* wurde erstmals in den späten 1830ern verwendet, der allgemeine Gebrauch dieses Wortes setzte jedoch erst mit der Gründung der *Vegetarian Society* im viktorianischen England ein (vgl. Yeh 2013: 299).
Leneman (1999) nimmt gezielt die Zeit von 1909 bis 1944 der Entwicklung des Veganismus in Großbritannien in den Blick.
Ein zentraler historischer Bezugspunkt ist die Gründung[46] der *Vegan Society*[47]. Die Bezeichnung *vegan* tauchte im November 1944 in Großbritannien[48] auf und ist auf die Vegan Society zurückzuführen die damals von Donald Watson (1910-2005) gegründet wurde (vgl. Schwarz 2010: 170). Der Begriff *vegan* entspringt dem englischen Wort *vegetarian* (vegetarisch) und ist eine Abkürzung (aus den ersten drei und den letzten zwei Buchstaben) desselbigen (ebd.: 170). Die Wortschöpfung *vegan* fungiert als begriffliche Abgrenzung von den Vegetariern, die den Konsum von einigen tierlichen Produkten wie Milch, Käse, Eiern, Leder usw. dulden (vgl. Schwarz 2010: 170).

Clements (2008) verweist auf Vorurteile und Spott gegenüber dem Begriff *vegan* und meint, dies resultiere aus einem Informationsmangel und diene der Verteidigung von traditionellen Essgewohnheiten, wobei dies heute bereits weniger der Fall zu sein scheint (ebd.: 12). An dieser Stelle tauchen einige soziologisch relevante Konzepte auf, nämlich Vorurteile, Gewohnheiten und Traditionen.

5.2. Institutionalisierungsprozesse

Mittlerweile haben sich der Vegetarismus und der Veganismus international in verschiedenen Bereichen etabliert, was unter anderem durch die Gründung zahlreicher Organisationen und Vereine[49] deutlich wird: die *VGÖ* (Vegane Gesellschaft Österreich e.V.), der *VGT* (Verein gegen Tierfabriken e.V.) und die *Österreichische Vegetarier Union* (ÖVU) in Österreich, der *VEBU* (Vegetarierbund Deutschland e.V.), die *SVV* (Schweizerische Vereinigung für Vegetarismus), die *IVU* (Internationale Vegetarier Union) und die *EVU* (Europäische Vegetarier Union).

Diese formalen Organisationen können insofern als Ausdruck von Institutionalisierungsprozessen gedeutet werden, als ihre Entstehung aus „Kulturbedürfnissen“ (Korte/Schäfers 2008: 153) abgeleitet werden kann. Auch deutet die Verbreitung des Veganismus auf einen Wandel von Institutionen hin, wobei unter dem Begriff *Institution* im soziologischen Kanon[50] „eine Sinneinheit von habitualisierten Formen

[46] Siehe hierzu *The Vegan Society - History*: http://www.vegansociety.com/society/history
[47] Die *Vegan Society* (Vegane Gesellschaft), eine britische Nonprofit-Organisation bietet Unterstützung, Informationen und Aufklärung.
[48] Leneman (1999) beschreibt den Weg zum Veganismus in Großbritannien ausführlich.
[49] Siehe Becvar/Radojicic 2008: 75ff.
[50] In der soziologischen Theorie der Institutionen als Phänomene geregelter Kooperation sind diese allgegenwärtig und betreffen beispielsweise die Kommunikation, die Arbeit, die Erziehung sowie auch Spiele und

des Handelns und der sozialen Interaktion, deren Sinn und Rechtfertigung der jeweiligen Kultur entstammen und deren dauerhafte Beachtung die umgebende Gesellschaft sichert“ (Korte/Schäfers 2008: 146) verstanden wird. Dieses Konzept dient der soziologischen Analyse bestimmter sozialer Erscheinungen und ist nicht eindeutig von dem Begriff *Organisation* zu trennen, denn beide Konzepte verweisen auf eine geregelte Form der Kooperation von Individuen (ebd.: 146). Die Soziologie analysiert die Entstehung, die Strukturen, die Funktionen und den Wandel von Institutionen und wurde deshalb von Emile Durkheim insgesamt als die Wissenschaft von den Institutionen bezeichnet (ebd.: 146). Die Theorie der Institution kommt auch im Zusammenhang mit Veganismus zum Tragen, da VeganerInnen einerseits die gegebenen Institutionen hinterfragen bzw. ablehnen, andererseits zu einem Wandel dieser Institutionen beitragen.
Laut Theuer und Lengauer (2011) trägt das zivilgesellschaftliche Engagement in NGOs maßgeblich zur „Herstellung einer kritischen reflexiven Öffentlichkeit“ (ebd.: 1) bei und diese „bieten damit auch verstärkt gesellschaftlich/ökonomisch marginalisierten Gruppen die Strukturen zur aktiven Partizipation in hoch ausdifferenzierten rechtspolitischen/parlamentarischen Diskursen“ (ebd.: 1).

Eine völlig andere Form der Institutionalisierung stellt in diesem Kontext die „institutionalisierte Gewalt an Tieren im Zuge der Fleischproduktion sowie der Schlachthof als Ort der organisierten und systematischen Tötung von Tieren“ (Sebastian 2011) dar. York (2004) forciert sogar eine eigenständige Soziologie des Schlachthauses. Interessant in diesem Zusammenhang und insbesondere für die Soziologie ist eine empirische Untersuchung von Fitzgerald et al. (2009) über Schlachthöfe und Kriminalität, die zu dem Ergebnis kommt, dass zahlreiche negative Effekte von Schlachthäusern auf die ArbeitnehmerInnen sowie auf die Gemeinschaft ausgehen. Besonders schwerwiegend unter den beobachteten sozialen Problemen in den untersuchten Gemeinden wiegt die drastische Zunahme an Kriminalität. Im Vergleich mit anderen Branchen, ist ein Schlachthof ein gewalttätiger Arbeitsplatz und muss deshalb als Faktor in der Soziologie der Gewalt untersucht und berücksichtigt werden. Bislang wurde die Gewalt an Tieren jedoch in der Gewaltsoziologie ausgeklammert (vgl. Sebastian 2012). Auch öffentliche Debatten lassen diese Thematik[51] systematisch außen vor (ebd.).

Hingegen behandelt die Soziologie der Gewalt das Thema in folgendem Zusammenhang: „Die gewaltsame Legitimierung sozialer Normen. Das Beispiel der Tierrechtler/Veganer“ (vgl. Friedrichs 1997). Primäres Ziel der Tierrechtler besteht in der Gleichberechtigung von

---

Feiern (vgl. Korte/Schäfers 2008: 147). Institutionen sind zwar von Menschen geschaffen, erscheinen jedoch oftmals als „objektiv“ existierend da sie sich zu Selbstverständlichkeiten verfestigen (ebd.: 147). Gebräuche, Sitten, Konventionen und Recht äußern sich in spezifischen Institutionen und treten als Elemente einer Kultur auf (ebd.: 147).

[51] Dazu zählen bspw. die Themen Tiere als Opfer von Gewalt, Tiere als Subjekte oder Veganismus als Ausdruck einer Gewaltkritik (vgl. Sebastian 2012).

Tier und Mensch und somit in der gesellschaftlichen Etablierung bestimmter Werte die zudem institutionell verankert werden (ebd.: 347f). Warum diese Forderung bislang nicht durchgesetzt werden konnte, wird von Friedrichs untersucht. Die Analyse der Wirkungen „gewaltsamer Aktionen" von TierrechtlerInnen kommt zu dem Ergebnis, dass „die Anwendung von Gewalt zur Durchsetzung sozialer Normen [...] für eine soziale Bewegung kontraproduktiv" (Friedrichs 1997: 327) ist und zu einer Spaltung der Öffentlichkeit führt (ebd.: 351). Dennoch können zahlreiche Gesetzesänderungen[52] im Hinblick auf den Tierschutz in den letzten Jahrzehnten verzeichnet werden, was die Wirkung dieser sozialen Bewegung hinsichtlich kleinerer Ziele belegt (ebd.: 348). Laut Friedrichs kommt dabei den Massenmedien eine Schlüsselrolle für die Verbreitung und im Idealfall zur Durchsetzung der Ziele dieser Bewegung in der Bevölkerung zu (ebd.: 344fff). Können genügend Gesellschaftsmitglieder überzeugt werden, dringen die Forderungen schließlich in die Legislative vor und „es kommt zu einer Novellierung bestehender Gesetze oder neuen Gesetzen" (ebd.: 347).

5.3. Die Vegane Gesellschaft Österreich

Eine hierzulande einflussreiche Organisation ist die *Vegane Gesellschaft Österreich* e. V., die 1999 in Wien als gemeinnütziger Verein gegründet wurde. Die VGÖ gibt ein eigenes Magazin heraus, in dem regelmäßig über aktuelle Themen und Entwicklungen im Zusammenhang mit Veganismus berichtet wird, veranstaltet öffentliche Feste und Messen und hat kürzlich, wie anhand des erfolgreich umgesetzten Projekts *Vegucation*[53] deutlich wird, langfristige Veränderungen in Österreich bewirkt. Das Wort *Vegucation* setzt sich aus Veg* + Education zusammen. Dabei handelt es sich um eine vegane Kochausbildung, die vom Haubenkoch Siegfried Kröpfl unterrichtet wird. Das Projekt entstand 2014 aufgrund der großen Nachfrage, der eine geringe Kompetenz gegenüberstand und wurde von der *Veganen Gesellschaft Österreich* initiiert. Dem Projekt gingen eine Analyse der Bildungslandschaft und eine Kontaktaufnahme mit EntscheidungsträgerInnen voraus, mit dem Ergebnis, dass es zu einem EU geförderten Projekt wurde. Das Ziel des Projekts war bzw. ist die Integration im Schulsystem, die Integration in der professionellen Weiterbildung sowie das Anbieten von Essen und Schulung der Gastronomie. Derzeit wurde die Kochausbildung in drei österreichischen Schulen und im WIFI implementiert und in insgesamt dreißig Schulen in Österreich wurden schon Lehrkräfte geschult (vgl. Vegane Gesellschaft Österreich 2014).

Basierend auf dem Experteninterview mit Hnat wird im empirischen Teil nochmals auf die VGÖ eingegangen.

[52] Erst kürzlich (April 2015) wurden zwei Schimpansen in den USA als juristische Personen anerkannt und den Affen im Zuge dessen das Recht auf persönliche Freiheit zugesprochen.
[53] Siehe: www.vegucation.eu

6. Dimensionen und Motive des Veganismus

> "*One´s motivations for being vegetarian, whether primarily for reasons of ethics or health, have a profound impact on one´s process of becoming vegetarian, dietary behavior, and ideology*" (Ruby 2012: 148).

Auch Hoffman et al. (2013) stellen fest, dass die ursprüngliche bzw. aktuelle Motivation das Verhalten von VegetarierInnen beeinflusst. Demzufolge wird deutlich, dass die Betrachtung des gesamten Werdegangs von VeganerInnen erforderlich ist, um ihre aktuellen Denk- und Handlungsweisen nachvollziehen zu können. Hinzu kommt, dass sich die Motivlagen im Laufe der Zeit ändern können (vgl. Beardsworth/Keil 1992). Das Vorhaben dieses Abschnitts besteht infolgedessen darin, die Bandbreite der Motive des Veganismus zu skizzieren.

VeganerInnen repräsentieren in vieler Hinsicht eine oppositionelle Haltung, indem sie eine kritische, alternative, non-konforme, nicht-kommerzielle, radikale Weltanschauung vertreten (vgl. Kwan/Neal 2005.: 15f). Clements (2008) betont, dass VeganerInnen „Individuen mit eigenen Idealen" sind und aus unterschiedlichen Gründen vegan leben (ebd.: 12). Das bedeutet, es handelt sich um ein differenziertes Feld, in dem Platz für Individuelles besteht. Trotzdem soll in diesem Abschnitt versucht werden, einen informativen Überblick über das breite Feld zu schaffen, um die aktuelle Forschungslage zu Veganismus darzulegen. Zudem soll dadurch ein zentraler Aspekt des veganen Lebens in den Blick genommen werden, der im Empirieteil weniger Berücksichtigung findet. Mit dieser Betrachtung ist jedoch keine Kategorisierung oder Hypothesenbildung für die spätere Interpretation verbunden, sondern dies soll lediglich in das komplexe Thema einführen.

Walker et al. (2005) halten fest, dass die negativen Folgen des Fleischkonsums für die Gesundheit der Menschen sowie für Umwelt, Tiere, Klima und Welternährung mittlerweile enorm sind. Aufgrund der großen Nachfrage hat die Fleischproduktion gewaltige Dimensionen angenommen und infolgedessen zahlreiche unerwünschte Nebenfolgen mit sich gebracht wie Massentierhaltung, Lebensmittelskandale, Trinkwasserverschmutzung, Antibiotikamissbrauch[54] oder Hormonrückstände im Fleisch. Maßnahmen zur Reduktion der Nachfrage für tierliche Produkte sind nach McMichael et al. (2007) dringend nötig.
Als Motive für einen niedrigen Fleischkonsum werden in der Literatur vor allem gesundheitliche Beweggründe, oft auch Krankheitserfahrungen, eine kritische Reflexion des westlichen Lebensstils und der Produktionsformen sowie religiös-spirituelle Werthaltungen genannt (vgl. Brunner et al. 2007: 169f). In Bezug auf die Motivation für den Veganismus halten Cole und Morgan (2011a) fest: „One of the leitmotifs of vegan practice is the

[54] Antibiotika wird in der Tierhaltung als Futterzusatz und Therapeutika eingesetzt und gelangt dadurch in die Umwelt und kontaminiert Trinkwasser. Durch den hohen Einsatz von Antibiotika in der Intensivtierhaltung bilden sich wiederum zunehmend resistente pathogene Keime (vgl. Leitzmann/Keller 2010: 324).

integration of ethical and compassionate principles into daily routines, which include, but also exceed, diet." (ebd.: 151).

Leitzmann und Keller (2010) unterscheiden in ihrem umfassenden Werk zur vegetarischen Ernährung die vier Motivbereiche Religion, Ethik, Gesundheit und Ökologie und betonen: „Grundsätzlich gibt es solche Motive und Ziele, die aus naturwissenschaftlichen Überlegungen resultieren, und solche, bei denen weltanschauliche Gründe im Vordergrund stehen, ohne dass hier eine eindeutige Trennung möglich wäre." (ebd.: 23). Meist, werden mehrere Gründe[55] für die Entscheidung zum Vegetarismus genannt, wobei meist ethische Motive im Vordergrund stehen und gesundheitliche Aspekte an zweiter Stelle (ebd.: 23).

Hoffman et al. (2013) untersuchen Unterschiede[56] zwischen ethisch motivierten VegetarierInnen und solchen, die gesundheitlich motiviert sind und sehen dies als die zwei großen Hauptmotivationsströme.

Ruby (2012) hat in seinem *Research Review* die vorliegende Literatur zum Vegetarismus unter anderem hinsichtlich Definitionen, Motiven, Werten, Weltanschauungen, Wahrnehmungen und Geschlechter umfassend ausgewertet und zusammengefasst. Dabei stellt er große Unterschiede zwischen VegetarierInnen und VeganerInnen sowie das Fehlen eines einheitlichen Verständnisses von Vegetarismus in vielen Studien fest (ebd.: 148).

Die vegane Idee berührt, wie sich bei näherer Beschäftigung mit der Literatur zeigt, viele Themenfelder wie das Klima, die Umwelt, die Welternährung, die Gesundheit, die Philosophie, die Ethik, die Politik, die Wirtschaft und vieles mehr. Die bereits angesprochenen häufigsten Beweggründe für den Vegetarismus/Veganismus sollen nun im Einzelnen näher erläutert werden.

6.1. Tierrechte und Tierethik

> *„The relationship between vegetarianism and the discourse of animal rights and animal welfare is unsurprising and longstanding*" (Kwan/Neal 2005: 2).

Studien zufolge ist das häufigste Motiv für Vegetarismus (und Veganismus) de facto die Sorge um das Wohlergehen der Tiere und das Mitleid mit Tieren (vgl. Amato/ Partridge 1989; Beardsworth/Keil 1992; Kwan/Neal 2005; Fox/Ward 2008). Ethisch-moralische Beweggründe existieren seit der Antike und zählen bis heute zu den wichtigsten Motiven bei der Entscheidung für eine vegane Lebensweise (vgl. Grube 2009: 35fff). Grundlagen dieses ethisch-moralischen Handelns bilden Altruismus, Empathie, das Gleichheitsprinzip und die Ablehnung des Speziesismus[57] (ebd.: 36ff). Die Leidensfähigkeit eines Lebewesens wird als

[55] Im Zusammenhang mit einer vegetarischen Lebensweise werden ethische, gesundheitliche, ökologische, religiöse, ästhetische, hygienisch-toxikologische, kosmetische, ökonomische, politische, soziale und spirituelle Motive festgestellt (vgl. Leitzmann und Keller 2010: 24).

[56] Unterschiede der beiden Gruppen werden anhand von Ernährungswissen, Überzeugung, Dauer und diätischer Einschränkung erhoben.

[57] Siehe Kapitel 7 und 8.1.3.

zentrales Kriterium für das Recht auf Leben herangezogen und gilt in weiterer Folge als Legitimierung für eine vegane Lebensführung (vgl. Bentham 1789; Singer 1975). Der von Jeremy Bentham (1789) begründete Utilitarismus[58] berücksichtigt die Interessen der Tiere gleichermaßen und beurteilt Handlungen nach ihrer Nützlichkeit für die größtmögliche Anzahl von Lebewesen.

Helmut F. Kaplan (1988; 1989; 1991; 1993; 2003; 2007) befasst sich eingehend mit diesen ethischen und philosophischen Aspekten des Vegetarismus und beruft sich auf das individuelle Interesse eines Lebewesens und das Gleichheitsprinzip. Durch die Forderung von Tierrechten erhält der Veganismus eine politische Komponente. Laut Schwarz, beinhaltet der politisch orientierte Veganismus:

> „eine allgemeine Herrschafts- und Systemkritik vor dem Hintergrund der Verwirklichung und Diskussion um die Durchsetzbarkeit von Tierrechten […] und findet seinen Ausdruck in einer antispeziesistischen Haltung, die sich wiederum in der Tradition sozialer Bewegungen gegen Unterdrückungsformen wie Rassismus, Sklaverei oder Sexismus verortet sieht“ (Schwarz 2010: 172).

Diese zugrundeliegende Haltung verdeutlicht, dass der Veganismus weder nur als trendiger Lebensstil oder als mögliche Ernährungsalternative gesehen werden kann oder darauf reduziert werden sollte, sondern, mit Schwarz gesprochen, als „ein von hohen ethischen und moralischen (Wert-)Vorstellungen geleitetes, notwendiges Lebensprinzip“ (ebd.: 172) in den Blick genommen werden muss. Veganismus wird allgemein als umfassender und nachhaltiger Lebensstil praktiziert, bei dem das Wohlergehen der Tiere im Mittelpunkt steht (ebd.: 172). Infolgedessen werden der Vegetarismus und der Tierschutz aus dieser Perspektive als negativ bewertet, da diese Konzepte nicht mit der Grundidee des Veganismus vereinbar seien und dieser sogar entgegenstehen, indem sie die Tiernutzung grundsätzlich nicht ablehnen und lediglich das Ziel verfolgen, die Zustände zu „verbessern“ (ebd.: 172). Kritik von Seiten der VeganerInnen kann sich also gegen die Gesellschaft, gegen Omnivoren, gegen VegetarierInnen und gegen TierschützerInnen richten und ihre Forderungen appellieren an das Gleichheitsprinzip.

6.2. Gesundheit

> „*Diets high in meat an animal products are resource-intensive and current IAP[59] methods harm the health of the public and the environment. Thus, dietary trends and food production methods are important issues for the public health community to address*“ (Walker et al. 2005: 349).

[58] Der Utilitarismus zählt zur normativen Ethik
[59] industrial animal production

Gesundheit gilt als zweitwichtigster Hauptgrund für den Vegetarismus (vgl. Amato/Partridge 1989; Beardsworth/Keil 1991a). So dienen auch gesundheitliche Gründe oftmals als Rechtfertigung für die Hinwendung zum Veganismus.

Obwohl Fleisch kein essentieller Bestandteil für die menschliche Ernährung ist, werden viel zu große Mengen davon verzehrt (vgl. Walker et al. 2005: 348). Zahlreiche Studien zeigen, dass übermäßiger Fleischkonsum ein massives Gesundheitsrisiko darstellt und für viele Zivilisationskrankheiten mitverantwortlich ist (vgl. Walker et. al 2005: 348). Viele VeganerInnen berufen sich auf die *China Study*[60] von Colin Campbell und Thomas M. Campbell (2011), die als wissenschaftliche Begründung für eine vegane Ernährungsweise gilt.

Die ADA (American Dietetic Association)[61] vertritt folgenden Standpunkt:

> „It is the position of the American Dietetic Association that appropriately planned vegetarian diets, including total vegetarian or vegan diets, are healthful, nutritionally adequate, and may provide health benefits in the prevention and treatment of certain diseases. Well-planned vegetarian diets are appropriate for individuals during all stages of the life cycle, including pregnancy, lactation, infancy, childhood, and adolescence, and for athletes" (Craig/Mangels 2009).

Gesundheitliche Aspekte können deswegen stark dazu beitragen, dass sich eine Person zum tierfreien Konsum entschließt. Rein gesundheitsorientierte VeganerInnen stellen, laut Schwarz, jedoch eher eine Ausnahme dar (vgl. Schwarz 2010: 171). Viele VeganerInnen achten auf biologischen Anbau und konsumieren vorwiegend regionale Lebensmittel (ebd.: 172). Einige ernähren sich aus vermeintlich gesundheitlichen Vorteilen zum Großteil oder sogar ausschließlich von Rohkost (ebd.: 172). Vegane RohköstlerInnen stellen innerhalb der veganen Szene eine eigene Gruppierung dar.

6.3. Ökologie

> „*Zentrale Ursache für die hohe Klimabelastung durch die Produktion tierischer Nahrungsmittel ist deren Energieintensität*" (Leitzmann/Keller 2010: 330).

Ökologie umfasst Themen wie Umweltschutz, Klimaschutz, Naturschutz und Nachhaltigkeit. Da diese Themen eine wichtige Rolle im Veganismus spielen und häufige Impulse für eine vegane Lebensführung darstellen, werden ökologische Aspekte beim veganen Konsum vielfach mitberücksichtigt (vgl. Schwarz 2010: 171). So wird, wie schon erwähnt, oftmals auf regionale und biologische Lebensmittel zurückgegriffen, und es werden ökologisch erzeugte Produkte sowie Erzeugnisse aus „fairem Handel" bevorzugt (ebd.: 172f). Festzuhalten ist zudem, dass die Produktion tierlicher Lebensmittel wesentlich mehr Ressourcen verbraucht,

[60] In der China Studie wird der Zusammenhang zwischen dem Verzehr von tierlichen Proteinen und zunehmenden Krebserkrankungen und anderen Zivilisationskrankheiten belegt.
[61] Die *American Dietetic Association* ist Amerikas führende Ernährungsorganisation (vgl. Piazza et al. 2015: 115).

und somit einen größeren ökologischen Fußabdruck[62] hinterlässt, als die Erzeugung pflanzlicher Lebensmittel (vgl. Leitzmann/Keller 2010; Schlatzer 2011; Schmidinger 2012). Hinzu kommt, dass die heutige Viehwirtschaft[63], insbesondere die Massentierhaltung, Umwelt und Klima stark belastet[64] (ebd.). Die Ernährungsweise beeinflusst das Klima[65], denn ein hoher Anteil an Fleisch in der Ernährung trägt beispielsweise stark zum Klimawandel bei (vgl. WWF 2012). Der Fleischatlas 2014[66] verdeutlicht die beunruhigenden Tendenzen der globalen Fleischproduktion. Experten und Umweltschützer fordern schon lange ein ernährungsbezogenes Umdenken, um diesen Entwicklungen entgegenzuwirken, doch dem Zusammenhang zwischen Ernährung und Umwelt bzw. Klima wird bislang zu wenig Beachtung geschenkt.

Eine Untersuchung (Baroni et al. 2007) der Umweltwirkungen von verschiedenen Ernährungsstilen kommt zu folgendem Ergebnis:

> „Die Berechnungen ergaben, dass bei identischem Nahrungsenergie- und Nährstoffgehalt eine vegane Kost aus ökologischer Erzeugung mit der geringsten Umweltbelastung und eine Mischkost aus konventioneller Produktion mit der höchsten Umweltbelastung verbunden sind […] Von den einzelnen Lebensmitteln hatte Rindfleisch die größte Umweltwirkung, gefolgt von Käse, Fisch und Milch. Weitere Untersuchungen zeigen, dass die Erzeugung von Protein aus pflanzlichen Lebensmitteln insgesamt wesentlich klimaverträglicher ausfällt als aus tierischen Lebensmitteln“ (Leitzmann/Keller 2010: 333f).

Vor diesem Hintergrund betonen Leitzmann und Keller: „Unser Ernährungssystem verursacht erhebliche Umweltprobleme“ (ebd.: 335). Die negativen Auswirkungen der Lebensmittelproduktion auf die Umwelt umfassen dabei Schadstoffemissionen, Boden- und Biotopzerstörung sowie Energie- und Ressourcenverschwendung was einen Rückgang der Artenvielfalt, Beeinträchtigungen der Gesundheit des Menschen und den globalen Klimawandel zur Folge hat (ebd.: 334f). Diese Bedrohung der natürlichen Lebensgrundlagen betrifft letztendlich alle Menschen und zeigt, dass Ernährung längst kein persönliches Anliegen mehr ist, sondern in komplexe und weitreichende Vorgänge eingebettet ist.

Die Ernährungsökologie hat zwei zentrale Kriterien für einen nachhaltigen Fleischkonsum und zur Umsetzung dieser Ziele formuliert (vgl. Koerber et al. 2004): Wöchentlich sollten maximal zwei Fleischmahlzeiten konsumiert werden. Fleisch und Fleischprodukte sollten

---

[62] Siehe: http://www.mein-fussabdruck.at/

[63] Die erste große und häufig zitierte Studie zu den „Schattenseiten“ der Viehwirtschaft im Hinblick auf die Umwelt stammt von Steinfeld et al. (2006).

[64] Ein reduzierter Fleischkonsum oder gänzlicher Verzicht auf tierliche Produkte wird häufig als Beitrag zum Umweltschutz und zur Erhaltung der Umwelt gesehen, da dadurch weniger Wasser verbraucht wird und weniger Methangase freigesetzt werden (vgl. Leitzmann/Keller 2010: 325-335).

[65] Die Erzeugung tierlicher Produkte trägt laut vielen renommierten Institutionen wie der UNO-Landwirtschaftsorganisation FAO mehr zur weltweiten Klimaveränderung bei als der gesamte weltweite Verkehr. Deswegen kann mit einer rein pflanzlichen Ernährung ein wertvoller Beitrag zum Klimaschutz geleistet werden. Der Ernährungsbereich wird im Hinblick auf Klimaschutz jedoch häufig unterschätzt. Zusätzlich sind Bioprodukte, Regionalität und Saisonalität weitere wichtige Schritte für den Klimaschutz (vgl. GV Nachhaltig).

[66] Siehe: Fleischatlas 2014

zudem aus biologischer und regionaler Erzeugung unter sozial fairen Bedingungen bezogen werden (vgl. Brunner et al. 2007: 150). Grundsätzlich gilt jedoch, je weniger Tierprodukte, desto besser (vgl. GV Nachhaltig).

6.4. Menschenrechte, Globalisierung und Ökonomie

> „*Eine weltweite Ernährung mit einem hohen Anteil an Nahrungsmitteln tierischen Ursprungs, wie sie in den westlichen Industrienationen üblich ist, wäre nicht möglich und ist auch in unseren Breiten nur zu Lasten der Schwellen- und Entwicklungsländer realisierbar*" (Leitzmann/Keller 2010: 328f).

Die Viehwirtschaft ist im Hinblick auf die Nutzung von Ackerflächen, Flächennutzung und Wasserverbrauch aus wirtschaftlicher Sicht ineffizient (vgl. Schmidinger 2012). Durch Nutzung der Flächen für den Anbau von pflanzlichen Nahrungsmitteln könnten weitaus mehr Menschen ernährt werden (ebd.). Die Fleischindustrie möchte die unzähligen negativen Auswirkungen ihrer Produktion verständlicherweise verharmlosen und versucht KonsumentInnen – beispielsweise mit Qualitätssiegeln – zu täuschen und gezielt zu beeinflussen (vgl. Cole 2011). Werbeversprechen suggerieren den VerbraucherInnen daher ein falsches Bild, weshalb es oft schwer ist, Hintergründe und Zusammenhänge zu erkennen (ebd.). Ein Beispiel hierfür sind die massiven Subventionen in der Fleischindustrie (vgl. Hnat 2006).

Kritik gegen die vorherrschenden Zustände und Auswirkungen der globalisierten Wirtschaft und bestehende Verhältnisse zu Lasten von sozial benachteiligten und hungernden Teilen der Welt wird unter anderem durch das Praktizieren des Veganismus ausgedrückt (vgl. Leitzmann/Keller 2010). Die aus dieser Sicht wahrgenommene „Verschwendung" von Nahrungsmitteln als Tierfutter sowie die hochgradige Verschwendung in der Lebensmittelindustrie wird somit boykottiert. Diese Konsumverweigerung findet ihren höchsten Ausdruck in der Praxis des Containerns.

Das *Containern* von Lebensmitteln wird von einigen wenigen *FreeganerInnen*[67] praktiziert, um abgelaufene[68], jedoch noch genießbare Lebensmittel oder den KonsumentInnen nicht zumutbare[69] Ware zu retten, die in Containern auf dem Supermarktgelände oder Fabrikgelände entsorgt wurde (vgl. Schwarz 2010: 173). Diese Praktik wird auch als *Dumpstern* bzw. die Personen als *Dumpsterdiver* bezeichnet (ebd.: 173). Einige FreeganerInnen befürworten auch das Containern von tierlichen Lebensmitteln, denn, so die Argumentation, diese würden den Markt nicht mehr beeinflussen und ansonsten vernichtet werden (ebd.: 173).

[67] Freeganismus ist eine Lebensweise, bei der Konsum und Verschwendung boykottiert wird.
[68] Lebensmittel die bereits das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten haben
[69] Beispielsweise Obst und Gemüse mit optischen Unzulänglichkeiten

Kurt Schmidinger befasst sich theoretisch (2012) wie praktisch[70] mit Lösungen von globalen Problemen die durch die Viehwirtschaft verursacht werden und zeigt Alternativen zur Tierhaltung auf.

Anhand der Ausführungen in 6.3. und 6.4. wird wieder die politische Komponente des Veganismus sichtbar, wenn der Konsum Kriterien wie Nachhaltigkeit, Fairness und Ressourcenschonung unterworfen wird oder wie beim Phänomen des sogenannten Containern von Lebensmitteln zum Teil völlig verweigert wird. Hiermit soll ein politisches und/oder marktwirtschaftliches Zeichen gegen die Lebensmittelindustrie, die Konsumgesellschaft bzw. Wegwerfgesellschaft, die Globalisierung, die (Aus-)Nutzung und Ausbeutung von Tieren, Menschen und der Umwelt gesetzt werden (vgl. Schwarz 2010). Angestrebt werden faire Wirtschaftsbeziehungen und soziale Gerechtigkeit (vgl. Brunner et al. 2007: 149).

6.5. Religion und Spiritualität

> „*Der Veganismus, reine Pflanzenkost, ohne jegliche Substanz vom lebenden Tier, ist für Vegetarier aus ethischen und religiösen Gründen zweifellos das höchste Kostideal und Ziel*“ (Skriver 1960).

Religiöse Bezüge zum Veganismus bestehen seit jeher in der Geschichte[71] und Religiosität kann als Anlass zur veganen Lebensführung dienen, auch wenn diese eher eine Minderheit innerhalb der veganen Szene bilden. Religiöse Motive umfassen beispielsweise Ansichten wie Töten als Sünde, Fleischverzehr als religiöses Tabu, Barmherzigkeit gegenüber Tieren, Fleischverzicht als Teil einer asketischen Lebensweise sowie körperliche, geistige und seelische Reinheit (vgl. Leitzmann/Keller 2010: 24).

Spirituell gesehen wird die Freisetzung geistiger Kräfte, spirituelle Weiterentwicklung, Unterstützung von meditativen Übungen und Yoga sowie Mäßigung bzw. Beherrschung des Geschlechtstriebes als Begründung genannt (ebd.: 24).
Religiöse Orientierungen und Bezüge des Veganismus werden von einigen VeganerInnen jedoch abgelehnt und stattdessen die politische Komponente (Tierrechte) hervorgehoben (vgl. Schwarz 2010: 170). Eine Abgrenzung der Szene wird ebenso von Sekten, der Esoterik und politisch „rechts“ einzuordnenden Gruppen vorgenommen, die zum Teil versuchen, die Gemeinschaft zu unterwandern (ebd.: 171).

[70] Siehe *Future Food*: http://futurefood.org/index_de.php
[71] Siehe Kapitel 5

7. Das Mensch-Tier-Verhältnis, die Tierrechtsbewegung und die Human-Animal Studies

> „*Das Konzept eines zweigeteilten, eines dualen Verhältnisses von Mensch und Tier hat im religiösen und philosophischen Denken eine lange, noch immer wirksame Tradition, mit der Tendenz zu einer dogmatischen Verhärtung*“ (Brucker et al. 2015: 3).

An dieser Stelle wird ausführlich auf Aspekte der Mensch-Tier-Beziehung, der in der Soziologie bisher kaum Aufmerksamkeit gewidmet wurde, sowie auf grundlegende Gedanken der Tierrechtsbewegung und der Human-Animal Studies eingegangen.

Das Mensch-Tier-Verhältnis wird getragen von der Vorstellung einer entscheidenden Differenz von Kultur und Natur. Diese Differenz wird zugleich als Basis der Legitimation der Vorherrschaft der Menschen über nicht-menschliche Tiere und deren (Aus-/Be-)Nutzung gesehen (vgl. Brucker et al. 2015: 2f). Die in der Soziologie klassisch gewordene These von Norbert Elias (1976) über den Zivilisationsprozess der Menschheit, in dem die Natur des Menschen mithilfe der Kultur als (Selbst-)Kontrollinstanz überwunden wird, beschäftigt sich mit eben dieser Dualität (ebd.: 2f). Elias versteht Kultur bzw. Zivilisation als erfolgreiche Selbstbeherrschung und Überwindung der Natur. Diese selbstgeschaffene Fremdkontrolle geht schließlich in Selbstkontrolle über während der Zivilisationsprozess voranschreitet. Die gesellschaftlich konstruierte Kultur wirkt sich nicht zuletzt auf den Status von Tieren in der Gesellschaft aus:

> „In der Tradition des abendländischen Denkens besteht nicht von ungefähr die Auffassung, ihn, den Menschen, als eine von der Natur abgesonderte Existenz, nämlich als Kulturwesen zu verstehen. Damit wird seine Einmaligkeit postuliert, basierend auf einem wichtigen Unterschied, der Differenz zwischen Natur und Kultur, zwischen Tier und Mensch. Natur, somit alle Tiere, sind das ganz „Andere“. […] Kern dieses Dualitätskonzeptes ist die Prämisse der exklusiven Geist bzw. Vernunftbegabung des Menschen. Die daraus folgende Überlegenheit gegenüber anderen Lebewesen gilt zugleich als Legitimation diese Fähigkeiten auch nach Belieben zu nutzen“ (Brucker et al. 2015: 2f).

Diese legitimierte Nutzung von Tieren geht mit dem Besitzen von Tieren und institutionalisierten Gewalthandlungen gegenüber Tieren einher: „Die Verhältnisse, welche die Realitäten einer Vielzahl nichtmenschlicher Tiere bestimmen, lassen sich als Gewalt- und Herrschaftsverhältnisse fassen.“ (Chimaira 2011: 14). Ryder entwickelte zur Bezeichnung dieser Verhältnisse die Bezeichnung *Speziesismus* (vgl. Kapitel 8.1.3) während Sven Wirth hierbei drei ineinandergreifende Ebenen der Gewalt differenziert, welche die hegemonialen gesellschaftlichen Mensch-Tier-Verhältnisse konstituieren: eine materielle, eine strukturelle

und eine epistemische Ebene (ebd.: 14). Auf materieller Ebene[72] werden nichtmenschliche Lebewesen „entindividualisiert", „verdinglicht" und „zu Ressourcen degradiert" (ebd.: 15). Die strukturelle Ebene ist vom ökonomischen Nutzenkalkül und von Gesetzestexten geprägt, die eine institutionelle Legitimierung und Absicherung hinsichtlich der Nutzung nichtmenschlicher Lebewesen schaffen (ebd.: 15). Die epistemische Ebene wird folgendermaßen erläutert:

> „Im Alltagsverständnis werden nichtmenschliche Tiere zumeist als Besitz von Menschen betrachtet, nicht als Lebewesen, die einen Wert an sich haben sowie Interessen, die berücksichtigt werden sollten. Die Abwertung nichtmenschlicher Tiere ist gesellschaftlich tief verankert und Ausdruck der epistemischen Strukturen" (ebd.: 15).

Diese Ebene umfasst zudem die Philosophiegeschichte und monopolisierte Denkformen zur sprachlichen Distanzierung von ‚Tieren' welche letztendlich selbst Gewalt ausüben indem sie ein hierarchisches Verhältnis sowie eine Abweichung konstruieren (ebd.: 15).

Frühe Ansätze die nichtmenschliche Lebewesen thematisieren und mit einbeziehen und dabei über gängige Tierschutzdiskussionen hinausreichen, sind im deutschsprachigen Raum in der Rechtswissenschaft (vgl. Loeper 2007; Fischer 2007) und in der Politikwissenschaft (vgl. Bujok 2007) zu verzeichnen (vgl. Chimaira 2011: 26).
Ein häufig zitiertes, soziologisches Review der soziologischen Literatur zu der Tierrechtsbewegung legte Munro (2012) vor. Ebenfalls soziologisch ist der Artikel von Jacobsson /Lindblom (2013) über Emotionsarbeit im Tierrechts-Aktivismus.

Von der Soziologie wurde dieser Themenkomplex jedoch lange Zeit ausgeblendet (vgl. Brucker et al. 2015: 13) – so ist die Rede von einem „blinden Fleck" (Mütherich 2003a) oder einer „Tiervergessenheit" der Soziologie (Wiedenmann 2009).
Die Human-Animal-Studies (HAS) als eigenständiger Forschungszweig haben sich in den 1990er Jahren in den USA etabliert und gewinnen nun auch hierzulande wachsende Aufmerksamkeit (vgl. Brucker et al. 2015: 14). Birgit Mütherich – Mitbegründerin der kritischen Human-Animal Studies in Deutschland – setzte sich als eine der ersten WissenschaftlerInnen dafür ein, Tiere in die sozialwissenschaftliche Forschung zu integrieren (vgl. Brucker et al. 2015). Zu ihren wegbereitenden Veröffentlichungen zählen beispielsweise „Die Problematik der Mensch-Tier-Beziehung in der Soziologie: Weber, Marx und die Frankfurter Schule" (2000) und „Die soziale Konstruktion des Anderen. Zur soziologischen Frage nach dem Tier" (2003b). Damit legte sie eine fruchtbare Basis für die Etablierung der Human-Animal Studies im deutschsprachigen Raum und zeigte spezifisch soziologische, aber auch interdisziplinäre und gesellschaftspolitische Aspekte dieser Thematik auf. Sie greift

[72] Die Gewalt äußert sich auf materieller Ebene in der Gefangenhaltung, Ausbeutung und Tötung nichtmenschlicher Lebewesen im Zuge der Nahrungsmittelproduktion und Kleidungsproduktion oder zu Versuchszwecken und Vergnügungszwecken wie Zoos, Zirkusse oder Tierrennen (vgl. Chimaira 2011: 14f).

klassisch soziologische Paradigmen wie die sozialkonstruktivistische Perspektive oder die Kritische Theorie Horkheimers und Adornos auf und setzt sie in Bezug zum Mensch-Tier-Verhältnis.

Im Zuge dieses Diskurses weitere zentrale Erscheinungen sind „Tiere und Menschen. Geschichte und Aktualität eines prekären Verhältnisses“ (1998) von Münch und Walz oder „Gefährten – Konkurrenten – Verwandte. Die Mensch-Tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs“ von Otterstedt und Rosenberger (2009). Wiedenmann legt in „Die Tiere der Gesellschaft. Studien zur Soziologie und Semantik von Mensch-Tier-Beziehungen“ (2002) soziologische Studien vor. Auch der Titel „Gesellschaft und Tiere. Soziologische Analysen eines ambivalenten Verhältnisses“ von Pfau-Effinger und Buschka (2013) greift eine soziologische Perspektive auf. Wichtige Impulse gingen zudem von der „Interdisziplinären Arbeitsgemeinschaft Tierethik Heidelberg“ mit „Tierrechte. Eine interdisziplinäre Herausforderung“ (2007) und von „Chimaira – Arbeitskreis für Human-Animal Studies“ mit dem Werk „Human-Animal Studies. Über die gesellschaftliche Natur von Mensch-Tier-Verhältnissen“ (2011) aus. Oftmals sind, wie ersichtlich wird, in diesem Kontext interdisziplinäre Perspektiven vorgesehen.

Eine diesem Umstand entsprechende sozialwissenschaftliche Einführung in das Mensch-Tier-Verhältnis bieten Brucker et al. (2015) mit ihrem Sammelband, der aus verschiedenen Perspektiven dieses Verhältnis kritisch beleuchtet und damit eine sozialwissenschaftliche Forschungslücke zu bearbeiten versucht. Hierzu werden sowohl historische, als auch gegenwärtige Ausformungen von Mensch-Tier-Beziehungen untersucht und dessen Ursprünge erforscht.

Im Sammelband von Chimaira (2011) werden die gesellschaftlichen Mensch-Tier-Verhältnisse beispielsweise anhand Foucaults Herrschafts- und Machtanalytiken (vgl. Wirth 2011), anhand der Ansätze der Kritischen Theorie (vgl. Witt-Stahl 2007) und mithilfe von Niklas Luhmanns Systemtheorie (vgl. Wiedenmann 2009) kritisch analysiert. Andre Gamerschlag plädiert in diesem Forschungsfeld für eine Weiterentwicklung der Intersektionalitätsforschung (vgl. Chimaira 2011: 151- 190).

Die soziologische Diskussion und Forschung zum Mensch-Tier-Verhältnis steckt noch in den Kinderschuhen und stellt ein junges wissenschaftliches Feld dar (vgl. Sebastian 2012: 162). In der von der GSA[73] organisierten ersten wissenschaftlichen Tagung zum Mensch-Tier-Verhältnis mit soziologischem Fokus in Deutschland (2011) wurden zentrale soziologische Gesichtspunkte und gesellschaftliche Probleme des Fleischkonsums thematisiert. Dabei kamen unter anderem die gesellschaftlichen Normalisierungs- und Distanzierungsstrategien im Kontext des Fleischkonsums und der Gewalt an Tieren und Ambivalenzen in der Darstellung von Tieren in der Werbung[74] zur Sprache.

[73] Die *Group for Society and Animals Studies* (GSA) ist eine Forschungsgruppe zur Mensch-Tier-Beziehung am Institut für Soziologie der Universität Hamburg

[74] Tiere werden zugleich als Akteure und als tote Ware dargestellt und somit in Produkte transformiert

Auch in der Philosophie hat sich eine Tierethik als eigenständige Disziplin etabliert (vgl. Clements 2008: 132f). Als bekannter Vertreter und Wegbereiter ist hier der australische Moralphilosoph Peter Singer und seine Erstveröffentlichung von „Animal Liberation[75]“ (1975), das mit der modernen Tierrechtsbewegung in Verbindung gebracht wird, zu nennen (ebd.: 132f). Singer beruft sich in seiner Argumentation auf das Gleichheitsprinzip. Dieser Meilenstein hat eine aktuellere Debatte um die Rechte der Tiere ausgelöst und ist deswegen auch als „Bibel der Tierrechtsbewegung“ bekannt geworden (vgl. Schwarz 2010: 170). Ein weiterer Verfechter der tierethischen Debatte ist der US-amerikanische Philosoph Tom Regan, der mit „The Case for Animal Rights“ (1983) ebenfalls den ethischen Veganismus forcierte (vgl. Chimaira 2011: 21). Die organisierte Tierrechtsbewegung setzte Mitte der 1970er Jahre ein und forderte mithilfe rationaler und ethischer Argumentation einen kompromisslosen Veganismus und eine Anerkennung der Gleichheit aller Lebewesen (vgl. Ammer 2012: 30f). Auch Konrad Paul Liessmann beschäftigt sich in „Tiere. Der Mensch und seine Natur“ (2013) aus philosophischer Sicht mit der aktuellen Thematik. Mittlerweile wurde die Tierethik in den philosophischen Mainstream aufgenommen (vgl. Chimaira 2011: 21).

In der Politik hat der Tierschutz- und Tierrechtsgedanke ebenfalls international Einzug gefunden – beispielsweise wurden eigene Parteien für die Tiere gegründet, in Österreich sogar eine Tierrechtspartei (vgl. Clements 2008: 133).

Im Rahmen der Tierrechts- und Tierbefreiungsbewegung hat sich eine eigene Sprache entwickelt, dazu zählen etwa die Bezeichnungen „tierlich“ statt „tierisch“[76] (vgl. Chimaira 2011: 33) und „nicht-menschliche Tiere“ statt „Tiere“ (ebd.: 416).

Das *Journal for Critical Animal Studies* zeigt ferner die wissenschaftliche Präsenz und Relevanz des Gegenstandes. Die Hinwendung zum Veganismus erfolgt, wie gezeigt wurde, demnach gegenwärtig auch auf wissenschaftlicher und rechtlicher Basis. Ausschlaggebend für die verstärkte Aufmerksamkeit ist, mit Brucker et al. (2015: 15) gesprochen, die „immer deutlicher und unerträglicher gewordenen Ambivalenz der Mensch- Tier-Verhältnisse“. Es wird weiter argumentiert:

> „Die zunehmend widersprüchlicher werdende Vergesellschaftung tierlicher Lebewesen und die ethische Fragwürdigkeit solchen Handelns fanden statt vor dem Hintergrund naturwissenschaftlicher Entdeckungen und der Industrialisierung der Tierverwertung. Forschungsresultate zeigen die kognitive und soziale Kompetenz von Tieren und damit deren – je nach Art höchst verschiedene – Nähe oder auch Ferne zum Menschen. Traditionelle Grenzziehungen und Exklusionen sind damit obsolet geworden“ (ebd.: 15).

[75] „Die Befreiung der Tiere“

[76] Der Begriff *tierisch* weist dieser Argumentation zufolge eine negative Konnotation auf und führt zu einer Reproduktion des Mensch-Tier-Dualismus. Die Verwendung der alternativen Bezeichnung *tierlich* ist an die Bezeichnung *menschlich* angelehnt und soll dies verhindern (vgl. Chimaira 2011: 33).

Das ambivalente und paradoxe Verhältnis der Menschen zu Tieren oder neutraler formuliert, das Mensch-Tier Verhältnis wird unter anderem von Bastian et al. (2012), Bratanova et al. (2011), Herzog (2010), Joy (2010), Loughnan et al. (2010; 2014) und Piazza et al. (2015) aufgegriffen und diskutiert. Die Mensch-Tier-Beziehung manifestiert sich nicht zuletzt in der Auswahl von Lebensmitteln und im Konsum, was zentrales Thema dieser Ausführungen ist (vgl. Cole/Morgan 2011a: 146). Grundsätzlich wird in dieser Literatur argumentiert, dass Menschen das Leiden von Tieren ablehnen und deshalb in einen moralischen Konflikt[77] geraten, wenn sie Fleisch und andere Tierprodukte verzehren (vgl. Piazza et al. 2015: 114). Rinas verweist auf das widersprüchliche menschliche Verhalten gegenüber unterschiedlichen Arten von Tieren: „Die einen streichelt man, damit sie schnurren, den anderen hält man Bolzenschussapparate an den Kopf, damit sie essbares Fleisch werden" (Rinas 2012: 235). Einerseits empfinden Menschen Zuneigung, Verbundenheit, Sorge und Liebe gegenüber sogenannten Haustieren, andererseits töten Menschen sogenannte Nutztiere, um sie zu verzehren. Laut einer Untersuchung von Richardson et al. (1993) würde jedoch die Mehrheit der Personen aufhören Fleisch zu essen, wenn sie die Tiere die sie essen wollen, selbst schlachten müssten.

Dieses Phänomen wird in der Literatur von PsychologInnen als das „Fleisch-Paradoxon" (vgl. Piazza et al. 2015: 114) oder das „Omnivoren-Dilemma" (vgl. Pollan 2006) bezeichnet. Mit dem „Omnivoren-Dilemma" ist gemeint, dass Menschen durch ihren Fleischverzehr in ein Dilemma geraten, weshalb untersucht wird, wie sie damit umgehen, dass ihr Fleischkonsum (sowie der Konsum tierlicher Produkte) mit dem Tod von zahlreichen Tieren verbunden ist.
Dem liegt das psychologische Phänomen der „kognitiven Dissonanz"[78] zugrunde, demzufolge Individuen nicht widersprüchlich handeln wollen und Wege suchen, Konflikte zu vermeiden (ebd.: 114). In diesem Fall bestehen zwei Möglichkeit zur Lösung des vorliegenden Konflikts zwischen Einstellung und Verhalten, entweder wird der Fleischkonsum abgelehnt oder aber das Gleichgewicht wird durch diverse psychologische Mechanismen wieder hergestellt (ebd.: 114). Die Mehrheit der Menschen entscheidet sich für den zweiten Fall, während VegetarierInnen/VeganerInnen den ersten Weg bestreiten (ebd.: 114).
Der offensichtliche Widerspruch im Hinblick auf die Einstellung zu Tieren und deren Behandlung durch Omnivoren wird, so zeigen Piazza et al. (2015) mithilfe von bestimmten Strategien gehandhabt (vgl. Piazza et al. 2015: 126). So wird der Fleischkonsum dahingehend rationalisiert, dass dieser *natürlich*, *normal*, *notwendig* und *nett* ist (ebd.: 126). Diese Funktionsweise wird jedoch im Kapitel 8.1.3 noch detaillierter beschrieben.

[77] Der moralische Konflikt infolge des Fleischkonsums äußert sich in einer Ambivalenz gegenüber Fleisch, wobei affektive Überzeugungen als wesentliche Prädiktoren im Hinblick auf die Einstellung gegenüber Fleisch gelten (vgl. Berndsen/Van der Pligt 2004).

[78] Die Studie von Bastian et al. (2012) unterstreicht beispielsweise die wesentliche Rolle der Reduktion von Dissonanz für die kulturelle Praxis des Fleischessens.

Auch an dieser Stelle zeigt sich das Thomas-Theorem von Bedeutung, wenn bedacht wird, dass das Mensch-Tier-Verhältnis letztendlich das Resultat individueller und gesellschaftlicher Deutungs- und Konstruktionsprozesse ist und infolgedessen Tiere dementsprechend bzw. verschiedene Tierarten unterschiedlich behandelt werden. Die Wahrnehmung, Behandlung und das Zugeständnis von Empathie, Solidarität und Mitleid in Bezug auf Tiere ist abhängig von der Sozialisation und gestaltet sich deshalb in unterschiedlichen sozialen Kontexten auf andere Art und Weise (vgl. Cole/Stewart 2009). Im Allgemeinen sind die Mensch-Tier-Beziehungen, zu diesem Schluss kommen Piazza et al. (2015), kompliziert (ebd.: 126).
Chimaira[79] konstatieren, dass es sich bei der Diskussion des Mensch-Tier Verhältnisses um „eine der großen Debatten der Gegenwart" handelt (ebd.: 4). Abschließend möchte ich eine denkwürdige Aussage von Jeremy Bentham dahinstellen: „Die Frage ist nicht: Können sie denken? oder: Können sie sprechen?, sondern: Können sie leiden?" (Bentham 2000: 135).

8. Theoretischer Bezugsrahmen

Der theoretische Teil dieser Arbeit gliedert sich in drei wesentliche Ebenen der Soziologie: die Makroebene, die Mesoebene und die Mikroebene[80]. Der Fokus liegt dabei auf der Mikroebene, jedoch sollen und können die anderen Ebenen nicht ausgeblendet werden, da der Forschungsgegenstand verschiedene Aspekte und Ebenen der Soziologie berührt. Im Rahmen des eher explorativen Vorgehens werden deshalb verschiedene Blickwinkel sowie eine theoretische Einbettung in größere Zusammenhänge als sinnvoll erachtet.

8.1. Konsumgesellschaft und Konsumsoziologie (Makroebene)

> „*Eine Ablehnung vorherrschender gesellschaftlicher Konsumnormen und Vorstellungen oder eine aktive Suche nach anderen Konsumoptionen sind für die vegane Lebensweise bezeichnend und Teil eines gesellschaftlichen Wandels auf Ebene des Konsums*" (Ammer 2012: 202)

Einen für die vorliegende Arbeit wichtigen makrotheoretischen Rahmen bieten die Konsumsoziologie sowie ihr junges Forschungsfeld der Ernährungssoziologie. In Bezug auf konsumtheoretische Ansätze muss auf die Symbolik und deren historische und gesellschaftliche Entstehungsbedingungen eingegangen werden (vgl. Neckel et al. 2010: 423). In diesem Kontext ist Thorstein Veblens *demonstrativer Konsum* in seiner *Theorie der feinen Leute* von besonderem Interesse, denn damit hat der amerikanische Ökonom und Soziologe einerseits großen Einfluss auf die Konsum- und Kulturforschung in der Soziologie

[79] Der Chimaira – Arbeitskreis für Human-Animal Studies widmet sich der transdisziplinären Erforschung gesellschaftlicher Mensch-Tier-Verhältnisse.
[80] Dabei handelt es sich um verschiedene Blickwinkel auf die Gesellschaft. Während die Mikroebene soziales Handeln in bestimmten Situationen in den Blick nimmt, untersucht die Makroebene die Gesellschaft als Ganzes, die Mesoebene befindet sich zwischen diesen beiden Bereichen und steht für Organisationen und Institutionen (Korte/Schäfers 2008: 24).

ausgeübt, andererseits Bourdieus Arbeiten maßgeblich beeinflusst (ebd.: 426). Die zentrale These Veblens, dass der Konsum primär der Distinktion[81] dient und bewusst zur Abgrenzung instrumentalisiert wird, kommt auch heute noch oftmals zum Tragen und ist zu einem wesentlichen Gesichtspunkt in der Konsumsoziologie forciert (ebd.: 186).

Der (Nicht-)Konsum von Fleisch verweist demnach auch auf eine symbolische Bedeutung, weshalb VeganerInnen stets eine Botschaft mit sich tragen, indem sie „normabweichendes" Verhalten an den Tag legen. Ihre selbst getroffene Entscheidung steht außerdem immer in Zusammenhang mit alternativen Gesellschaftskonzepten (vgl. Ammer 2012: 38).
Das Interesse der soziologischen Konsumforschung richtet sich im Gegensatz zur ökonomischen Konsumforschung – die sich in erster Linie mit dem Nachfrageverhalten der KonsumentInnen befasst – auf Konsum im weiteren Sinne (vgl. Hellmann 2010: 179). Dabei werden alle Handlungen der KonsumentInnen selbst einschließlich des sozialen Umfelds rund um die eigentliche Nachfrage nach Sach- und Dienstleistungen in den Blick genommen (ebd.: 179). Im Hinblick auf den weit gefassten Konsumbegriff kann zwischen einem Konsum erster Ordnung und einem Konsum zweiter Ordnung unterschieden werden, wobei ersterer die Befriedigung der primären Bedürfnisse beschreibt, während letzterer für sekundäre Bedürfnisse steht (ebd.: 179). Für die Befriedigung der Bedürfnisse existiert eine untere, jedoch kein obere Grenze des Konsums, denn für die Sicherung des Überlebens ist die Erfüllung bestimmter Bedürfnisse notwendig, andere Konsumgüter stellen hingegen reinen Luxus dar (ebd.: 179f).
In Bezug auf die vegane Ernährungsweise ließe sich streiten, inwieweit vegane Produkte Luxus darstellen – was nicht selten behauptet wird – oder ob es nicht vielmehr einen Luxus darstellt, tierliche Produkte zu konsumieren, die aus einer globalen Perspektive der Energie- und Ressourcennutzung weitaus weniger nachhaltig, klimafreundlich, umweltverträglich und ressourcenschonend sind (vgl. Leitzmann/Keller 2010: 325-335).
Unter dieser Prämisse die gegenwärtige Konsumgesellschaft in den Blick nehmend, übersteigt der Konsum – damit auch die Ernährung – bei weitem die existentiellen Bedürfnisse und ist vielmehr zu einem Medium mit identitätsstiftender Funktion avanciert (vgl. Ammer 2012: 59-64).
Diese und damit einhergehende Entwicklungen in der westlichen Industriegesellschaft werden immer häufiger kritisiert, sowohl öffentlich, privat, als auch wissenschaftlich (vgl. Ritzer 2006). Ritzer spricht von einer *McDonaldisierung* der Gesellschaft womit er meint, dass sich die grundlegenden Prinzipien Kontrolle, Vorhersagbarkeit, Effizienz und Berechenbarkeit des McDonald´s Imperiums durch sämtliche Lebensbereiche ziehen und dabei unaufhaltsam vordringen (ebd.: 2006). Seine These basiert auf der von Max Weber geprägten Rationalisierungstheorie, die, wie er eindrucksvoll zeigt, mit einer Irrationalität

[81] Diese Funktion wird in der Konsumsoziologie seitdem als *demonstrativer Konsum* bezeichnet (vgl. Veblen 1986)

und Entmenschlichung einhergeht. Angesichts der heutigen globalisierten und standardisierten Wirtschaft scheint die Webersche Theorie noch, oder gerade, heutzutage aktuell zu sein.

Häufig ist derzeit die Rede von sogenannten Ernährungstrends oder Food-Trends (vgl. Rützler 2005), die kaum noch überschaubar und durchschaubar sind. Dies zeigt, dass Ernährung viel mehr als nur Nahrungsaufnahme bedeutet und einem Wandel unterworfen ist, der von sozialen, kulturellen, politischen und ökologischen Einflüssen geprägt wird (vgl. Ammer 2012: 1f). Eine dahingehende Ausnahme stellt jedoch womöglich der Veganismus dar, der sich mitunter als Konsumkritik proklamiert (vgl. Ammer 2012). Obwohl sich der Veganismus als eine Gegenbewegung zu diesem grenzenlosen Konsum versteht, wird er nicht selten scharf kritisiert.

Zu den Klassikern der Konsumsoziologie zählen Georg Simmel mit seinen Ausführungen zur Mode (1895, 1911), Thorstein Veblen mit seinem Werk „The Theory of the Leisure Class" (1899), Hazel Kyrks Studie „A Theory of Consumption" (1923), David Riesmans Beitrag „The Lonely Crowd" (1950), John K. Galbraith mit der Studie „The Affluent Society" (1958), Jean Baudrillards Werk „La société de consummation" (1970) und Pierre Bourdieu mit seinem Buch „La distinction" (1979) (vgl. Hellmann 2010: 180ff). Auch bei Norbert Elias wird in „Über den Prozess der Zivilisation" (1976) auf die Entwicklung der Tischkonventionen eingegangen.

Bei näherer Auseinandersetzung mit diesen Klassikern wird schnell klar, dass Konsum eine wichtige soziale Funktion besitzt und sich dadurch oftmals um Darstellung, Selbstdarstellung, Sichtbarkeit, Symbolik, Abgrenzung und soziale Ungleichheit ausdrückt. Infolgedessen haben sich unterschiedliche Konsumstile entwickelt. Verschiedene Formen des Konsums der modernen Gesellschaft sind Gegenstand der heutigen Konsumsoziologie (ebd.: 185). Von besonderem Interesse sind dabei die Zusammenhänge von Konsum und sozialen Merkmalen (z.B. Geschlecht, Alter, Bildung, Geld) und anderen Einflussfaktoren (ebd.: 185). Hellmann geht von einem Entsprechungsverhältnis von Gesellschaftsform und Konsumstil aus und vergleicht zur besseren Nachvollziehbarkeit verschiedene gesellschaftsspezifische Konsumstile (ebd.: 186). Dadurch kommt er zu dem Ergebnis, dass sich der moderne Konsum besonders durch Überfluss und Verschwendung auszeichnet sowie durch fast unbegrenzte Möglichkeiten (ebd.: 191).

Betrachtet man nun das Konsumverhalten von VeganerInnen, so zeigt sich, dass sie sich nicht in diese Beschreibung einfügen, sondern eher das Gegenteil abbilden, indem sie sich in ihrem Konsum stark eingrenzen. Häufig möchten sie hierdurch eine Konsumkritik zum Ausdruck bringen, das bedeutet, manche vegan lebenden Personen stellen sich bewusst gegen die modernen Produktions- Verarbeitungs- und Konsumbedingungen von Lebensmitteln (vgl. Schwarz 2010). Dadurch kommt es zu einer Politisierung und Moralisierung des Essens (vgl. Barlösius 2011).

Ammer (2012: 176) stellt in ihrer Arbeit fest, dass die Auswahl der Lebensmittel „ein Zeichen sozialer Beziehungen und gesellschaftlicher Positionierung“ ist und „der Verzehr spezifischer Produkte wie zum Beispiel Fleisch symbolische Bedeutung“ hat. Zwar, so fährt sie fort, bilden oftmals sozio-kulturelle Faktoren wie die Sozialisation die Grundlage der Konsumpräferenzen, doch könne sich das Individuum davon loslösen und stattdessen eigenständige Vorlieben und Anschauungen entfalten.

Ammer (2012: 177) hält fest: „Der Verzicht auf die Nutzung tierlicher Produkte (in Form von Nahrung oder Gebrauchsgegenständen) ist bei vielen der vegan lebenden Personen als Konsumkritik oder Verweis auf gesellschaftliche Missstände und Mangellagen zu deuten.“

8.1.1. Soziologie der Ernährung

„*Gesellschaften sind so, wie sie essen*“ (Barlösius 2011: 11).

Die Soziologie der Ernährung[82] – als eine Form der Konsumsoziologie – widmet sich den gesellschaftlichen Aspekten von Essen (vgl. Brunner 2000). In dieser Forschungsdisziplin steht die sozial- und kulturwissenschaftliche Erforschung von Ernährung und Essen[83] im Fokus (vgl. Barlösius 2011). Dieser Forschungsansatz ist deshalb für die vorliegende Arbeit von besonderer Relevanz.

Karl-Michael Brunner (2000) konstatiert in seiner Sammelbesprechung, dass sich dieses Forschungsfeld erst formiert, da das Thema Ernährung innerhalb der Soziologie bisher nur wenig Aufmerksamkeit erhalten hat (ebd.: 173). Während sich die Ernährungssoziologie in anderen Ländern erst kürzlich etabliert hat, handelt es sich dabei in der deutschsprachigen Soziologie noch um ein Randthema, so Brunner (ebd.: 173). Dabei stellt Nahrung ein zentrales Thema im Alltag für die meisten Menschen dar und unterliegt spannenden Entwicklungen. Darüber hinaus steht das Planen, Zubereiten, Verspeisen und der Genuss von Essen in engem Zusammenhang mit Sozialität, Sozialisation, Kultur, Gesellschaft, Tradition, sozialen Rollen, sozialen Normen, Macht und sozialer Interaktion oder kurz gesagt mit soziologischen Kernthemen. Man denke dabei nur an traditionelle Festmahlzeiten, geschlechterspezifische Vorlieben, Diäten, kulturell unterschiedliche Küchen und Spezialitäten, Tischmanieren, das gemeinsame Familienessen, das romantische Candle-Light-Dinner und so weiter.
Die Wahl der Nahrung unterliegt mitunter persönlichen Erfahrungen sowie kollektiven und individuellen Identitätsstiftungsprozessen (vgl. Belasco 2008: 25ff). Es bleibt doch fraglich, inwieweit der Wahl der Nahrung eine individuelle Entscheidung oder eine kollektive Bestimmung zugrundeliegt.

[82] Oder auch Soziologie des Essens oder Ernährungssoziologie
[83] Die Begriffe *Ernährung* und *Essen* sind keine Synonyme – wie in der Forschung gezeigt werden konnte – sondern beziehen sich auf unterschiedliche Sachverhalte:
Essen ist emotional, Ernährung ist kognitiv bestimmt (vgl. Pudel 2007: 164).

Pierre Bourdieu analysierte die Konsumpraktiken der französischen Gesellschaft und entwarf hierbei das Konzept des „Habitus“, demzufolge die Sozialisation in einer sozialen Klasse den individuellen Geschmack determiniere. Sein Hauptwerk „Die feinen Unterschiede“ (1982) behandelt unter anderm auch das Ernährungsverhalten als Mittel zur Distinktion in der Gesellschaft. Bourdieu begreift demnach die Entscheidung für eine bestimmte Form der Ernährung als kulturell geprägt und interpretiert Konsum allgemein als „soziale Praxis“ (vgl. Bourdieu 1982).
Brunner meint, dass Konsum systemischen Charakter besitzt und Ernährungspraktiken als Ergebnis von vielfältigen persönlichen, sozialen und kontextuellen Einflussfaktoren zu betrachten sind (vgl. Brunner 2011: 216). Darüber hinaus bestehe, so Brunner, ein enger Zusammenhang zwischen dem Lebens- und Ernährungsstil eines Menschen mit seiner Identität, eingebettet in soziale Zusammenhänge (ebd.: 214). Änderungen im Ernährungsverhalten seien deshalb sehr voraussetzungsvoll und betreffen gleich mehrere Lebensbereiche. Es müsse infolgedessen berücksichtigt werden, dass KonsumentInnen immer innerhalb sozialer, kultureller und ökonomischer Kontexte handeln (ebd.: 214). An dieser Stelle ist auch hervorzuheben, dass Essen neben der Nährstoffaufnahme oft auch andere Funktionen erfüllt (sozial, psychisch, physiologisch, kulturell), was bei der Untersuchung des Ernährungshandelns ebenfalls zu bedenken gilt (ebd.: 215).
Die Bedeutung des Alltags im Hinblick auf die Ernährung wird in den Handlungsempfehlungen für eine Ernährungswende von Eberle et al. (2006) deutlich, indem sie betonen, dass der Alltag von KonsumentInnen den Ausgangspunkt bildet und als zentraler Bezugspunkt in den Blick genommen werden muss (ebd.: 134). Der Erfolg einer fleischreduzierten Ernährungspraxis hänge letztendlich davon ab und auch, ob die sich verändernden Lebenswelten und Lebensweisen berücksichtigt werden.

Jonas Grauel, der sich den Forschungsschwerpunkten Konsum- und Wirtschaftssoziologie widmet und qualitative Zugänge wählt, kommt zu dem Ergebnis, dass Moral in routinisierte Praktiken eingeschrieben ist (vgl. Grauel 2013). Seine Forschungsperspektive ist konstruktivistisch, praxis- und habitustheoretisch inspiriert. In seinem Buch „Gesundheit, Genuss und gutes Gewissen. Über Lebensmittelkonsum und Alltagsmoral“ hat er im Rahmen einer detaillierten soziologischen Analyse untersucht, welche Rolle die Moral beim Konsum von Lebensmitteln im Alltag spielt und deren soziale Wirkungsmacht. Dabei konnte er vier Orientierungsmuster feststellen und herausarbeiten, wie sich moralische Urteile in sozialen Beziehungen entwickeln. Moral ist ein wichtiger Aspekt im Veganismus und eine große Motivation bzw. ein Ziel für viele vegan lebende Menschen.
Alltägliche Konsumaktivitäten haben in den heutigen Industriegesellschaften eine neue Problematisierung erfahren, was sich in der medialen Berichterstattung niederschlägt – dabei sind Themen im Blickpunkt die mit einem Überfluss an Lebensmitteln assoziiert

werden und zahlreiche negative soziale Tatsachen (beispielsweise Lebensmittelskandale, Verschlechterung des allgemeinen Gesundheitszustands, Klimawandel) werden als Folge des Massenkonsums interpretiert (vgl. Grauel 2013: 10).

Zu nennen sind in diesem Kontext die AutorInnen Eva Barlösius (1999), Hans-Werner Prahl und Monika Setzwein (1999), die in diesem noch jungen Forschungszweig einen wesentlichen Beitrag im deutschsprachigen Raum geleistet haben. Die jeweiligen Werke werden von Brunner in einer Sammelbesprechung (2000) kritisch bewertet.

Barlösius vertritt die Ansicht, dass die Mahlzeit als „fait social" also als soziale Institution mit bestimmten Handlungs- und Verhaltensweisen die zu einem bestimmten Grad habitualisiert und standardisiert sind zu verstehen ist, wobei sie meistens keine starke soziale Verbindlichkeit besitzt (vgl. Barlösius 2011: 184). Trotzdem entfaltet eine Institution (z.B. die Mahlzeit) eine normierende und regulierende Wirkung und soziale Kontrolle, allein durch ihre Existenz (ebd.: 184). Gewohnheit und Sozialisation spielen demnach eine wesentliche Rolle und tragen dazu bei, dass Mahlzeiten eine gesellschaftliche Bedeutung erfahren (ebd.: 184f). Dies führt dazu, dass ein gewisse Erwartungshaltung und Typisierung stattfindet und wechselseitig hergestellt wird (ebd.: 184f).

Auch Georg Simmel (1957) hat sich in seinem Essay „Soziologie der Mahlzeit" mit dieser Thematik befasst und ein Stufenschema zur Rekonstruktion der Entwicklung von Verhaltensstandards bei Tisch entwickelt (vgl. Barlösius 2011: 185). Dazu zählen die „Regelmäßigkeit der Mahlzeit", die „Hierarchie der Mahlzeit", die „ästhetische Stilisierung" und die „Regulierung der Eßgebärde" (vgl. Simmel 1957: 245f). Er weist in seinem Aufsatz zudem auf die Bedeutung des gemeinsamen Essens für die Vergemeinschaftung hin.

Weick (2013) betont die Differenzierung zwischen einer materiellen und einer immateriellen Ebene der Esskultur und behauptet: „‚Mahlzeiten' machen Gemeinschaft deutlich, schaffen Integration, Rhythmus, Abgrenzung, soziale Beziehungen und Tischsitten" (ebd.: 15). Die Esskultur bildet die Grundlage der jeweiligen Ernährungsform, wobei Auffassungen vom „richtigen" Essen durch Faktoren wie Bildung, Status, Wissen, Werthaltung und Geschlecht beeinflusst werden können (vgl. Methfessel 2004, zit. nach Weick 2013: 15). Darüber hinaus hängt Essen und damit verbundene Aspekte eng mit Emotionen zusammen (vgl. Weick 2013: 21).

Eine besondere Bedeutung beim Essen gewinnt das Verhältnis von Natur und Kultur (vgl. Wicks 2008: 281ff; Barlösius 2011: 25). Diesbezüglich stellen sich viele Fragen, beispielsweise in welchen Bereich die Thematik einzuordnen ist oder ob es eine naturgemäße Ernährungsweise des Menschen gibt und wenn ja, ob Abweichungen davon körperliche Defizite nach sich ziehen (vgl. Barlösius 2011:: 25). In diesem Zusammenhang kann festgestellt werden, dass diese Fragen auch häufig in der Diskussion um die vegane Ernährung auftauchen, denn Kritiker meinen immer wieder, eine rein pflanzliche Ernährung wäre „unnatürlich" und würde zu zahlreichen Mangelerscheinungen und weitreichenden

gesundheitlichen Nachteilen führen. VeganerInnen verweisen als Antwort beispielsweise darauf, dass die moderne Massentierhaltung ebenso „unnatürlich“ sei und noch größere gesundheitliche Konsequenzen zur Folge habe. Die Diskussion um die Natürlichkeit ist jedoch nicht der Gegenstand des vorliegenden Interesses, sondern vielmehr die soziale und kulturelle Komponente der Ernährung insbesondere der veganen Ernährungsweise.

Barlösius sieht in der *Philosophischen Anthropologie* von Helmuth Plessner eine mögliche Antwort auf diese Frage, da dieses Konzept beide Komponenten miteinschließt (vgl. Barlösius 2011: 33). Die Autorin begreift Essen gleichzeitig als natürliche und kulturelle Angelegenheit: „Essen hat immer zugleich eine natürliche und eine kulturelle Seite. Es lässt sich deshalb zu keiner Zeit und nirgendwo weder nur auf physische Prozesse und Notwendigkeiten noch einzig auf kulturelle oder soziale Sinndeutungen zurückführen“ (Barlösius 2011: 33). Die Eigenart des Essens zeichnet sich dadurch aus, dass immer beide Aspekte vorhanden sind und ist gekennzeichnet durch ein „Doppelverhältnis von natürlicher und kultureller Zugehörigkeit als charakteristische Einheit des Menschen“ (ebd.: 33). Plessner verortet diese Eigenart im Menschen selbst und bezeichnet dies als „natürliche Künstlichkeit“ des Menschen (vgl. Plessner 1981). In seiner Anthropologie bezieht er sich auf Webers Handlungsbegriff (vgl. Barlösius 2011: 34).

8.1.2. Fleisch als Symbol

> „*There is a sizeable body of evidence that omnivores and vegetarians think of meat in very different terms. Whereas omnivores have positive explicit and implicit attitudes toward meat, associating it primarily with luxury, status, taste, and good health, vegetarians tend to link meat with cruelty, killing, disgust, and poor health*“ (Ruby 2012: 145).

Symbolik spielt im Alltag und in der Soziologie in der Tradition des symbolischen Interaktionismus eine zentrale Rolle (vgl. Richter 2002: 63f). Aufgrund der Fokussierung auf den Alltag von VeganerInnen sind symbolische Wirkungen in diesem Kontext von Bedeutung, wobei insbesondere Fleisch starken Symbolcharakter besitzt.

Die symbolische Wirkung von Fleisch wurde zahlreich thematisiert und belegt (vgl. Adams 1998, 1990; Cole/Morgan 2011a; Fiddes 1993; Mellinger 2000; Preece 2008; Ruby 2012; Setzwein 2002, 2004; Twigg 1983).
Relativ neu ist hingegen die Erforschung der unterschiedlichen Wahrnehmungen, Einstellungen und Zuschreibungen von Omnivoren und VegetarierInnen gegenüber Fleisch sowie dessen Neubewertung (vgl. Ruby 2012: 144f). Ambivalenzen gegenüber Fleisch tauchen jedoch auch bei FleischesserInnen[84] auf (vgl. Berndsen/Van der Pligt 2004). Diese

[84] Tatsächlich wurde in einer Pilot-Studie (Berndsen/Van der Pligt 2001) festgestellt, dass 69% der FleischesserInnen ambivalente Gefühle gegenüber dem Fleischkonsum hegen.

Ambivalenzen schlagen sich in der Einstellung (positiv oder negativ) gegenüber dem Nahrungsmittel Fleisch und in der Glaubensstruktur nieder (ebd.). Infolgedessen können Ambivalenzen und Einstellungen im Hinblick auf Fleisch, die wiederum auf affektive Überzeugungen zurückzuführen sind, als ausschlaggebend für den Fleischkonsum und dessen Bedeutung für Individuen interpretiert werden (ebd.).
Gruber (2012) diagnostiziert eine Neubewertung des Nahrungsmittels Fleisch, die in den letzten Jahren verstärkt auftritt. Während der Konsum von Fleisch (und tierlichen Produkten) jahrhundertelang in der westlichen Kultur eine Selbstverständlichkeit und sogar Ausdruck eines hohen Lebensstandards war, wird der ungezügelte Fleischverzehr heutzutage immer weniger akzeptiert (ebd.: 2).

Twigg (1983) setzte sich bereits sehr früh mit der Bedeutung von Fleisch auseinander und stellte fest, dass VegetarierInnen eine Umdeutung des Fleischkonsums vornehmen bei der, anstelle von dominanten Assoziationen mit Stärke und Macht, nun Aggression und Grausamkeit im Vordergrund stehen (vgl. Twigg 1983, zit. nach Kwan/Neal 2005: 4). Infolgedessen verkörpert der Fleischverzehr für VegetarierInnen meist Tod, Verfall und Korruption (ebd.: 4).
Fleisch als Nahrungsmittel besitzt dennoch für viele noch immer einen hohen Status und eine identitätsstiftende Funktion (vgl. Brunner et al. 2007: 149). Die häufigsten Motive für einen hohen Fleischkonsum sind die lange Tradition der westlichen Fleischkultur, eng zusammenhängend mit den symbolischen Bedeutungen von Fleisch (ebd.: 170f). Marketingkampagnen der Fleischindustrie greifen diese Motive auf und verstärken sie, indem sie auf den ernährungsphysiologisch scheinbar hohen Stellenwert tierlicher Lebensmittel verweisen (ebd.: 171). Die (kulturelle) Identität spielt hierbei demnach eine zentrale Rolle und wird durch den Konsum laufend hergestellt – so wird in der Fleischwerbung beispielsweise Österreich als hervorragendes Fleischproduktionsland dargestellt („Fleisch aus Österreich“ oder „österreichische Qualität“ als Markenzeichen). Darüber hinaus wird vermittelt, dass Fleisch als Lebensmittel einen hohen Status besitzt und mit Attributen wie Männlichkeit[85], Stärke und Dominanz zusammenhängt (ebd.: 171). Diese Zuschreibungen finden ihren Ausdruck in der Zubereitung und dem Genuss von Fleischgerichten zur Inszenierung des eigenen Status, sowie von festlichen Anlässen und der eigenen kulturellen Identität (ebd.: 171). Vor allem in weniger privilegierten sozialen Milieus kommt dieser Status von Fleischspeisen zum Tragen, denn heute können es sich auch Personen mit niedrigem Einkommen leisten, Fleisch zu essen und somit vermeintlich ihre Lebensqualität steigern (ebd.: 171).
Fleisch wird häufig mit Themen wie Versuchung, Verführung, Genuss, Kraft, Stärke, Sünde, „Sexiness“ und sexueller Potenz in Verbindung gebracht, weshalb VeganerInnen im

[85] Ein Beispiel hierfür ist die Männer- und Kochzeitschrift *BEEF*, in der laut Gutjahr „offensiv neue Bilder von Männlichkeit durch Gewalt an Tieren und Fleischkonsum hergestellt werden“ (Sebastian 2012).

Gegenzug als asketisch, keusch und enthaltsam dargestellt und stereotypisiert werden (vgl. Cole/Morgan 2011a: 146). Im Zuge dieser Zuschreibungen (die dem Fleisch ein positives Image verschreiben) werden darüber hinaus die damit verbundenen gewaltsamen Handlungen (das Töten und Zerlegen von nichtmenschlichen Lebewesen) verschleiert und die betroffenen Subjekte (Tiere) objektiviert (ebd.: 146).

Fleisch wird neben der Symbolfunktion für Macht, Stärke und Aktivität auch als Differenzierungsmerkmal im Hinblick auf das Geschlecht instrumentalisiert, da es als Symbol typischerweise mit traditionell männlich assoziierten Attributen einhergeht (vgl. Weick 2013: 35fff). Fleisch als Symbol der Macht erstreckt sich dahingehend nicht nur über die Natur und die Tiere, sondern auch über die Frauen (ebd.: 36). Der Verzehr und Genuss von Fleisch impliziert, repräsentiert und reproduziert daher oftmals gängige Vorstellungen von Männlichkeit. Allgemeiner formuliert, wird durch das Ernährungsverhalten Geschlecht und Geschlechterdifferenz hergestellt und symbolisch ausgedrückt (vgl. Spiekermann 2002: 68, zit. nach Weick 2013: 36).

Der Zusammenhang zwischen Ernährung und Geschlecht – hier relevant als Konstruktion von Maskulinität durch Fleischkonsum – wird unter anderem von Adams (1990), Rappoport et al. (1993), Beardsworth et al. (2002), Setzwein (2002), Spiekermann (2002), Rückert-John/John (2009), Ruby/Heine (2011), Rozin et al. (2012), Ruby (2012), Reitmeier (2013), Rothgerber (2013) und Weick (2013) thematisiert.

Im Zuge feministischer Theorien wird die Verknüpfung zwischen Geschlecht, Essen und Hierarchie untersucht (vgl. Adams 1990; 1995; 1998; 2010; Setzwein 2002; 2004).

Carol J. Adams entwarf 1990 eine feministisch-vegetarische Theorie. Sie behandelt darin unter anderem das Thema „Fleisch als Symbol des Patriarchats“ (ebd.: 38ff). Die Vorstellung, dass „echte“ Männer Fleisch essen, führt somit zur gesellschaftlichen Abwertung von Männern, die Fleisch ablehnen – diese werden oftmals als „weibisch“, „Homo“ oder „Weichling“ beschimpft, denn sie verwerfen dieser Ansicht zufolge ein wesentliches männliches Privileg (ebd.: 39f).

Kerngedanke von Adams‘ Argumentation sind die in der westlichen Kultur tief verwurzelten, einander überschneidenden Unterdrückungsformen von Frauen und Tieren (vgl. Adams 2002: 44fff). Vor diesem Hintergrund spricht sie von einer „Vergewaltigung von Tieren“ und dem „Schlachten von Frauen“ und betont damit die den beiden Opfern gemeinsame gewaltsame Unterdrückung (ebd.: 41). Sie zeigt mithilfe dieser Metaphern die unterdrückende Gewalt, die sowohl mit dem Fleischessen, als auch mit sexueller Gewalt einhergeht, auf und zieht Parallelen entlang der beiden Praktiken inhärenten Abwesenheit von Referenten – nämlich Frauen und Tieren (vgl. Adams 2002: 43-47). Der Existenz von Fleisch als Nahrungsmittel geht immer das Schlachten von Tieren voraus, wobei Tiere in diesem Prozess als Lebewesen mit Namen und Körper zu abwesenden Referenten werden (ebd.: 43).

Ein wesentliches Element der Symbolisierung und Mystifizierung von Fleisch ist, laut Adams, die Sprache:

> „Tiere werden durch Sprache entfernt, die die toten Körper umbenennt, bevor die Konsumenten sie essen. Unsere Kultur mystifiziert den Begriff „Fleisch“ als Nahrungsmittel noch weiter durch die Sprache der Gastronomie, sodass wir nicht von toten, geschlachteten Tieren sprechen, sondern von Kochkunst“ (ebd.: 43).

Die Begriffe *Fleisch* und *Schlachten* werden, abgesehen von dieser Mystifizierung, als Metaphern für die Unterdrückung der Frau verwendet, wenn beispielsweise eine Frau als „ein Stück Fleisch“ bezeichnet oder behandelt wird (ebd.: 49f). Adams kritisiert, dass viele radikal-feministischen Ansätze mithilfe dieser Metaphern lediglich weibliche Erfahrungen beschreiben, ohne die Realität dahinter – nämlich die Unterdrückung von Tieren – zu thematisieren und plädiert dafür, Tiere „in die Analyse der patriarchalen Kultur zu integrieren und das starke historische Bündnis zwischen Feminismus und Vegetarismus anzuerkennen“(ebd.: 50). Sie geht sogar noch weiter, indem sie behauptet, dass die Verwendung dieser symbolischen Metaphern und Vergleichen, die Erniedrigung, Schändung und Vergegenständlichung ausdrücken, selbst ausbeuterisch sei, die patriarchale Struktur imitiere und die radikal-feministische Theorie dadurch sprachlich die Ausbeutung von Tieren und Verleugnung dessen forciere (ebd.: 68).

8.1.3. Ideologien und „Ismen“

> „*For many people, living as a vegan is not a worthwhile consideration because of the taken-for-granted norms of using other animals, or in other words, because of the ongoing normalization of speciesism*” (Cole/Morgan 2011a: 144f).

In den bisherigen Ausführungen wurde bereits ersichtlich, dass Veganismus mit spezifischen Ansichten und Einstellungen einhergeht. Diese sollen nun konkret dargelegt und damit verbundene zugrundeliegende Wirkungsmechanismen analysiert werden.

Die Sozialpsychologin Melanie Joy (2013) hat ein neues Konzept entwickelt, das sie *Karnismus* bezeichnet und mit unterdrückenden Ideologien wie Rassismus oder Sexismus in der Gesellschaft gleichsetzt. Sie charakterisiert Karnismus als die in unserer Gesellschaft vorherrschende, mit Gewalt einhergehende Ideologie und als Gegenteil von Veganismus (ebd.: 30-38). Kennzeichnend für den Karnismus sei es, Fleisch zu essen und dies als Selbstverständlichkeit anzusehen – dabei geht die Bedeutung über die Bezeichnung „FleischesserIn“ wie bei „VeganerIn“ über die Esspraxis hinaus und verweist auf das dahinter stehende Glaubenssystem (ebd.: 31). Der springende Punkt in Joys Argumentation ist, dass im Gegensatz zum bekannten Glaubenssystem des Veganismus, das des Karnismus bislang unsichtbar und unhinterfragt blieb, da es eine schwer zu durchschauende Ideologie darstelle (ebd.: 30ff). Sichtbarkeit spiele im Glaubenssystem des Karnismus selbst auch insofern eine

zentrale Rolle, als die zahlreichen „Nutztiere“ immer und absichtlich im Verborgenen bleiben.

Darüber hinaus postuliert sie den „Mythos vom freien Willen“, und meint, dass das *karnistische* System, wie andere gewalttätige Ideologien auch, auf einem unbemerkten Zwang beruht (ebd.: 128f). Sie bietet dadurch einen Erklärungsansatz, wie es möglich ist, einerseits Tiere zu essen (Nutztiere) und andererseits Tiere zu lieben (Haustiere).

Laut Joy fungieren unbewusste Abwehrmechanismen und Mythen als Aufrechterhaltung der ambivalenten Mensch-Tier-Beziehung und der Praxis des Fleischkonsums (ebd.: 108-129). Diese psychologischen Abwehrmechanismen würden sicherstellen, dieses Paradox aufrechtzuerhalten und sind (außer bei VegetarierInnen und VeganerInnen) stark verinnerlicht (ebd.: 130ff). Möglich wird dieser gesellschaftlich institutionalisierte Widerspruch folglich erst durch eine Trennung und Verdrängung des Zusammenhangs zwischen Tieren als lebendigen Lebewesen und dem Konsumgut Fleisch – beispielsweise in Form von einem Steak– im Alltag. Joy spricht in diesem Kontext von einer systematisch hergestellten Lücke[86] (ein Missing Link) im Bewusstsein der Menschen, die eben durch eine fehlende Verbindung zwischen dem lebenden Tier als fühlendes Lebewesen und, plakativ formuliert, dem Schnitzel auf dem Teller, gekennzeichnet ist (vgl. Joy 2013: 18). Weick (2013) sieht darin ein wesentliches Merkmal des Veganismus:

> „Vegan zu sein, bedeutet dabei, die psychologische Barriere zwischen dem styroporverpackten Fleisch im Supermarkt und dem Tier, von dem es kommt, zu überwinden. Es ist wichtig, ehrlich zu sich selbst zu sein bei der Frage, wie die Tiere in unserer Gesellschaft behandelt werden und sich, soweit es möglich ist, aus diesem System der Ausbeutung herauszunehmen. Der Veganismus steht dafür, gelebten Protest zu leisten und für eine Welt einzustehen, in der man leben möchte“ (ebd.: 6).

Auch Cole und Morgan (2011a) argumentieren, dass die Trennung vom lebenden Tier und dem verarbeitetem Stück Fleisch den VerbraucherInnen dazu diene, die eigene Verantwortung und Mitschuld an der Schlachtung von Tieren zu ignorieren und deren Konsum überhaupt erst zu ermöglichen (ebd.: 152). Die Verbindung zwischen dem Tier und dem Nahrungsmittel Fleisch könne jedoch wieder hergestellt und diese „Lücke“ im Bewusstsein revidiert werden. Genau das geschieht eben bei VegetarierInnen und VeganerInnen, häufig durch ein Schlüsselerlebnis ausgelöst, weshalb es ihnen eben nicht mehr (ohne negative Assoziationen) möglich ist, Fleisch oder tierliche Produkte zu verzehren (vgl. McDonald 2000).

[86] Diese Lücke bezieht sich allerdings nur auf die wenigen Tierarten, die von einer Kultur als „essbar“ eingestuft werden – bei allen anderen Tierarten äußert sich hingegen beim Verzehr oder dem Gedanken daran ein Gefühl von Ekel. Dies sieht Joy als Beweis dafür, dass das Fehlen eines Ekelgefühls beim Essen von Tieren erlernt und damit verbundene Schemata von einem komplexen Glaubenssystem konstruiert sind. So wird durch komplexe Vorgänge der Verzehr von bestimmten Tieren ohne unangenehme Gefühle von Ekel und Empathie erst ermöglicht. Das Ausbleiben von Ekel stellt in Anbetracht der unzähligen Tierarten somit eher die Ausnahme dar (vgl. Joy 2013: 18f).

Joy postuliert die *3 Ns zur Rechtfertigung*, Fleisch und Tierprodukte zu konsumieren (vgl. Joy 2013: 109-128). Gekennzeichnet sei der Karnismus demzufolge durch die weitverbreitete Ansicht, dass Fleisch zu essen *normal, natürlich* und *notwendig* wäre (ebd.: 110). Diese Auffassung, entsteht, so Joy, in einem wiederkehrenden Sozialisationsprozess, der durch zahlreiche soziale Institutionen und Autoritätspersonen[87] legitimiert, kanalisiert und verstärkt wird (ebd.: 111-119). Dazu zählen etwa die Medien, die Medizin, das Bildungswesen, die Religion, die Familie sowie verschiedene öffentliche und private Organisationen[88]. Sie meint dazu: „Die Drei Ns sind in unserem gesellschaftlichen Bewusstsein so tief verwurzelt, dass sie unser Handeln steuern, ohne dass wir überhaupt darüber nachdenken müssen“ (vgl. Joy 2013: 110).

Während es bei Joy *3Ns* sind, konstatieren Piazza et al. (2015) *4Ns* dieses Rechtfertigungsparadoxes, indem sie es durch *nett*[89] (z.B. angenehm, befriedigend) ergänzen. Piazza et al. (2015) behandeln aufbauend auf Joys Theoriebildung ebenfalls diese Thematik und überprüfen die zugrundeliegende Theorie anhand verschiedener empirischer Studien. Im Zuge dessen konnten sie demonstrieren, dass die 4N Klassifizierung die Rechtfertigungen, mit denen sich Menschen verteidigen, Fleisch zu essen, weitgehend abdeckt (ebd.: 116f). Darüber hinaus konnten sie eine Tendenz zur Objektivierung von Tieren bei BefürworterInnen der 4Ns feststellen (ebd.: 117ff). Die 4Ns dienen Omnivoren, wie gezeigt wird, letztendlich als Instrument, Schuldgefühle in Bezug auf den Konsum tierlicher Produkte zu mildern: „The 4NS are a powerful, pervasive tool employed by individuals to diffuse the guilt one might otherwise experience when consuming animal products.” (Piazza et al. 2015: 125).

Im Zusammenhang mit Veganismus häufig erwähnt wird der Begriff *Speziesismus*[90]. Dunayer (2004) definiert Speziesismus folgendermaßen: „A failure, in attitude or practice, to accord any nonhuman being equal consideration and respect” (ebd.: 5). In diesem Konzept wesentlich ist folglich Gerechtigkeit, Gleichheit, Respekt, und Rechte im Hinblick auf alle Lebewesen, während Einstellungen und Handlungen, welche Tiere als minderwertig erachten, abgelehnt werden. Da es hierbei um soziale Ungleichheit und damit verbundene Aspekte geht, handelt es sich um ein soziologisches Themenfeld. Auf die soziologischen Aspekte des Speziesismus wies auch Mütherich (2005) hin.

Die speziesistische Ideologie bilde die Grundlage der Ausbeutung von nichtmenschlichen Lebewesen in der Gesellschaft und wird deswegen stark debattiert (vgl. Cole/Morgan 2011a:

---

[87] Der maßgebliche Einfluss von Autoritätspersonen auf das Handeln Einzelner wurde in dem berühmten *Milgram-Experiment* in den 60er Jahren nachgewiesen (vgl. Joy 2013: 114ff).

[88] Laut Joy sind hierbei vor allem die Medien und das Rechtssystem besonders wesentlich (ebd.: 117). Durch geltende Gesetze – in diesem Fall der rechtliche Status von Tieren – entstehe „ein Zwang zur Konformität mit dem System“ (Joy 2013: 117).

[89] Im Original: *nice*

[90] Der Terminus *Speziesismus* wurde 1970 von dem britischen Psychologen Richard D. Ryder zur Bezeichnung eines gewaltförmigen Mensch-Tier-Verhältnisses in Anlehnung an andere Formen der Unterdrückung wie Rassismus oder Sexismus eingeführt (vgl. Chimaira 2011: 14). Peter Singer griff dieses Konzept Mitte der 1970er Jahre in *Animal Liberation* (1975) auf und machte es populär. Die Tierrechts- und Tierbefreiungsbewegung entwickelte das Speziesismus-Konzept schließlich weiter (ebd.: 14).

144). Die Allgegenwärtigkeit des Speziesismus – der kulturell reproduziert wird – steht dem Veganismus entgegen (ebd.: 144). Da der Kern des Veganismus in der Ablehnung der Ausbeutung von nichtmenschlichen Lebewesen besteht, bedeutet dies eine potentielle Bedrohung für die Normen des Speziesismus (ebd.: 145). Im kulturellen Mainstream wird dem Veganismus daher häufig mit Spott begegnet und VeganerInnen werden (öffentlich) lächerlich gemacht (ebd.: 145f). Zu diesem Ergebnis[91] kommt eine Inhaltsanalyse der nationalen Zeitungsberichterstattung in der UK über Veganismus und VeganerInnen die 2007 durchgeführt wurde. Laut dieser Analyse sind lediglich 6% der untersuchten Zeitungsartikel positiv eingestellt gegenüber Veganismus (ebd.: 145). Die in den Artikeln verwendeten Adjektive beschreiben Veganismus als „schwierig", „unangenehm", „obsessiv" und „gefährlich" und fördern damit Stereotype (ebd.: 145f). Zudem werden hierdurch gleichzeitig speziesistische Überzeugungen bestärkt, dass das Essen von nichtmenschlichen Lebewesen „normal, reasonable, pleasurable, and unquestionable" sei (ebd.: 146). Dies erinnert stark an die Theorie Joys über die 3Ns zur Rechtfertigung des Fleischkonsums.

Der Prozess der Normalisierung von Speziesismus vollzieht sich, laut Cole und Morgan, einerseits in der kulturellen Reproduktion des Speziesismus, andererseits in der Verleugnung durch das Verschleiern der Ausbeutung (vgl. Cole/Morgan 2011a: 145-156). Die Reproduktion impliziert das Lächerlich machen von Veganismus, das Aufstellen einer Mensch-und-Nicht-Mensch Hierarchie und das Untergraben von Mitgefühl (ebd.: 145-152). Die Reproduktion des Speziesismus wird auch, so Nibert (2002) in der Alltagssprache praktiziert, weshalb Euphemismen aufgelöst werden müssten. Die anti-speziesistische Haltung und Motivation für Veganismus wird durch die Gestaltung eines Stereotyps (des Veganismus) verdeckt und Veganismus so als individuelle „Marotte" deklariert (vgl. Cole/Morgan 2011a: 146). Cole und Morgan verweisen auf Schnittpunkte zwischen Speziesismus und anderen Formen von Unterdrückung und zeigen somit, dass es sich beim Veganismus nicht nur um ein Einzelphänomen handelt (ebd.: 144). Unterdrückung könne aufgrund von Geschlecht, Ethnizität, Sexualität und eben Spezies, stattfinden (ebd.: 147). Wie andere Diskriminierungsformen beruhe auch Speziesismus auf einer Hierarchie, sowie auf Prozessen von Objektivierung und Unsichtbarkeitsmachung (ebd.: 146f). Abhängig von der Art der Nutzung[92] von nichtmenschlichen Lebewesen (bspw. Haustiere, Nutztiere, Versuchstiere, Arbeitstiere, Wildtiere) werden diesen unterschiedliche Grade von Subjektivität zugesprochen bzw. abgesprochen und unterschiedliche Behandlungen zuteil, obwohl es moralisch gesehen keine signifikanten Unterschiede gibt (ebd.: 147). Durch den Vorgang der Objektivierung von bestimmten Spezies rücken moralische Anliegen in den Hintergrund und wird emotional und konzeptuell Distanz hergestellt (ebd.: 147f). Tierkörper und Teile davon werden damit einhergehend als Ware und Konsumgut neben anderen

[91] Siehe: Cole, Matthew /Morgan, Karen 2011: Vegaphobia: derogatory discourses of veganism and the reproduction of speciesism in UK national newspaper. British Journal of Sociology 61(1): 134-153.
[92] Siehe Abbildung 1 (vgl. Cole/Morgan 2011: 147)

wahrgenommen, während VeganerInnen gerne als sentimental und gefühlsduselig, ihre ethischen Grundsätze als lächerlich, unpassend und lebensfeindlich dargestellt werden (ebd.: 149). Häufig werden VeganerInnen und ihre Ansichten auch als radikal, extrem oder militant wahrgenommen und bezeichnet (vgl. Rinas 2012: 256).

Cole und Morgan stützen sich des Weiteren auf Cohen´s soziologische Theorie der Verleugnung[93] und wenden diese im Kontext des Speziesismus an (vgl. Cole/Morgan 2011a: 152). Leugnung, so wird argumentiert, inkludiert häufig die Einhaltung sozialer Normen und zeichnet sich durch die Verwendung rhetorischer Mittel aus (ebd.: 152). Dazu zählen nach Cohen das Leugnen von Verantwortung, das Leugnen von echtem Leid, das Leugnen von Opfern, das Verurteilen der Verurteilenden, das Appellieren an höhere Loyalitäten und das Leugnen von Mitgefühl (ebd.: 145-156).

Das Verurteilen von denjenigen Personen, die sich dem Missbrauch und der Ausbeutung von nichtmenschlichen Lebewesen widersetzen (VeganerInnen), ist eine Form der Verleugnung (ebd.: 154). Das Lächerlich machen des Veganismus als Bestandteil dieses Prozesses dient dazu, zu leugnen, dass es eine Alternative zur speziesistischen Norm gäbe (ebd.: 154). Diese Verurteilung geht jedoch über kulturelle Dimensionen und harmlosen Spott hinaus – sie kann sich bis hin zu staatlicher Repression erstrecken (ebd.: 154). Dies zeigt sich anhand des Beispiels[94] von Österreich[95], wo eine Gruppe von Tierschützern 2008 öffentlich kriminalisiert[96] wurde. Ob das zunehmende Engagement von ZivilbürgerInnen in NGOs dadurch eingeschränkt werden könnte und welche Folgen der Tierschützerprozess nach sich zieht, wird von Theuer und Lengauer (2011) untersucht.

Gespött kann, wie in diesem Fall ersichtlich wird, in Feindseligkeit gegenüber VeganerInnen übergehen und die Leugnung unter den KonsumentInnen von tierlichen Produkten schließlich noch verschärfen (vgl. Cole/Morgan 2011a: 154).

Die Unterdrückung von Mitgefühl und Empathie sei notwendig, um „wie gewohnt“ und „wie üblich“ fortzufahren und somit die speziesistische Ordnung bzw. Hierarchie aufrechtzuerhalten (ebd.: 148f). Dabei seien laut Cole und Morgan die Medien nicht zu unterschätzen: „Acting against exploitation through choosing veganism is a rational and compassionate response to a moral outrage, but the systematic cultural distortion of vegans and veganism in the UK media helps to suppress potential dissent.” (Cole/Morgan 2011a: 148f).

Wesentliches Element des Speziesismus ist zudem, die Ausbeutung und Tötung nichtmenschlicher Lebewesen unsichtbar zu gestalten und zu verbergen (vgl. Cole/Morgan

---

[93] Verleugnung definiert Cohen als komplexes soziologisches und psychologisches Konzept, dass die Unfähigkeit oder Unwilligkeit sich mit den unangenehmen Seiten des Lebens zu befassen ausdrückt (vgl. Cohen 2001: 20).

[94] Im Rahmen eines Forschungsprojekts an der Universität Wien wird dieser Tierschützerprozess sowie dessen Folgen untersucht. Siehe: http://fewd.univie.ac.at/forschungsprojekt-theuer-lengauer-tierschuetzerprozess//.

[95] Siehe: “Shame on Austria. Political prosecution of acitvists”: http://www.shameonaustria.org/

[96] In diesem Fall die Festnahme, Inhaftierung und Strafverfolgung von österreichischen Tierschutz-Aktivisten im Mai 2008 die unter anderem wegen verdeckten Ermittlungen innerhalb Massentierhaltungsbetrieben und dem Organisieren von Demonstrationen angeklagt wurden. Die Tierschützer wurden im Zuge des Strafverfahrens jedoch von dem Vorwurf einer Mitgliedschaft in einer kriminellen Organisation freigesprochen.

2011a: 149). Die herausragende Bedeutung der Unsichtbarkeit[97] für die Aufrechterhaltung des Karnismus betont auch Joy (2013): „Wie bei jeder gewalttätigen Ideologie muss die Bevölkerung vom direkten Kontakt mit den Opfern des Systems abgeschirmt werden, damit sie nicht anfängt, das System und ihre eigene Rolle darin zu hinterfragen“ (ebd.: 43). Die gut geplante Abschottung von Millionen sogenannten Nutztieren in Massentierhaltungsbetrieben[98], Tiertransportern und Schlachthofkomplexen vor der Öffentlichkeit sowie die Verschleierung dieser Vorgänge durch das Suggerieren positiver Werbebilder vom Bauernhofidyll sind demzufolge Beweise, dass die Fleischindustrie große Anstrengungen für die systematische Unsichtbarkeitsmachung von (Gewalt an) Nutztieren unternimmt (ebd.: 43). Die gewaltvolle Realität wäre den meisten Menschen nicht zumutbar und würde zum Teil traumatische Erlebnisse erzeugen (ebd.: 36). Auf diese (Un-)Sichtbarkeit und deren Funktion zielt auch eine in diesen Kreisen bekannte Aussage von Paul McCartney ab: „Wenn Schlachthäuser Wände aus Glas hätten, wären alle Menschen Vegetarier“.

Die Brutalität der routinisierten, massenhaften Tötung von Nutztieren wird bislang durch verschiedene Argumente legitimiert, beispielsweise dadurch, dass die „Natur“ ebenso wenn nicht sogar grausamer wäre (vgl. Cole/Morgan 2011a: 150f).

Indem und solange nichtmenschliche Lebewesen von Menschen objektiviert werden und ihr Leiden unsichtbar gehalten bleibt, wird, so schlussfolgere ich, der Speziesismus – als Form der Unterdrückung aufgrund der Spezies – und damit die oftmals grausame Ausbeutung von „Nutztieren“ in jeglicher Hinsicht, weiterbestehen.

Das Mitgefühl für Tiere und insbesondere die Sorge um das Wohlergehen von Nutztieren drückt sich jedoch auf der anderen Seite immer stärker in Entwicklungen wie „happy meat“[99] aus, das zuletzt aber, dazu diene, besorgte KonsumentInnen zu beruhigen, um schließlich die Ausbeutung von Nutztieren fortzusetzen und weiterhin zu ermöglichen (vgl. Cole 2011). Dieser Diskurs verstärke zudem hierarchische Denkweisen, indem die Frage, ob es ethisch korrekt ist, nichtmenschliche Lebewesen für menschliche Zwecke zu nutzen, unberührt bleibt und zählt somit zu den Verleugnungsprozessen, denn aus einer kritischen veganen Perspektive werden auch Bio-Produkte tierlicher Herkunft oder „artgerechte“ Bedingungen nicht toleriert (vgl. Cole/Morgan 2011a: 149ff). Ein Leitgedanke des Veganismus lautet schließlich „(Art)gerecht ist nur die Freiheit“ (Rinas 2000).

Cole und Morgan halten eine friedliche vegane Zukunft – damit meinen sie das Ende der Ausbeutung nichtmenschlicher Lebewesen – für eine Utopie, oder genauer, eine utopische Herausforderung für die herrschende Ordnung der Dinge (Cole/Morgan 2011a: 144).

---

[97] Laut Joy wird auf *symbolischer* und auf *praktischer* Ebene Unsichtbarkeit hergestellt (vgl. Joy 2013: 43).

[98] Massentierhaltungsanlagen werden auch „Tierfabriken“ als bezeichnet (vgl. Joy 2013:41).

[99] Der aufstrebende Markt für „happy meat“ verspricht beunruhigten KonsumentInnen höhere Standards als in der konventionellen Nutztierhaltung, weshalb die konventionelle Massentierhaltung vor neuen Herausforderungen steht und immer häufiger abgelehnt wird (vgl. Cole 2011). Produkte werden häufig als „artgerecht“ gekennzeichnet

„Utopie“ verstehen sie dabei im Sinne Karl Mannheims[100] als eine Befreiung von den Fesseln der herrschenden Gesellschaftsordnung, was in diesem Fall die speziesistische soziale Ordnung betrifft (ebd.: 144). Diese Ordnung wird jedoch in der westlichen Kultur als so selbstverständlich angesehen, dass ein veganes Leben für viele Menschen keine ernsthafte Überlegung darstellt (ebd.: 144f). Obwohl es im Westen keine guten Gründe gibt, Fleisch zu essen, bedarf es grundsätzlich keiner Rechtfertigung, dies zu tun (vgl. Lumsden 2009, zit. nach Cole/Morgan 2011a: 14).

Die in diesem Abschnitt diskutierten Bezeichnungen Speziesismus, Karnismus und Veganismus enden allesamt auf *–ismus*. Diesen Umstand berücksichtigend, und deshalb auch hier interessant, ist die Ausführung von Kröll (2014) über „Ismen“. Darunter versteht Kröll eine soziale Bewegung, genauer gesagt, „Bewegungsformen von Paradigmata“ (ebd.: 75). Ismen „treten, sozial wirksam, auf […] als Bewegungsformen geistiger Prozesse“ (Kröll 2014: 76). Kröll kritisiert, dass in den Sozialwissenschaften meist nicht dargelegt wird, was „das Eigentümliche eines Ismus ausmacht“ und problematisiert die Ismenbildungen der Sozialwissenschaften“ (ebd.: 76). Er konstatiert: „Ismen als Denkformeln, als Bewegungsformen des Denkens einmal in die wissenschaftliche Umlaufbahn gebracht, entfalten ihre eigendynamische soziale Wirkmächtigkeit“ (ebd.: 77).

Wie im vorliegenden Kapitel verdeutlicht wurde, geht eine omnivore Ernährung mit der Konstruktion von Herrschafts- und Machtverhältnissen, oder in anderen Worten mit einer Hierarchisierung und Diskriminierung einher und besitzt gesellschaftspolitische Realitäten.

8.2. Szenedarstellung und Vergemeinschaftung (Mesoebene)

> „*Thus it seems that in order to maintain vegan practices, it is indeed important to have other vegans in one’s social networks*” (Cherry 2006: 165).

Auf der Mesoebene befinden sich Organisationen und Institutionen, weshalb in diesem Kapitel vorallem Gruppen- und Vergemeinschaftungsprozesse im Hinblick auf den Veganismus sowohl allgemein, als auch spezifisch betrachtet werden. Hitzler und Niederbacher (2010) verstehen *Szenen* als „Formen juveniler Vergemeinschaftung“ (Hitzler /Niederbacher 2010). Veganismus ist jedoch, laut Schwarz, keineswegs nur ein aus Protestverhalten resultierendes Jugendphänomen – es gibt ganze vegan lebende Familien (vgl. Schwarz 2010: 171). In einer Sammlung von Szenedarstellungen umreißen Hitzler und Niederbacher Szenen unter anderem anhand von charakteristischen geteilten *Einstellungen*, *Symbolen*, *Ritualen*, *Events* und *Treffpunkten* (ebd.: 2010). Die „Veganer-Szene“ soll anhand dieser Aspekte nun kurz beschrieben werden und anschließend etwas abstrakter in die Funktionsweise der *posttraditionalen* Vergemeinschaftung nach Hitzler überführt werden.

[100] Siehe: Mannheim, Karl 1985: Ideology and Utopia: An Introduction to the Sociology of Knowledge. San Diego: Harcourt, Inc.,192-3.

Während das Geschlechterverhältnis der veganen Szene ausgeglichen zu sein scheint, kann das Bildungsniveau als eher hoch verzeichnet werden (vgl. Schwarz 2010: 171). Die vegane Szene zeichnet sich durch den Fokus auf die Tierrechtsphilosophie, die politische Tierrechtsarbeit und die Konsumentenaufklärung aus (ebd.: 171). Dieser Diskurs äußert sich durch das sowohl szenen-interne sowie auch übergreifende Eintreten für Tierrechte (ebd.: 171). Bezugnehmend auf „übergreifend" wird oftmals Konsumentenaufklärung betrieben, indem mithilfe von Demonstrationen und Kampagnen über Formen und Praxen der Tiernutzung aufgeklärt, gegen Tierausbeutung demonstriert und gleichzeitig für Tierrechte und Veganismus appelliert wird (ebd.: 171). Hinsichtlich des veganen Konsumverhaltens bestehen große Unterschiede – während sich manche VeganerInnen nur von biologischer, regionaler Rohkost ernähren, bestellen andere vegane Produkte im Online-Versandhandel und versuchen, mit speziellen veganen Alternativprodukten eine Ernährung mit tierlichen Produkten in Geschmack, Aussehen und Konsistenz möglichst nachzuahmen (ebd.: 172). Neben gesundheitsmotivierten VeganerInnen oder FreeganerInnen gibt es auch die sogenannten „Pudding-VegetarierInnen", die sich typischerweise nicht sehr gesund ernähren und lediglich darauf achten, dass sie ausschließlich vegetarische/vegane Kost verzehren (vgl. Leitzmann/Keller 2010: 21). Innerhalb der Szene kann es daher immer wieder zu Meinungsverschiedenheiten und Diskussionen kommen (vgl. Schwarz 2010: 176).

Diskussionsstoff innerhalb der Szene bieten beispielsweise vegane Lebensmittel, Produkte, Kleidung, Kosmetik, Hygieneartikel, Gebrauchsgegenstände und Haustierhaltung[101], weshalb häufig Produktanfragen getätigt und veröffentlicht werden (ebd.: 171). Vor diesem Hintergrund wird auch debattiert, wie „weit" oder wie „tief" das Vegansein reicht und welche Wirkung auf sämtliche Lebensbereiche besteht (ebd.: 171). In diesem Sinne zählen auch das Informieren und Recherchieren über ressourcenschonende Möglichkeiten (bspw. umweltfreundliche Rohstoffe, alternative Energien), soziale Ungleichheit, Welthunger, und Ökologie zum Gegenstand des Veganismus (ebd.: 171). Debatten über Werte, einen ethischen Lebensstil und die Etablierung des Veganismus in der Gesellschaft kennzeichnen darüber hinaus die Szene (ebd.: 171). Tierrechte werden als notwendige und selbstverständliche Basis und Form der Gleichberechtigung neben den Menschenrechten betrachtet und die Tierausbeutung generell mit Unterdrückungsformen wie Sexismus und Rassismus verglichen (ebd.: 171).

Veränderungen und Errungenschaften im Bereich Veganismus und Tierrechte sind dabei engagierten Privatpersonen und Organisationen zu verdanken, die in jüngster Zeit an Einfluss gewinnen (vgl. Clements 2008: 134). Der Fokus neuerer Organisationen und

[101] Manche VeganerInnen ernähren domestizierte Haustiere (wie Hunden und Katzen) ebenfalls vegan, andere haben dagegen kein Problem damit, Fleisch zu verfüttern, während wieder andere die Haustierhaltung generell ablehnen da sie es als nicht artgerecht sehen – eine Ausnahme stellt hingegen die Aufnahme von geretteten oder befreiten Tieren (bspw. Tiere aus Laboratorien oder von der Straße) dar (vgl. Schwarz 2010: 173).

Gruppierungen liegt auf der Verbreitung der veganen Lebensweise (vgl. Schwarz 2010: 176). Zu erwähnen gilt es hier die bekannte Organisation *PETA* (People for the Ethical Treatment of Animals), die 1980 gegründet wurde und mit provokanten Kampagnen für die vegane Lebensweise wirbt (ebd.: 176). Die Tierrechtsorganisation zählt weltweit zu den am meisten unterstützten Organisationen in diesem Bereich, wird gleichzeitig jedoch von VeganerInnen häufig stark kritisiert (ebd.: 176). Kritisiert wird einerseits die Kommerzialisierung von Tierrechten, andererseits Kampagnen mit prominenten Personen, die nicht konsequent vegan leben (ebd.: 176). Eingetragene Vereine – die sich die Förderung der veganen Lebensführung zum Ziel gesetzt haben – dienen auch, so nehme ich an, der Vergemeinschaftung und Orientierung im veganen Alltag. Dazu zählen neben *PETA* auch die *Vegane Gesellschaft Österreich e.V.* und *die tierbefreier e.V.* (ebd.: 176).
Die „Organisationselite" der Szene bezeichnet Schwarz als „verstreut" und „wenig vernetzt" (ebd.: 176). Ihre Tätigkeiten umfassen das Organisieren von Events, das Betreuen von Websites und Online-Foren (ebd.: 176).
Das für die Szene wichtigste Medium ist, laut Schwarz, das Internet, das im Rahmen von Online-Foren Raum für Diskussionen bietet aber auch die Verbreitung von Inhalten ermöglicht und als „virtueller Treffpunkt" sowie als „Kontaktbörse" fungiert (ebd.: 175). Online-Communities bieten die Möglichkeit „auf recht unkomplizierte Weise mit Gleichgesinnten in Kontakt zu treten oder sich über vegane Produkte, das aktuelle Szene-Geschehen, Termine und Szene-Neuigkeiten zu informieren" (Schwarz 2010: 175). So können dort szenenspezifische Themen, Diskurse, ethische Dilemmata, aber auch Kochrezepte und Events diskutiert werden (ebd.: 175). Demnach erfüllt das Internet und insbesondere Foren die Funktion eines szeneninternen Austausches und einer Vernetzung der Szene. Magazinen kommt aufgrund der starken Internetnutzung eine eher untergeordnete Rolle zu, meint Schwarz (ebd.: 175).
„Reale" Treffpunkte der Szene seien neben Jugendzentren und autonomen Zentren, Konzerte, Stammtische, private Kochgruppen und sonstige Veranstaltungen mit dem Fokus auf Tierrechten (ebd.: 175). Als häufige und beliebte Events der VeganerInnen-Szene benennt Schwarz Demonstrationen, Tierrechtstreffen und Festivals, Infostände (in Fußgängerzonen, in der Innenstadt, bei Veranstaltungen und in Jugendzentren), Bildungsveranstaltungen, Vorträge, Volxküchen und Tierrechtsgruppen, die sich als Arbeitsgemeinschaften beispielsweise an Hochschulen oder Jugendzentren verorten oder als informelle Gruppen agieren (ebd.: 175).
Schwarz konstatiert: „Ritualisierte Handlungsformen der Veganer-Szene dienen in erster Linie der Vergemeinschaftung, nicht zuletzt aber auch der ‚Öffentlichkeitsarbeit' im Sinne einer Bekanntmachung der Grundsätze und Ziele der Szene" (ebd.: 174). Zu den szenetypischen Ritualen zählt er „Voküs" (Volksküchen), Caterings für Veranstaltungen, gemeinsames Kochen und Essen, gemeinsames Rufen von Tierrechtssprüchen und Slogans

im Rahmen von Demonstrationen und Protestaktionen gegen die Tiernutzung, „Go-ins“[102] (eine Protestform) (ebd.: 174). Seltene Rituale sind hingegen Tierbefreiungen, die zum Teil gefilmt und ins Internet hochgeladen werden und Sabotageakte wie Sachbeschädigungen, die sich gegen bestimmte Unternehmen oder Institutionen richten[103] (ebd.: 174).

VeganerInnen sind äußerlich eher schwer erkennbar, da sie keinen einheitlichen Kleidungsstil pflegen, der auf die Szene-Zugehörigkeit verweisen würde – allerdings existieren einige Motive und Symbole, die darauf schließen lassen (ebd.: 174). Beispielsweise dienen häufig Buttons, Aufnäher, Sticker oder T-Shirts mit symbolischem Gehalt oder markanten Textbotschaften der Identifikation, Identitätsstiftung und Aufmerksamkeitsgewinnung (ebd.: 174). Besonders beliebt ist hier die Vegan-Blume der Vegan Society und ein Motiv mit einer Faust und einer Pfote vor einem fünfzackigen schwarzen Stern („Kampfansage“) als „antispeziesistisches“ Bekenntnis (ebd.: 174). Auch Bezüge zur *Animal Liberation Front*[104] (Tierbefreiungsfront) werden dadurch hergestellt (ebd.: 174).

Insgesamt, so Schwarz, besitzt die Veganer-Szene eine „diffuse“ Struktur, was er anhand der „unterschiedlichen Strömungen und wenig organisierten ‚Cliquen‘“ begründet (ebd.: 176). Er beschreibt die Szene als heterogen, offen und einladend gegenüber Neulingen (ebd.: 176). Weniger freundlich gesinnt hingegen sei die Szene im Hinblick auf sogenannte Trend-VeganerInnen (ebd.: 176). Diskussionen ergeben sich, laut Schwarz, häufig aufgrund der Definitions- und Deutungsmacht des Vegan-Seins und verschiedenen Aspekten davon (ebd.: 176).

Gerade bei ethisch motivierten VeganerInnen kann es zu ethischen Dilemmata im Alltag kommen (ebd.: 173) – der Umgang damit kann anhand von Feldforschung genauer untersucht werden. Der „Tiefgang“ der veganen Lebensführung sowie der Aktivismus dafür und damit verbundene Wirkungen auf soziale Beziehungen und Interaktionen beziehungsweise mögliche Spannungsfelder bieten eine besonders interessante Problemstellung.

Das Phänomen *posttraditionaler* Vergemeinschaftung ist nach Hitzler eine Entwicklung der Postmoderne[105] und stellt eine neue Form der Sozialbindung dar (vgl. Hitzler 1998: 81). Diese neue Form löst die traditionelle Form der Gemeinschaft ab und unterscheidet sich grundsätzlich von dieser (ebd.: 88). Hitzler versteht diese zeitgenössische Form von Vergemeinschaftung als Konsequenz des Modernisierungsprozesses der wiederum durch die

[102] Beispielsweise gegen Tierversuche, gegen den Pelzverkauf oder gegen tierquälerische Produkte wie Gänsestopfleber (vgl. Schwarz 2010: 174).
[103] Mitglieder der *Animal Liberation Front* bedienen sich solcher Methoden (vgl. Friedrichs 1997).
[104] Die ALF ist eine internationale Gruppe der Tierbefreiungsbewegung die mittels verschiedener Methoden versucht, Tiere zu befreien und zu retten. In den USA wird die Organisation als terroristische Vereinigung deklariert.
[105] Hitzler versteht die *Postmoderne* hier als Kultur-Deutungsmuster (vgl. Hitzler 1998: 87).

Erscheinung der Individualisierung[106] gekennzeichnet ist (ebd.: 81). Die dadurch neu entstandene Freiheit begreift er jedoch als „*Standardproblem* des banalen Lebensvollzugs des modernen Menschen“ und „symptomatische[s] Existenzproblem“ (ebd.: 81). Denn die strukturelle Freisetzung der Gesellschaftsmitglieder aus verbindlichen Denk- und Verhaltensnormen führe zu einer „Suchgesellschaft der Individuen“ (Beck 1990), die versuche, diese Massen-Emanzipation zu bewältigen (vgl. Hitzler 1998: 81f). Infolgedessen beginnt „die Suche nach biographischen Optionen zur *Wiedervergemeinschaftung*“ und nach Sicherheitsgewinn (ebd.: 82). Diese Suche gilt, nach Hitzler, einer mentalen und emotionalen Heimat, wobei er argumentiert, „symptomatischerweise *wechselt* das moderne Individuum deshalb auch ständig von Gruppenorientierung zu Gruppenorientierung“ (ebd.: 82), denn „keines der bereitstehenden Weltdeutungsangebote, auch solcher, die *allgemeine* soziale Verbindlichkeit beanspruchen, vermag eine wirklich umfassende, personen- und situationenübergreifende Sinnstiftung zu leisten“ (ebd.: 82). Hat das Individuum eine Heimat gefunden, beruht dies nach Hitzler auf einer kontingenten Entscheidung zur freiwilligen Einbindung durch eine temporäre Mitgliedschaft in einer sozialen Agglomeration die meist von einer Organisations-Elite mit Profitinteressen stabilisiert wird und vorwiegend freizeit- und konsumorientiert ist (ebd.: 82).

Pfadenhauer (2013) spricht in diesem Kontext von „konsumtiver Sozialität“ als neue Form und Möglichkeit der Zugehörigkeit. Charakteristisch für diese Sozialgebilde sind vordergründig gemeinsame Konsumpraktiken, wobei sich diese Gemeinschaften auch auf das Internet beschränken und somit ortsunabhängig bestehen können (ebd.: 99f). Digitale Medien spielen demnach eine tragende Rolle und ermöglichen den virtuellen Austausch mit „Gleichgesinnten“ (ebd.: 100). Das Zusammengehörigkeitsgefühl resultiert aus einem geteilten Bewusstsein, ist jedoch, mit Pfadenhauer gesprochen, „situativ, punktuell und strukturell labil“ (ebd.: 100). Zwar sind VeganerInnen keine „Brand Communities“ (Muniz/O´Guinn 2001), dennoch gründet ihre Gemeinsamkeit, wie bei der „Markengemeinschaft“, auf einem spezifischen Konsumverhalten das zugleich ein Distinktionsmerkmal darstellt (vgl. Pfadenhauer 2013: 101f). Die sich dadurch etablierende Konsumkultur zeichnet sich durch Konsumkompetenz, geteilte Vorstellungen und Werthaltungen und somit Exklusivität aus, was wiederum heißt, dass ein bestimmtes Wissen nötig ist, um dazugehören zu können (ebd.: 101f). Demnach ist der Austausch über Konsumaspekte ein wesentliches Merkmal *konsumtiver Sozialität*, die als lockeres Netzwerk auftritt (ebd.: 100).

[106] Unter *Individualisierung* wird in diesem Zusammenhang unter anderem die „Ablösung von Individuen aus vorgängigen, biographiedeterminierenden Verbindlichkeiten“ verstanden (Hitzler 1998: 81). Diese Entwicklung geht laut Literatur einher mit einem Verlust der Klassen- und Schichtorientierungen, einer Vervielfältigung von Intim-Beziehungen, steigender biographischer Mobilität, flexibilisierten Berufsalltagsorientierungen, einem veränderten Konsum- und Freizeitverhalten, Emanzipationsinteressen, einer Bezugsgruppen-Orientierung bei Lebensstil-Wahlen und einer Sequentialisierung ideologischer Orientierungen (ebd.: 81).

Diese (Teilzeit-)Gemeinschaft bietet eine gewisse Sicherheit und Entlastung in den komplexen, modernen Gesellschaftordnungen (ebd.: 84). *Posttraditionale Gemeinschaften* definiert Hitzler als Kollektive, die auf kommerziellen Zugehörigkeitsentscheidungen basieren. Hitzler spezifiziert, dass gemeinsames Handeln der Mitglieder geteilte Interessen erzeuge und ein Wir-Bewusstsein konstituiere (ebd.: 83). Kennzeichnend für *posttraditionale* Vergemeinschaftung sei neben der Wir-Beziehung auch die Abgrenzung zu „Dritten" (ebd.: 83). Die Basis dieser Vergemeinschaftung bildet, mit Hitzler gesprochen, nicht eine ursprüngliche Solidarität, sondern eine „Art erkannter ‚Komplizenschaft' *gegenüber* dem bzw. den ‚Dritten'" (ebd.: 83). Bei diesen „Dritten" kann es sich genauso um die Gesamtgesellschaft handeln (ebd.: 83). Laut Hitzler ist das moderne Individuum „‚direkt' an die Gesamtgesellschaft, insbesondere an deren ökonomische, politische, juristische Institutionen angekoppelt" und seine Beziehungen sind „keine persönlichen, keine individuell bzw. ‚privat' auszuhandelnden, sondern werden generell über ein abstraktes, normatives Ordnungsgefüge sanktioniert" (ebd.: 83). Die Folge seien Erfahrungen von Ungleichheit und Ungerechtigkeit, die vor dem Hintergrund des Ideals der Gerechtigkeit stark problematisiert werden (ebd.: 83f).

Um nochmals zusammenzufassen, eine posttraditionale Vergemeinschaftung resultiert aus „der ‚Entdeckung' gemeinsamer, gegenüber anderen spezifierbarer Interessen", erzeugt ein Wir-Bewusstsein und forciert eine gemeinsame Praxis (ebd.: 84). Der Unterschied zur traditionalen Gemeinschaft – die auf einem Bekenntnis zur Gemeinschaft aufbaut – besteht nun darin, dass es keine Sanktionen[107] und somit keine Verlässlichkeit und Stabilität gibt (ebd.: 84). In der posttraditionalen Form von Gemeinschaft bestehen keine organisatorisch verfestigten Zwänge und Verbindlichkeiten, weshalb die Mitgliedschaft im Prinzip zu jeder Zeit kündbar ist (ebd.: 84f). Freiwilligkeit und Freiheit sind daher wesentliche Komponenten. Da die Mitgliedschaft nicht erzwungen und sanktioniert werden kann, kommt diese häufig durch Verführung zustande: „Ihre Macht gründet folglich nicht auf Zwang und Verpflichtung, sondern auf *Verführung*, auf der per Definition freiwilligen emotionalen Bindung der sich selbst als Mitglieder erwählenden Individuen an die Gemeinschaft" (ebd.: 85). Nichtsdestotrotz verfügt die posttraditionale Gemeinschaft über eine vergleichbare sozialintegrative Wirkung und verfügt über ein „festes Repertoire an Relevanzen, Regeln und Routinen" (ebd.: 85). Ein weiterer, wesentlicher Unterschied besteht in der „thematischen Fokussierung" und in dem „teilzeitlichen Charakter", was bedeutet, dass ein postmodernes Individuum zugleich Mitglied in verschiedenen Gemeinschaften sein kann (ebd.: 85f). Bedeutsam ist ferner die *Kommerzialisierung*, die Hitzler als wesentliches Strukturmerkmal posttraditionaler Vergemeinschaftung erachtet (ebd.: 86). Die Orientierung auf den Konsum tritt damit in den Vordergrund (ebd.: 86). Grundsätzlich wird für die Mitgliedschaft bezahlt, weil, wie bereits erwähnt, eine Organisationselite (mit Profitinteressen) zur Stabilisierung der

[107] Sanktionen der Gemeinschaft gegenüber „untreuen" Mitgliedern (vgl. Hitzler 1998: 84).

posttraditionalen Gemeinschaft beiträgt (ebd.: 86). Im Fall der veganen Gemeinschaft wird die Organisation *PETA* von Schwarz als Organisationselite tituliert (vgl. Schwarz 2010: 176).

Cherry (2006), die Veganismus als kulturelle Bewegung untersucht, konstatiert einen Trend zu kulturellem Aktivismus, der primär außerhalb von Organisationen stattfindet und verweist darauf, dass es mehr praktizierende VeganerInnen als Mitglieder von veganen Organisationen gibt (ebd.: 155). Auch Pfadenhauer (2013) sieht die Selbstorganisierheit als häufiges Merkmal *konsumtiver Sozialität* und die Mitgliedschaft in einer solchen Gemeinschaft als selbsternannt und unabhängig von einer Organisation (ebd.: 100f).

Besonders interessant in Bezug auf den Veganismus scheint die folgende Aussage von Hitzler: „Letztendlich sind es natürlich die individualisierten und gerade dadurch besonders gemeinschaftsbedürftigen Einzelnen, die ihre Gemeinschaft dadurch konstituieren, daß sie – zugespitzt ausgedrückt – entlang gleichartiger (als ‚richtig' empfundener) *Konsumorientierungen* ein Wir-Bewußtsein entwickeln und sich von solchen ‚Dritten' abgrenzen, die anderen (in der Regel also ‚falschen', langweiligen, spießigen, moralisch verwerflichen) Konsumgewohnheiten frönen" (ebd.: 86).
Hitzler betont mehrmals, dass es sich im Hinblick auf die posttraditionale Gemeinschaft nur um eine Imagination bzw. eine Idee handelt (ebd.: 86). Die Mitgliedschaft – die sich prinzipiell durch die Übernahme von Zeichen, Symbolen und Ritualen vollzieht – wird nach außen über „expressive *Distinktion* inszeniert" (ebd.: 86).
An dieser Stelle zu beachten ist die Dialektik bzw. Ambivalenz von Integration und Distinktion (vgl. Hitzler/Pfadenhauer 1998). Dies versteht Hitzler als dynamische, ineinandergreifende Prozesse, die ein Spannungsverhältnis markieren, das bei sämtlichen Gruppenprozessen[108] zum Tragen kommt (vgl. Hitzler 1998: 86f). Konkret bedeutet das: „in dem Maße, wie in der Gemeinschaft eine Tendenz zur Integration erkennbar wird, steigt die Neigung, Distinktion zu markieren – und umgekehrt: dort, wo Unterschiede betont werden, wird sogleich wieder auf Gemeinsamkeiten hingewiesen" (Hitzler 1998: 86f). Wie bei der Mode[109] geht es gleichzeitig um Zusammengehörigkeit und Einheit, als auch um das Betonen der Unterschiede (vgl. Hitzler 1998: 87). Speziell bei posttraditionalen Gemeinschaften sind jedoch „die Grenzen nach Innen ebenso wie nach Außen fließend, variabel und instabil" (Hitzler 1998: 87). Dies mag auch daran liegen, dass die Idee der Gemeinschaft oftmals *global* ist und die Herkunft der Mitglieder keine Rolle spielt – im Sinne einer „global microstructure" von Karin Knorr-Cetina (ebd.: 87).
Zusammenfassend können folgende Merkmale einer posttraditionalen Gemeinschaft nach Hitzler festgehalten werden: Teilzeitlichkeit, Freiwilligkeit, Wir-Bewusstsein, relative

[108] Prozesse und Verhältnisse von Inklusion und Exklusion, in-group und out-group – oder allgemein: Gruppenprozesse – zählen zu den zentralen Themen in der Tradition der Soziologie (vgl. Hitzler 1998: 87).
[109] vgl. Simmel 1983: Die Mode

Unabhängigkeit, relative Unsicherheit, Labilität, Kurzlebigkeit, Vagheit, Ambivalenz, Kommerzialisierung, Globalität, Imagination, Emotionalität.

Vor diesem Hintergrund erscheint die wachsende Beliebtheit des Veganismus als logisches Resultat des Modernisierungs- und Individualisierungsprozesses und neue VeganerInnen als Individuen „auf der Suche nach (irgend-)einer Sinnheimat" (ebd.: 87). Doch ob dieser Erklärungsversuch im Fall des Veganismus hinreichend ist, steht zur Debatte. Inwiefern und wie sich VeganerInnen vergemeinschaften und von „Dritten" abgrenzen wird an späterer Stelle im empirischen Teil thematisiert. Auch kann im Falle einer Vergemeinschaftung untersucht werden, wie labil, imaginär, organisiert, konsumorientiert, solidarisch und emotional die vegane Gemeinschaft tatsächlich ist. Vor allem die Annahme in Hitzlers Ausführung, dass es sich um eine lediglich vorübergehende, oftmals mit Kosten verbundene Mitgliedschaft handelt bleibt in Bezug auf die Auslegung des Veganismus anzuzweifeln. Es bleibt zudem fraglich, ob die Entstehung und der Zuwachs der veganen Gemeinschaft lediglich auf das Bedürfnis nach Sicherheit und Zugehörigkeit zurückzuführen ist. Begriffe wie vegane „Szene" oder vegane „Community" deuten auf eine Vergemeinschaftung hin und wurden deshalb in den Interviews besonders beachtet.

8.3. Doing Veganism und das Trägheitsmodell (Mikroebene)

> "*Doing vegetarianism [...] is a way of doing a political and social identity*" (Kwan/Neal 2005: 17).

Nicht zuletzt soll die Mikroebene[110], auf die sich der Fokus der vorliegenden Arbeit richtet, im Sinne der alltäglichen Lebensführung und wesentlichen Einflüssen auf die vegane Lebensführung in den Blick genommen werden.

Die heutige Orientierung an einer schnellen und vor allem bequemen Nahrungsversorgung mit geringem Aufwand erschwert einen weitgehenden Verzicht auf tierliche bzw. ungesunde Nahrung und steht dem eher entgegen. Insofern ist ein fundiertes Hintergrundwissen notwendig, um die soziale und psychologische Komponente von Ernährung – sozusagen die Soziologie und die Psychologie der Ernährung – zu verstehen. Im folgenden Abschnitt soll dem auf den Grund gegangen werden. Für dieses Vorhaben hält mitunter die Ernährungspsychologie wichtige Erkenntnisse bereit, die für ein besseres Verständnis herangezogen werden kann.

Pudel (2007) hat beispielsweise herausgefunden, dass das Rationalitätsprinzip wenig Gültigkeit für die Änderung des Essverhaltens beansprucht (ebd.: 162). Das Essverhalten wird vielmehr emotional reguliert und unterliegt Gewohnheiten (Konditionierungen). Die erfahrungsbedingte Gewohnheitsbildung („mere exposure effect") prägt somit das Essverhalten nachhaltiger als kognitiv-rationale Informationen und Wissensvermittlung über

[110] Das Individuum kann jedoch nicht losgelöst von Gesellschaft betrachtet und analysiert werden, da es in einer ständigen Wechselwirkung mit der Gesellschaft als Ganzes steht (vgl. Richter 2002).

die Ernährung (ebd.: 165). Die Essensgewohnheiten könnten, so Pudel, nur durch langfristiges Training in kleinen Schritten verändert werden (ebd.: 164). Die Wirkung einer rationalen Ernährungsaufklärung, die auf den Bedarf abzielt, ist demnach wenig verhaltensprägend. Eine rationale Ernährungsaufklärung erreicht zwar den „Kopf", aber eben nicht den „Bauch" – das bedeutet, sie steigert das Ernährungswissen, ändert aber letztendlich nicht das Ernährungsverhalten. Es besteht eine Diskrepanz zwischen Ernährungswissen (Kopf) vs. Ernährungsverhalten (Bauch) die bei Ernährungsumstellungen berücksichtigt werden muss. Auch sind die Begriffe *Essen* und *Ernährung* keine Synonyme wie in der Forschung gezeigt werden konnte – Essen ist emotional, Ernährung ist kognitiv bestimmt (ebd.: 164). Laut Pudel erfordere eine nachhaltige Verhaltensänderung infolgedessen großen Aufwand – eine permanente Verhaltenskontrolle könne jedoch überfordern, weshalb es eine hohe Rückfälligkeit gäbe (ebd.: 165). Ein Lösungsweg bestehe darin, die Bedürfnisse zu verändern. Zudem argumentiert Pudel, dass die richtigen Verhältnisse für eine Änderung des Essverhaltens wesentlich seien, eine entsprechende Veränderung der Lebenssituation könne demnach günstige Bedingungen schaffen (ebd.: 163). Pudel zufolge reichen daher Informationen und der Wille allein meistens nicht aus, um das Ernährungsverhalten nachhaltig zu ändern, wenn es an der Umsetzbarkeit im Alltag scheitert.

Daraus lässt sich schließen, dass ein Wandel der Lebenssituation, also der Rahmenbedingungen, die Entscheidung zur veganen Lebensweise beeinflussen und begünstigen kann. Darüber hinaus kann festgehalten werden, dass die Änderung des Essverhaltens mit einer aktiven Leistung verbunden ist, die Motivation, Durchhaltevermögen und Training erfordert.

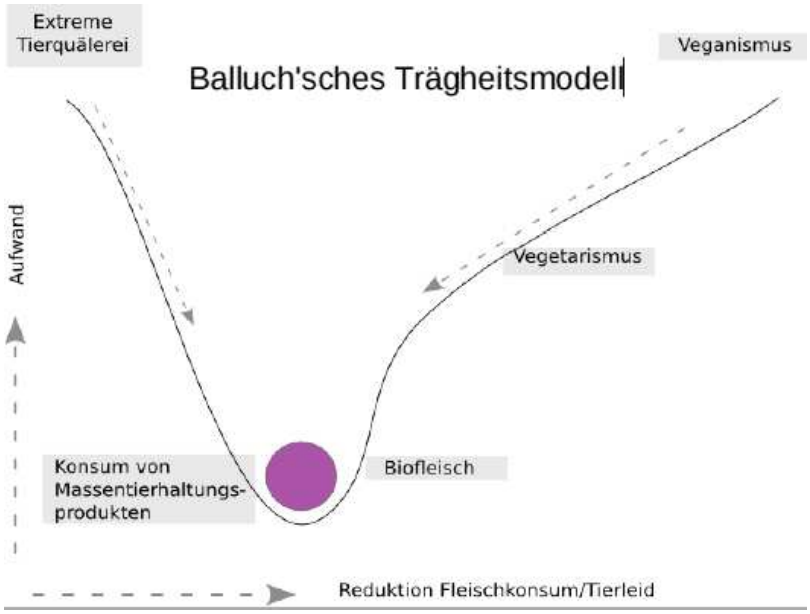
Diese Erkenntnisse stimmen überein mit der Aussage des Trägheitsmodells[111]. An dieser Stelle soll kurz vorgegriffen werden – IP1 erwähnte das Trägheitsmodell von Martin Balluch[112], das auch beim Tierrechtskongress 2014 vorgestellt wurde, und deswegen im Folgenden kurz beschrieben wird, da es für die Soziologie relevante Erkenntnisse beinhaltet.

Die Grundaussage des Balluch´schen Trägheitsmodells– das nachfolgend abgebildet wird – ist, dass sich die breite Masse träge verhält. Da die meisten Menschen im Alltag wenig Zeit zur Verfügung haben – um sich beispielsweise näher mit ihrer Ernährung zu befassen – tun sie allgemein das, was am einfachsten ist. Dabei wichtig ist, dass sich Menschen immer in einem gesellschaftlichen, institutionalisierten Rahmen bewegen und sich an bestimmten Normen, Gesetzen, Traditionen und ökonomischen Faktoren orientieren (vgl. Vegane Gesellschaft Österreich 2014).

[111] Das Trägheitsmodell wurde beim Tierrechtskongress 2014 präsentiert.

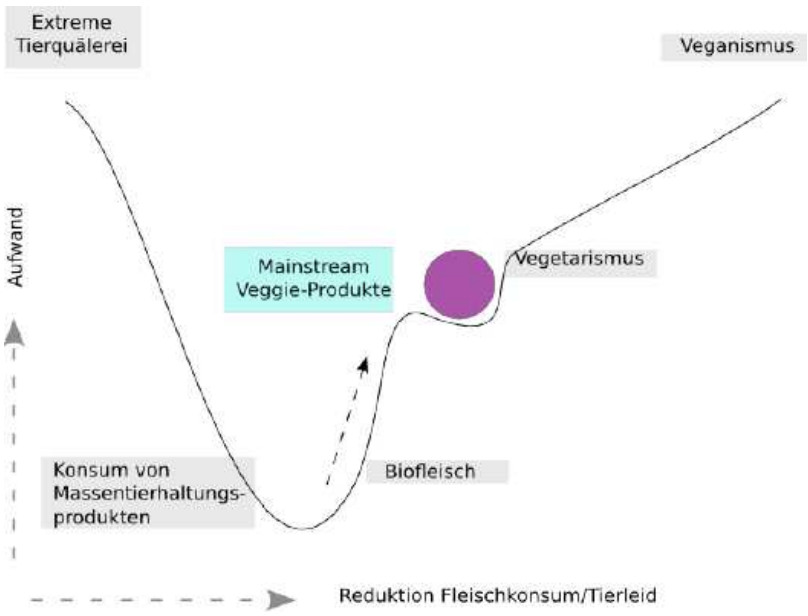
[112] Martin Balluch ist Obmann vom Verein gegen Tierfabriken und ein wichtiger Tierschützer in Österreich.

Abbildung 1:



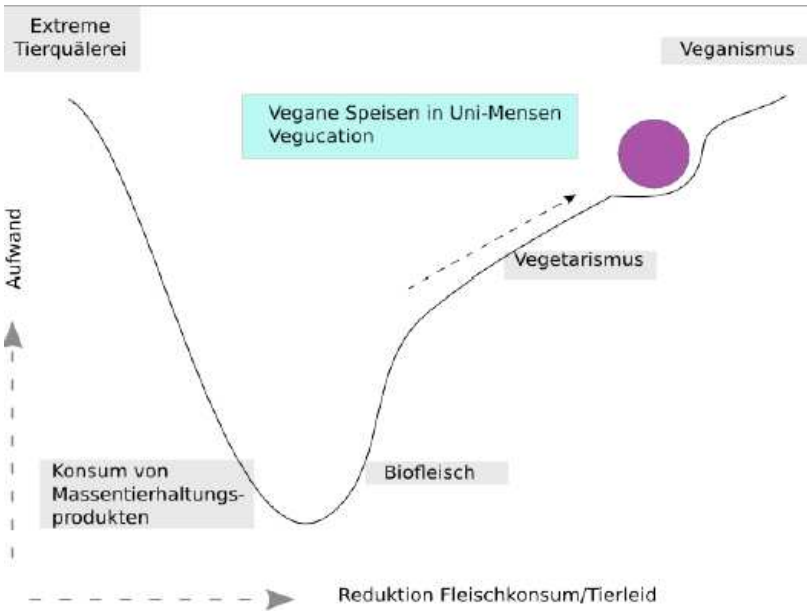
Die Vegane Gesellschaft Österreich beschreibt das Modell folgendermaßen: Der große violette Punkt in *Abbildung 1* repräsentiert den sogenannten Mainstream – also die Mehrheit der Gesellschaft die danach handelt, was für sie am einfachsten ist – der konventionelle tierliche Produkte konsumiert. Die Y-Achse steht dabei für den benötigten Aufwand. Wenn nun ein Individuum vegetarisch oder sogar vegan lebt, ist dies mit höherem Aufwand verbunden weil dies den geltenden Normen und Traditionen entgegen steht, weniger Angebot vorhanden ist oder die Produkte oft teurer sind.

Abbildung 2:



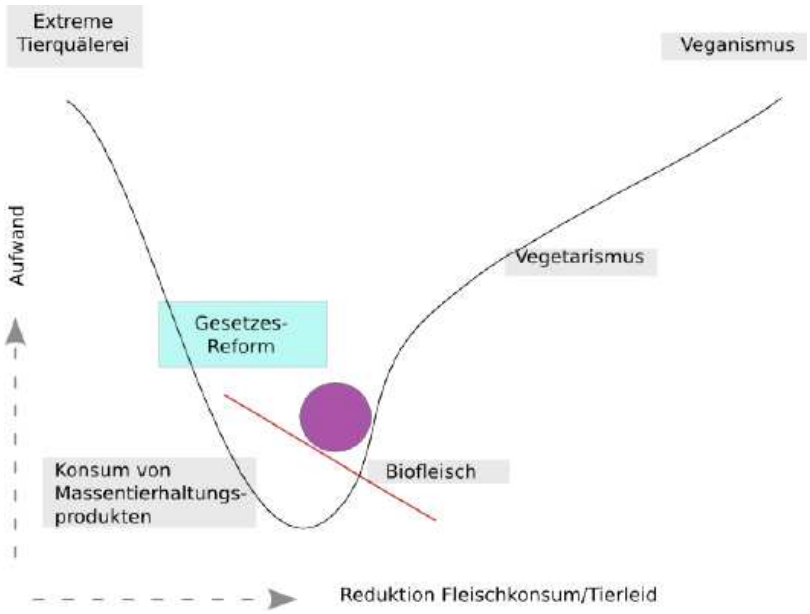
In *Abbildung 2* zeigt sich was passiert, wenn nun ein breiteres Angebot an vegetarischen und veganen Produkten in Supermärkten besteht. Eine Reduktion des Fleischkonsums und allgemein tierlicher Produkte wird für die Bevölkerung wesentlich leichter umsetzbar weil es nun die Infrastruktur und die gesellschaftlichen Normen zulassen und es somit „normaler“ wird.

Abbildung 3:



Im Projekt *GV Nachhaltig*[113] wird das Angebot von veganen Speisen in Uni-Mensen[114] eingeführt und im Projekt *Vegucation*[115] werden KöchInnen ausgebildet, sodass letztendlich die vegane Küche gesellschaftlich etabliert wird. Mit diesen Schritten entsteht, wie *Abbildung 3* veranschaulicht, wieder eine Grube und es wird allgemein leichter, sich im Alltag vegetarisch/vegan zu ernähren.

Abbildung 4:



Die Einführung einer Gesetzesreform wie auf *Abbildung 4* zu sehen ist, (z.B. Verbot der Massentierhaltung) verändert ebenfalls den Verlauf der Kurve, jedoch auf eine andere Weise, indem die Norm verändert und das Zurückfallen verhindert wird.

Man sieht anhand des Modells allgemein, dass der Weg zum Veganismus ein steiler und aufwändiger ist, bei dem viele wieder in die Grube, welche die „Normalität" symbolisiert, zurück fallen (das bedeutet „rückfällig werden"), durch bereits erwähnte Faktoren, aber auch durch den gesellschaftlichen Druck. Deswegen, so die Argumentation, sollte Tierrechtsaktivismus nicht bei den Einzelnen ansetzen, sondern bei der breiten Masse, also der Gesellschaft als Ganzes. Balluch glaubt daran, dass eine Veränderung in Richtung

[113] Siehe: http://www.gv-nachhaltig.at/start.html
[114] In Deutschland wurde das bereits implementiert, in Österreich folgt diesem Beispiel.
[115] Siehe: http://vegucation.eu/de/

Tierrechte und Veganismus nur dann funktionieren kann, wenn eine Verschiebung der violetten Kugel mithilfe der skizzierten Maßnahmen stattfindet. Demzufolge muss sich die breite Masse schrittweise der Verbesserung annähern. Wenn es durch strukturelle Änderungen einfacher wird, sich vegetarisch/vegan zu ernähren, werden als logische Konsequenz mehr Menschen dies auch umsetzen. Denn wenn man gesellschaftlich etwas grundlegend verändert und sich beispielsweise soziale Normen wandeln, „ziehen alle mit" und es wird schließlich „normal", und was normal ist, wird selten hinterfragt. Wie schon Pudel argumentiert, führt Verhältnisprävention statt Verhaltensprävention eher zu einer nachhaltigen Änderung des Ernährungsverhaltens (ebd.: 163).

Der Konsum von Fleisch und tierlichen Produkten beruht daher, so könnte man schlussfolgern, oft weniger auf einer bewussten Entscheidung, als auf Faktoren wie einer breiten Verfügbarkeit, der Selbstverständlichkeit des Fleischgenusses als bewährtes und fast allen zugängliches Kulturgut, Bequemlichkeit sowie auf der emotionalen Bedeutung von Fleisch. Die symbolische Bedeutung eines hohen Fleischkonsums (als Ausdruck eigenen Wohlstands) muss deswegen bei einer veganen Ernährung zugunsten neuer Werthaltungen aufgelöst werden. Aspekte des Wohlbefindens und der Gesundheit bieten hier einen für sehr viele Menschen relevanten Anknüpfungspunkt. Vor allem Personen mit niedrigem Einkommen, niedriger Bildung und Männer müssen sich vor diesem Hintergrund mit Aspekten von Identität, Status, Werten und Männlichkeit auseinandersetzen.

Brunner (et al. 2007) konstatiert, dass vor allem Frauen versuchen, ihren Fleischkonsum zu reduzieren, wobei ihre Motivation fast ausschließlich in gesundheitlichen Gründen bzw. in verschiedenen Krankheitserfahrungen, die eine Ernährungsumstellung erfordern liege (ebd.: 161). Hoffnung und Ziel ist es, körperliches Wohlbefinden mittels Ernährung zu steigern und möglichst gesund zu altern. Oftmals werden Familienmitglieder in diese Ernährungsumstellung mit einbezogen, insbesondere wenn diese an Krankheiten leiden (ebd.: 161). Leider entspricht die Praxis häufig nicht dem Wunsch bzw. dem Ideal einer Fleischreduktion, sondern bleibt eher fleischdominiert (ebd.: 162). Eine große Herausforderung besteht für Frauen, die ihren Fleischkonsum reduzieren wollen oder müssen, oft darin, dass sie sich gegen ihren Partner (oder ihre Söhne) durchsetzen bzw. mit ihnen arrangieren müssen, die tendenziell Fleisch bevorzugen (ebd.: 162). Es scheitert demnach, besonders bei Frauen, häufig an der Umsetzung, nicht jedoch an der Motivation, was bereits ein wichtiger Hinweis im Hinblick auf die Entscheidung ist. Insgesamt geht hervor, dass eine bewusste Entscheidung zur Reduktion des persönlichen Fleischkonsums führt (ebd.: 170). Diese Erkenntnisse gelten vermutlich auch für eine rein pflanzliche Ernährung, womöglich hier sogar noch stärker.

Wenn in der Soziologie das Präfix *doing* verwendet wird – beispielsweise *doing gender* (West/Zimmerman 1987), *doing being ordinary* (Sacks 1984), *doing mind* (Coulter 1989) – dann wird dabei auf das von Harold Garfinkel und Harvey Sacks in den 1960er Jahren entwickelte Konzept *doing culture* Bezug genommen (vgl. Hirschauer 2004: 73). Dieses Konzept wurde zur ethnomethodologischen Analyse von Alltagspraktiken entwickelt und ist von dem Handlungsbegriff zu unterscheiden (ebd.: 73). Das *doing* verweist auf etwas Tiefergehendes, es geht um „eine elementare Praxis *vor* der symbolischen Kondensierung von ‚Handlungen'" (Hirschauer 2004: 73). Es wird daher bei diesen Praktiken nach dem Ursprung des Handelns und nach dem *wie* gefragt (ebd.).

Die Autorinnen Kwan und Neal (2005) weisen in ihren Ausführungen zu *Doing Vegetarianism* auf eine Verknüpfung zwischen Vegetarismus und einer Ablehnung von Mainstream-Praktiken hin und argumentieren, dass insbesonders ethischer Vegetarismus eine Handlungsmöglichkeit gegen-hegemonialer Politik sei (ebd.: 18f). In ihrer Studie untersuchten sie Zusammenhänge zwischen Vegetarismus und gegen-hegemonialen Diskursen wie Feminismus, Bio-Produkt Konsumption und Anti-Konsum, die, wie sie feststellen, noch wenig erforscht sind: „Studying comprehensively the link between vegetarianism and the rejection of dominant discourses is deemed necessary and important" (ebd.: 1). Ziel der Studie war es, die kombinatorische Ausgestaltungen der notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Vegetarismus bei Frauen zu erkennen. Die Analyse der Wege zum Vegetarismus nehmen sie, im Gegensatz zu den meisten bisherigen Studien, anhand der Kombination von multiplen Variablen mithilfe von Interviews vor und decken dabei, wie vermutet, einen starken Zusammenhang zwischen Vegetarismus und der Ablehnung von vorherrschenden Ideologien und Praktiken auf.

Dabei konnten sie die zentrale Bedeutung von mindestens vier gegenhegemonialen Diskursen die zu einer vegetarischen Identität führen können, aufzeigen: Tierschutz und Umweltschutz (der offensichtlichste Diskurs), Feminismus, ein Interesse für biologische und natürliche Produkte und eine allgemeine „anti-establishment" Weltsicht (ebd.: 18): "There seems to be some consensus that vegetarianism is generally associated with a non-traditional worldview" (Kwan/Neal 2005: 4). Die Sorge um das Wohlergehen der Tiere sowie der Umwelt als Diskurs zeigte sich im Zuge der Analyse als fast notwendige Voraussetzung und Bedingung für Vegetarismus der in den meisten[116] Wegen präsent ist (ebd.: 18). Hinzu kommt eine feministische Orientierung als ausreichende ideologische/praktische Bedingung (ebd.: 12). Mehrere VegetarierInnen artikulieren eine feministische Haltung, wobei von den Personen kein direkter Zusammenhang zwischen repressivem Fleischkonsum/Vegetarismus und Patriarchat/Feminismus hergestellt wird, wie es von Adams (1990, 1995, 1998) und George (1994a, 1994b, 2000) theoretisch erforscht wurde (ebd.: 15). Der in der Theorie

[116] Lediglich bei farbigen Frauen, war dieser Diskurs nicht immer gegeben und wird im Wesentlichen durch den gegenhegemonialen Diskurs des Feminismus ersetzt (vgl. Kwan/Neal 2005: 18).

diskutierte Zusammenhang von Vegetarismus und Feminismus erweist sich demnach als signifikant jedoch indirekt (ebd.: 15).

Interessant ist auch der beobachtete Zusammenhang von ethnischer Zugehörigkeit, sexueller Orientierung und Vegetarismus, der jedoch weiterer Forschung bedarf (ebd.: 18). Die Autorinnen stellten Unterschiede zwischen weißen und farbigen Frauen fest und schlussfolgern: "That is, white vegetarians, do vegetarianism as a way of socially constructing the self – a political self that aligns itself with oppressed others, be it animals or individuals." (ebd.: 18). Sie definieren den von weißen Frauen praktizierten Vegetarismus als eine Art Luxus-gegenhegemonialen Diskurs (ebd.: 18).

Vegetarismus kann aus diskursiver Sicht eine Form der Darstellung (für sich selbst und für andere) eines weltoffenen, weltlichen Selbst sein und die eigene Aufgeklärtheit zum Ausdruck bringen (vgl. Kwan 2003, zit. nach Kwan/Neal 2005: 17). Das Praktizieren von Vegetarismus zeigt demnach die Anpassung an unterdrückte Andere, seien es Tiere, die Umwelt oder soziale Minderheiten und schafft einen Ausgleich indem repressiven Praktiken entgegengewirkt wird (ebd.: 17).

Die Analyse kommt zu dem Ergebnis, dass jeder Weg zum Vegetarismus zumindest von einem, wenn nicht mehreren, gegenhegemonialen politischen Diskurs begleitet wird (ebd.: 13).

Vegetarismus wird, diesen Ergebnissen Rechnung tragend, von Kwan und Neal unabhängig von den individuellen Leitmotiven als aktives Handeln konzeptualisiert: „Whether it is the rejection of the exploitation of animals, the environment, women, or the dominant social structure and its status quo, vegetarianism may be a way of "doing" counter-hegemonic politics and an accompanying protest identity" (ebd.: 4). Da Vegetarismus demnach einen Ausdruck von politischem Protest darstellt, kann von einer aktiven Praxis im Sinne von *Doing Vegetarianism*[117] gesprochen werden. Dieses Verständnis von Vegetarismus und somit auch von Veganismus als strikte Form davon, stimmt überein mit der begrifflichen Einordnung des Veganismus als alltägliche Lebensführung (siehe 4.4.), wo ebenfalls die aktive Komponente betont wird.

Kernaussage ist, dass neben den offensichtlichen Anliegen von Tierrechten und Umweltschutz auch andere Diskurse eine vegetarische Lebensweise bedingen können und impliziert sind. Dabei interpretieren die Autorinnen selbst gesundheitliche Beweggründe und Diskurse als Teil einer Form eines politischen Protests, denn, so argumentieren sie, indem als ungesund, unnatürlich oder künstlich deklarierte Produkte gemieden werden, erhalten diese einen symbolischen Gehalt und repräsentieren für VegetarierInnen somit die westliche konsumorientierte Gesellschaft (ebd.: 14).

[117] *Doing Vegetarianism* verweist auf die in der Sozialwissenschaft anerkannte konstruktivistische Sichtweise von *doing gender* womit eine soziale Konstruktion von Geschlecht konstatiert wird.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die Änderung des Essverhaltens/Konsumverhaltens sowohl von internen als auch von externen Faktoren beeinflusst und infolgedessen entweder erschwert oder erleichtert wird. Sozial wie individuell bestehen Herausforderungen, mit denen soziale Akteure im Falle einer Umstellung konfrontiert werden. Das sind einerseits, wie gezeigt wurde, persönliche Gewohnheiten und Emotionen, andererseits gesellschaftliche Konventionen und Diskurse. Neben der Sozialisation spielen Rahmenbedingungen, Erfahrungen, gesellschaftliche Diskurse und letztendlich die Persönlichkeit zusammen und beeinflussen das persönliche Konsumhandlungen.

9. Der qualitative Forschungszugang

Das vorliegende Kapitel widmet sich der methodischen Vorgehensweise der Forschung und soll die gewählten Methoden näher erläutern sowie den Forschungsprozess skizzieren, um diesen verständlich und nachvollziehbar zu gestalten. Wie bereits erwähnt, eignet sich hierfür in erster Linie der qualitative Forschungszugang, der an dieser Stelle kurz vorgestellt wird. Anschließend werde ich auf die angewandten Erhebungs- und Auswertungsmethoden und auf die einzelnen Schritte im Forschungsprozess und eingehen.

9.1. Qualitative Sozialforschung

Qualitative Sozialforschung erhebt vor allem den Anspruch auf Offenheit in ihrer Vorgehensweise, womit gemeint ist, dass keine Standardisierung im Vordergrund des Forschungsprozesses steht sondern vielmehr ein Vorgehen, das die jeweiligen Besonderheiten des zu untersuchenden Gegenstandes zur Kenntnis nimmt, erfasst und sich im weiteren Verlauf daran orientiert (vgl. Rosenthal 2014: 13). Das Prinzip der Offenheit bringt mit sich, dass es in der qualitativen Forschung im Gegensatz zur quantitativen Forschung keine klaren Vorgaben gibt und stattdessen eine Vielzahl an qualitativer Verfahren besteht, die wiederum entweder mehr oder weniger offen gestaltet sind (ebd.: 13). Ein einheitliches Verständnis in Bezug auf methodologische Grundannahmen und konkrete Vorgehensweisen existiert in dieser Forschungstradition nicht, weshalb qualitative Methoden in sich „ganz unterschiedliche grundlagentheoretische Positionen und konkrete Vorgehensweisen bei der Erhebung und Auswertung“ (Rosenthal 2014: 13) beinhalten. Daraus ergibt sich der große Vorteil, dass aus dem großen methodischen Spektrum unterschiedlicher Ansätze innerhalb der qualitativen Forschung je nach Forschungsfrage und des zu untersuchenden Gegenstandes eine passende Methode gewählt werden kann, was gleichzeitig auch die Prämisse für die Auswahl und die Begründung der Auswahl darstellt (vgl. Flick et al. 2010: 22). Die Orientierung am Gegenstand ist demnach ein wesentliches Kriterium für die Praxis in der qualitativen Forschung. Innerhalb qualitativer Forschung kann jedoch grob unterschieden werden zwischen jenen Verfahren, die eher der Logik der

quantitativen Forschung folgen, also eine numerische Verallgemeinerung anstreben und jenen, die sich an einer Verallgemeinerung am Einzelfall orientieren (vgl. Rosenthal 2014: 13f). Es steht also entweder eher eine Überprüfung von Hypothesen oder eine Entdeckung von Hypothesen im Vordergrund und bestimmt den Grad an Offenheit der Instrumente der Erhebung und der Auswertung (ebd.: 14).

Kennzeichnend für die dezidierte qualitative Forschung ist deshalb eine „Logik des Entdeckens" (Rosenthal 2014: 13) was bedeutet, dass Hypothesen im Forschungsprozess generiert werden und möglicherweise sogar gegenstandsbezogene Theorien entwickelt werden, jedoch vorab keine Vorannahmen und Hypothesen bestehen (ebd.: 13).
In Bezug auf mein Forschungsvorhaben kommt die Logik des Entdeckens zum Tragen, da Hypothesen im Verlauf des Forschungsprozesses erst generiert werden und der Fokus auf der „Rekonstruktion von Wirkungszusammenhängen am konkreten Fall" (Rosenthal 2014: 14). liegt.
Ziel aller Ansätze in der qualitativen Sozialforschung besteht dennoch darin, die Perspektive der Handelnden in der Alltagswelt zu ergründen und dabei herauszufinden, wie sie ihre Welt erleben, deuten und durch Praktiken sozialen Handelns im Alltag hervorbringen (vgl. Rosenthal 2014: 15). Das Interesse richtet sich demnach auf die Sichtweisen und Wissensbestände der zu untersuchenden sozialen Akteure und vernachlässigt gleichzeitig die der WissenschaftlerInnen (ebd.: 15). Dabei sollen neben den ihnen bewussten und selbst zugänglichen Perspektiven insbesondere auch implizites Wissen und nicht intendierte Bedeutungen erfasst und analysiert werden (ebd.: 15).
Qualitative Sozialforschung wird im engeren Sinne auch „interpretative Sozialforschung" bezeichnet, was aus der Unterscheidung zwischen einem normativen und einem interpretativen Paradigma hervorgeht die von Thomas Wilson (1970/1973) eingeführt wurde (vgl. Rosenthal 2014: 14).
Die Stärken der qualitativen bzw. interpretativen Sozialforschung bestehen nun darin, dass sie „vor allem bisher noch unbekannte Phänomene oder kaum erforschte Lebenswelten erforschen kann" (Rosenthal 2014: 18). Darüber hinaus können mithilfe interpretativer Methoden Wirkungszusammenhänge und latente Sinngehalte am konkreten Einzelfall rekonstruiert werden (ebd.: 18). Ein wesentlicher Anspruch der interpretativen Sozialforschung manifestiert sich infolgedessen in dem Nachvollzug des subjektiv gemeinten Sinns sowie in der Rekonstruktion des latenten Sinns der Akteure (ebd.: 19).
Froschauer und Lueger (2003) bringen es folgendermaßen auf den Punkt: „Im Zentrum qualitativer Interviews steht die Frage, was *die befragten Personen für relevant* erachten, wie sie ihre Welt beobachten und was ihre Lebenswelt charakterisiert." (Froschauer/Lueger 2003: 16).

9.2. Datenerhebungs- und Datenauswertungsmethoden

In diesem Abschnitt des methodischen Kapitels werden die im Forschungsprozess angewandten Datenerhebungsmethoden sowie die Datenauswertungsmethoden näher erläutert.

9.2.1. Das problemzentrierte Interview nach Witzel

Die Annäherung an das Thema Veganismus erfolgt mittels problemzentrierter Interviews (PZI) – ein theoriegenerierendes Verfahren. Das *problemzentrierte Interview* wurde von Witzel (1982) geprägt und resultiert aus der Kritik an einerseits gänzlich offenen und andererseits gänzlich theoriegeleiteten Verfahren (vgl. Witzel/Reiter 2012: 7ff). Hierunter „sollen alle Formen der offenen, halbstrukturierten Befragung zusammengefasst werden" (Mayring 2002: 67). Ziel ist es, die InterviewpartnerInnen möglichst frei sprechen zu lassen, „um einem offenen Gespräch nahe zu kommen" (ebd.: 67). Gleichzeitig liegt der Fokus auf einer bestimmten Problemstellung, die der/die InterviewerIn vorgibt (ebd.: 67). Diese Problemstellung gilt es im Vorfeld zu analysieren, um daraus erarbeitete Aspekte in einem Interviewleitfaden zusammenzustellen und während des Gesprächs einzubringen (ebd.: 67).

Witzel und Reiter (2012) beschreiben das problemzentrierte Interview als „*qualitative, discursive-dialogic method of reconstructing knowledge about relevant problems*" (Witzel/Reiter 2012: 4). Mit "Problem" sind hierbei nicht unbedingt Probleme im herkömmlichen Sinne gemeint, sondern es wird vielmehr auf den Begriff „Problemstellung" verwiesen, was sich wiederum auf eine spezifische Forschungsfrage bezieht (vgl. Witzel/Reiter 2012: 4).

Das PZI (Witzel 1982) wurde erstmals als umfassender Mixed-Methods Ansatz welcher qualitatives Interview, Fallanalyse, Gruppendiskussion und biographische Elemente kombiniert, eingeführt (vgl. Witzel/Reiter 2012: 7).

Ursprünglich kam dieses Interviewverfahren in der Biographieforschung zum Einsatz, da es vor allem auf die Reflexionen, Erlebnisse und Sichtweisen der untersuchten Personen im Hinblick auf ein „Problem" abzielt. Im Zentrum steht auch heute noch die Darstellung der subjektiven Problemsicht oder genauer gesagt die „möglichst unvoreingenommene Erfassung individueller Handlungen sowie subjektiver Wahrnehmungen und Verarbeitungsweisen gesellschaftlicher Realität" (Witzel 2000: 1). Das PZI eignet sich deswegen insbesondere für noch wenig erforschte Themen und deren innere Zusammenhänge (vgl. Witzel/Reiter 2012: 8).

Im Unterschied zum narrativen Interview spielt hierbei der/die InterviewerIn auch während der Erzählphase eine aktive Rolle und stützt sich auf einen Leitfaden (vgl. Diekmann 2008: 542). Insgesamt weist das problemzentrierte Interview einen „leicht höheren Strukturierungsgrad als das narrative Interview auf." (Diekmann 2008: 542). Fragen seitens des Interviewers/der Interviewerin sollen demzufolge auch während der Erzählphase gestellt

werden, insofern die Erzähllogik nicht beeinträchtigt wird. Offenheit wird dadurch gewährleistet, dass die Formulierung und der Zeitpunkt der Leitfadenfragen an die Situation angepasst werden.

Das PZI zeichnet sich besonders durch sein induktiv-deduktives Wechselspiel aus, welches die jeweiligen Vor- und Nachteile von theoriegeleitetem und offenem Vorgehen auszubalancieren versucht (vgl. Witzel 2000: 1). Es handelt sich dennoch um ein theoriegenerierendes Verfahren, das sich weitgehend an die „Grounded Theory" (Glaser/Strauss 1998) anlehnt (vgl. Witzel 2000: 2).

Das PZI ist durch drei Grundpositionen (vgl. Witzel 2000: 2ff) geprägt:

- *Problemzentrierung*
- *Gegenstandorientierung*
- *Prozessorientierung*

Die *Problemzentrierung* charakterisiert, wie bereits angedeutet, eine gesellschaftlich relevante Problemstellung, die den Ausgangspunkt darstellt und als Orientierung dient. Zu beachten ist dabei, dass sich der/die Forschende ein Kontextwissen aneignen sollte, um so gezielt problemorientierte Fragen stellen zu können (vgl. Witzel 2000: 2). Durch die Orientierung an objektiven Rahmenbedingungen soll ein verstehendes Nachvollziehen der untersuchten Einstellungen und Handlungen gewährleistet werden (ebd.: 2). Im Interview geht es demnach um die subjektiven Sichtweisen der GesprächspartnerInnen auf welche die Kommunikation ausgerichtet werden soll (ebd.: 2f). Im Sinne des Erkenntnisprozesses ist dabei eine Vorinterpretation sowie eine parallele Interpretation während der Datenerhebung erwünscht (ebd.: 2f).

Die *Gegenstandsorientierung* bezieht sich auf den flexiblen Einsatz der Methode im Hinblick auf den zu untersuchenden Gegenstand, denn das PZI eignet sich besonders zur Methodenkombination (ebd.: 3). Die Flexibilität des PZI meint aber auch, dass eine unterschiedliche Gesprächskultur zum Einsatz kommen kann, je nach Erzählbereitschaft der interviewten Person kann der Dialog darauf abgestimmt werden, indem beispielsweise entweder mehr nachgefragt oder eine Narration zugelassen wird (ebd.: 3).

Die *Prozessorientierung* verweist auf die bereits erwähnte Vorinterpretation und auf den gesamten Forschungsablauf. Die flexible Analyse des Problemfeldes und die schrittweise Gewinnung und Prüfung von Daten wird dabei angestrebt. Witzel (2000: 3) erläutert dies folgendermaßen: „Wenn der Kommunikationsprozess sensibel und akzeptierend auf die Rekonstruktion von Orientierungen und Handlungen zentriert wird, entsteht bei den Befragten Vertrauen und damit Offenheit, weil sie sich in ihrer Problemsicht ernst genommen fühlen." Das bedeutet nun, dass durch die Herstellung eines Vertrauensverhältnisses zu den InterviewpartnerInnen ihre Selbstreflexion angeregt und ihre Problemsicht dargelegt werden kann und soll (ebd.: 3). In diesem Prozess können sich Redundanzen, Korrekturen, neue Aspekte oder Widersprüchlichkeiten ergeben auf die es

besonders zu achten gilt (ebd.: 3). Durch Erzählungen, die im PZI gefördert und entwickelt werden, können einerseits Reflexionen hervorgerufen werden und andererseits wird die Künstlichkeit der Situation abgebaut, denn ein einfaches Frage-Antwort-Spiel, wie es in der Meinungsforschung üblich ist, soll zugunsten der Entwicklung von Problemhorizonten zurückgedrängt werden (ebd.: 3f).

Die Datenerhebung bei der problemzentrierten Forschungsstrategie nach Witzel (ebd.: 4) erfolgt mittels vier kombinierten Erhebungsinstrumenten:

- *Kurzfragebogen*
- *Tonträgeraufzeichnung*
- *Leitfaden*
- *Postskriptum*

Der *Kurzfragebogen* unterstützt zum einem den Gesprächseinstieg, zum anderen erfüllt er den Zweck, das eigentliche qualitative Interview nicht „durch Nachfragen nach sozialstatistischen Ereignissen und Zeitangaben zu belasten." (Diekmann 2008: 543). Die Erhebung sozialstatistischer Daten kann zudem eine sinnvolle Ergänzung darstellen (ebd.: 542). Hinzu kommt, dass das Zusammenspiel unterschiedlicher qualitativer und quantitativer Methoden dazu beiträgt, dass ForscherInnen ein verlässlicheres Gesamtbild eines sozialen Gegenstandes erzeugen können – diese Forschungsstrategie wird auch als *Triangulation* bezeichnet (ebd.: 543).

Der Kurzfragebogen, der für die vorliegende Arbeit erstellt wurde, enthielt folgende Punkte: Alter, Geschlecht, Wohnort, Familienstand, höchste abgeschlossene Schulbildung, Beruf/Ausbildung und seit wann die interviewte Person vegan lebt. Diese erhobenen Daten wurden zwar nicht ausgewertet, jedoch hielt ich es für sinnvoll, einige Sozialdaten über die GesprächspartnerInnen im Vorfeld zu erfahren.

Die *Tonträgeraufzeichnung* dient grundsätzlich der Entlastung des/der Forschenden, der/die sich so ganz auf das Gespräch konzentrieren kann und die Aufmerksamkeit auch auf nonverbale Ausdrucksweisen richten kann (vgl. Witzel 2000: 4). Das gesamte Gespräch kann dadurch mehr oder weniger authentisch festgehalten werden und sollte anschließend vollständig transkribiert werden (ebd.: 4).

Der *Leitfaden*, als weiteres Forschungsinstrument, stellt eine Unterstützung im Sinne einer Gedächtnisstütze dar und ermöglicht überdies eine Strukturierung des Gesprächs (ebd.: 4). Der Leitfaden wurde nach thematischen Bereichen konstruiert, sodass während des Gesprächs überprüft werden kann, ob alle wesentlichen Forschungsthemen abgedeckt sind. Idealerweise hält sich der Leitfaden während des Kommunikationsprozesses eher im Hintergrund, denn er ist eher als grobe Hilfestellung zur Orientierung und Kontrolle gedacht (ebd.: 4). Der Leitfaden enthält eine vorformulierte Einstiegsfrage sowie einige Fragevorschläge im Hinblick auf einzelne Themenbereiche. Ein weiterer Vorteil dergibt sich aus der besseren Vergleichbarkeit der durchgeführten Interviews (ebd.: 4).

Für die Erstellung meines Leitfadens eignete ich mir zuerst ein breites Hintergrundwissen an, um dieses dann in gezielten, erzählgenerierenden Fragen zum Ausdruck bringen zu können. So dienten die vorbereiteten Fragen sowohl für mich als Interviewerin, als auch für die interviewten Personen als Hilfestellung und Anhaltspunkt im Gesprächsverlauf. Im Sinne der Flexibilität der Methode wurden die Fragen jeweils individuell angepasst. Hierfür stehen bestimmte Gesprächstechniken zu Auswahl, die nun vorgestellt werden.

Die Gestaltung des Gesprächs im PZI ist gekennzeichnet durch *erzählungsgenerierende* und *verständnisgenerierende* Kommunikationsstrategien (ebd.: 5f). Zu den *erzählungsgenerierenden* Kommunikationsstrategien zählt eine *vorformulierte Einstiegsfrage*, die in Bezug auf das Problem eine Erzählung auslösen soll. Diese Einleitungsfrage ist offen formuliert, lenkt jedoch zugleich auf den Untersuchungsgegenstand und enthält im Idealfall eine Erzählaufforderung (vgl. Witzel 2000: 5). *Allgemeine Sondierungen* als weitere Frageform werden eingesetzt, um nach der ersten Erzählphase des Interviewten bestimmte von ihm angesprochene Aspekte aufzugreifen und zu vertiefen indem Nachfragen gestellt werden (ebd.: 5). Auf diese Weise soll die subjektive Sichtweise in den Blick genommen werden und konkrete Beispiele in Erfahrung gebracht werden (ebd.: 5f).

Ad-hoc-Fragen können im Endstadium des Interviews gestellt werden, wenn bestimmte Themen von den InterviewpartnerInnen noch nicht angesprochen wurden (ebd.: 6). Grundlage dafür bietet zwar der Leitfaden, jedoch werden diese Fragen spontan aus der Situation heraus formuliert (ebd.: 6).

Davon zu unterscheiden sind *verständnisgenerierende* Kommunikationsstrategien, bei denen die Deduktion ins Spiel kommt (ebd.: 6). *Spezifische Sondierungen* beruhen auf dem erworbenen Wissen des Interviewers – sei es im Vorhinein oder im Interview selbst – und unterteilen sich wiederum in drei Formen (ebd.: 6). Eine *Zurückspiegelung* von Aussagen soll bewirken, dass die Selbstreflexion der GesprächspartnerInnen verstärkt wird und gegebenenfalls die eigene Sichtweise korrigiert wird (ebd.: 6). *Verständnisfragen* dienen der Klärung bei widersprüchlichem oder vermeidendem Verhalten und unterstützen das Hinterfragen des Forschenden (ebd.: 6). *Konfrontationen* dienen letztlich einer Vertiefung der Darlegung der Sichtweise der InterviewpartnerInnen, wobei damit vorsichtig umgegangen werden muss (ebd.: 6).

Als viertes Erhebungsinstrument nennt Witzel das *Postskriptum* – kurz für Post-Kommunikationsbeschreibung – das unmittelbar nach dem geführten Interview angefertigt wird (vgl. Witzel/Reiter 2012: 95). Witzel sieht die Relevanz des Postskripts darin begründet, dass es alle Eindrücke des Interviewers festhält und somit die Tonbandaufzeichnung ergänzt (ebd.: 95). Gesammelt werden hierfür Details zur Interviewentstehung (z.B. Kontaktaufnahme, Erwartungen, etc.), zur Interviewsituation (z.B. non-verbale Aspekte, Beobachtungen, etc.) und zur Situation nach dem Interview (z.B. Nachbesprechung, offene

Fragen etc.), wobei an dieser Stelle bereits erste Interpretationen gewagt werden können (ebd.: 95).
Als Orientierung für die Erstellung der Postskripte dienten die folgenden vorgeschlagenen Aspekte für die Dokumentation des Interviewkontextes von Froschauer und Lueger (2003: 74):

- Details zur Entstehung der Interviewsituation
- Beschreibung von konkreten Rahmenbedingungen (z.B. Raum, Zeit, Dauer, anwesende Personen etc.)
- Anmerkungen zum Gesprächsverlauf bzw. Gesprächsdynamik und zu Auffälligkeiten während des Gespräches (z.B. Gefühle)
- Bemerkungen zu den informellen Gesprächen vor und nach der Tonbandaufzeichnung
- Festhalten von ersten Hypothesen und Annahmen zum Interview

Ziel ist es, diese Zusatzprotokolle über den Interviewkontext in die Interpretation einzubeziehen (vgl. Froschauer/Lueger 2003: 74). Diesbezüglich können folgende Richtlinien nach Froschauer und Lueger (2003: 74f) geltend gemacht werden:

- Bedeutung des Interviews für die befragte Person
- Mögliche Auswirkungen des Zustandekommens des Gesprächs für den Gesprächsverlauf
- Potentiell wichtige oder sensible Gesprächsstellen für die Interpretation
- Bedeutung des Interviewkontextes für den Untersuchungsgegenstand

9.2.2. Das ExpertInneninterview

Zwar besteht in der Methodenliteratur keine einheitliche Auffassung und Darstellung von ExpertInneninterviews sowie über die dafür vorgesehene methodische Vorgehensweise, doch existiert ein renommierter Ansatz von Michael Meuser und Ulrike Nagel (1991), der sich durch ein offenes Vorgehen auszeichnet (vgl. Rosenthal 2014: 148). Das von ihnen vorgesehene Untersuchungsdesign kann als theoriegenerierendes Verfahren eingeordnet werden (vgl. Bogner et al. 2002). Maßgeblich für theoriegenerierende Interviews ist die „Analyse von expliziten und impliziten Wissensbeständen und Deutungsmustern“ (Rosenthal 2014: 148) der interviewten ExpertInnen.

Laut Meuser und Nagel (2009) zählt das Experteninterview zu den am häufigsten angewendeten Methoden der empirischen Sozialforschung (ebd.: 465) und wird dabei entweder als selbständiges Verfahren oder aber im Zuge einer Methodentriangulation eingesetzt (ebd.: 465).

Die Frage, wer als ExpertIn[118] gilt, wird ebenfalls sehr kontrovers diskutiert, grundsätzlich differenzieren Ulrike Froschauer und Manfred Lueger (2002) zwischen *feldinternen* und *feldexternen* Expertisen[119]. Ich konzentriere mich demzufolge auf einen feldinternen Experten[120], der selbst Teil des Forschungsfeldes ist und den Status durch mich als Forschende zugeschrieben bekommt. Meine Auswahl trägt jedoch ebenso der Definition von Bogner et al. (vgl. Bogner et al. 2002: 41, zit. nach Rosenthal 2014: 148) die den ExpertInnenstatus in der Verantwortung und dem privilegierten Zugang zu Informationen sowie den dadurch entstehenden Machtchancen begründet sehen, Rechnung.
Laut Bogner et al. (vgl. Bogner et al. 2002: 43f, zit. nach Meuser/Nagel 2009: 470) können drei Dimensionen des Expertenwissens unterschieden werden: ein *technisches Wissen*, ein *Prozesswissen* und ein *Deutungswissen*, wobei im Interview lediglich das technische Wissen, also das Fachwissen, zugänglich ist. Zusätzlich muss differenziert werden zwischen *Betriebswissen* und *Kontextwissen* (vgl. Meuser/Nagel 2009: 470f). Ausschlaggebend für den gezielten Einsatz des Experteninterviews ist hier das jeweilige Erkenntnisinteresse (ebd.: 470f). Allerdings kann es auch sinnvoll sein, beide Perspektiven in einem Experteninterview zu vereinen (ebd.: 471). In Bezug auf mein Forschungsinteresse steht das Kontextwissen des Experten im Vordergrund, welches zudem den Vorteil bietet, dass es in erster Linie explizites Wissen beinhaltet und sich somit recht einfach mitteilen lässt (ebd.: 472).

Ich orientierte mich am Vorschlag von Meuser und Nagel und führte das Experteninterview in Form eines offenen Leitfadeninterviews durch. Dabei stellte ich immer wieder Fragen, die zu Erzählungen innerhalb des zu untersuchenden Interaktionsfeldes motivierten. Die Auswertung erfolgte, wie vorgeschlagen wird, themenbezogen.

9.2.3. Die qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring

Gemäß dem Prinzip der Gegenstandorientierung muss auch die Auswertungsmethode auf Forschungsthema und -interesse abgestimmt werden (vgl. Witzel 2000: 7). Als geeignete Methode der Auswertung wurde deshalb die qualitative Inhaltsanalyse nach Philipp Mayring gewählt, denn sie zeichnet sich dadurch aus, dass sie an den konkreten Gegenstand, das Material und die Fragestellung angepasst wird (vgl. Mayring 2007: 43). Die Basis der Auswertungsarbeit bilden die vollständig transkribierten Interviews. Die qualitative Inhaltsanalyse (Mayring 2000) ist eine systematische und regelgeleitete Verfahrensweise zur

[118] Im Zuge der Diskussion des Expertenbegriffs stellte sich heraus, dass dem Begriff in diesem Kontext eine doppelte Bedeutung zukommt (vgl. Meuser/Nagel 2009: 470). Der Expertenstatus wird einerseits aufgrund des jeweiligen Forschungsinteresses vom Forscher/von der Forscherin verliehen, andererseits erfolgt die Zuschreibung bereits vorab aufgrund des jeweiligen Feldes und ist in diesem institutionell-organisatorisch abgesichert (ebd.: 470). Mit *Experte* ist nun in diesem Kontext, mit Meuser und Nagel gesprochen, jemand gemeint, der „in irgendeiner Weise Verantwortung trägt für den Entwurf, die Ausarbeitung, die Implementierung und/oder die Kontrolle einer Problemlösung, und damit über einen privilegierten Zugang zu Informationen über Personengruppen, Soziallagen, Entscheidungsprozesse, Politikfelder usw. verfügt“ (Meuser/Nagel 2009: 470).
[119] Diese Unterscheidung bestimmt nach Froschauer und Lueger die weitere Vorgehensweise in Bezug auf Interviewführung und Auswertung.
[120] Siehe Kapitel 9.3.3.

Textanalyse die versucht, die Vorteile[121] aus der quantitativen Inhaltsanalyse zu übernehmen und in ein qualitativ-interpretatives Vorgehen[122] zu transformieren (vgl. Mayring 2000: 1). Dadurch soll ein methodisch kontrolliertes jedoch gleichzeitig qualitativ orientiertes Vorgehen ermöglicht werden (ebd.: 8). Der Ansatz untersucht verschiedene Aspekte von fixiertem Kommunikationsmaterial und berücksichtigt dabei auch den Kommunikationszusammenhang (ebd.: 2). Der Anspruch der qualitativen Inhaltsanalyse manifestiert sich demnach in einer empirischen, methodisch kontrollierten Bearbeitung und Auswertung von Kommunikation und eignet sich besonders für größere Textmengen (ebd.: 2). Im Zentrum der Analyse steht dabei ein selbst konstruiertes Kategoriensystem als zentrales Instrument (vgl. Mayring 2007: 43). Ein vorab festgelegtes Ablaufmodell (vgl. Mayring 2007: 53f) gibt die Reihenfolge der einzelnen Analyseschritte vor und ermöglicht ein systematisches, regelgeleitetes Vorgehen, was das Hauptanliegen des Verfahrens darstellt (ebd.: 42f). Ein weiteres Anliegen, das auch schon beim problemzentrierten Interview erwähnt wurde, besteht im Gegenstandsbezug der Verfahrensweise (ebd.: 44). Mit Theoriegeleitetheit der Analyse meint Mayring, dass „der Stand der Forschung zum Gegenstand und vergleichbaren Gegenstandsbereichen systematisch bei allen Verfahrensentscheidungen herangezogen wird“ (Mayring 2007: 45). Inhaltliche Überlegungen sind in diesem Sinne wichtiger als methodische Argumente (ebd.: 45). Somit ergeben die gewählte Erhebungs- und Auswertungsmethode einen sinnvollen Zusammenhang. Das konkrete Vorgehen in der qualitativen Inhaltanalyse ist nicht vorgegeben sondern hängt demnach von vielfältigen Entscheidungen ab, die im Vorfeld getroffen werden müssen (ebd.: 45). Die bestehenden Möglichkeiten sollen an dieser Stelle kurz skizziert werden.

Nach Mayring (2007: 58) können drei Grundformen der qualitativen Inhaltsanalyse unterschieden werden: *Zusammenfassung, Explikation und Strukturierung*. Diese drei Formen des Interpretierens werden je nach Datenmaterial und Forschungsinteresse gezielt eingesetzt. Die zusammenfassende Inhaltsanalyse verfolgt das Ziel, den Text auf die wesentlichen Inhalte zu reduzieren und – wie schon der Name impliziert – zusammenzufassen (ebd.: 58). Mithilfe der explizierenden Inhaltsanalyse werden unklare Textteile durch zusätzliches Material erweitert und gedeutet (ebd.: 58). Diese Grundform wird nochmal in *weite Kontextanalyse* und *enge Kontextanalyse* differenziert (ebd.: 58). Die strukturierende Inhaltsanalyse arbeitet mit vorab festgelegten Kriterien und ist auf die Struktur des Textes fokussiert, die herausgefiltert werden soll (ebd.: 58). Die strukturierende Inhaltsanalyse gliedert sich ebenfalls in Untergruppen – nämlich in *formale, inhaltliche,*

[121] Theoriegeleitetheit, Regelgeleitetheit, Kommunikationsmodell, Kategorienorientiertheit, Gütekriterien (vgl. Mayring 2000: 8)
[122] Induktive Kategorienentwicklung, Zusammenfassung, Kontextanalyse, deduktive Kategorienanwendung (vgl. Mayring 2000: 8)

typisierende und skalierende Strukturierungen – die je nach Analyseziel zum Einsatz kommen (ebd.: 58f). Es ergeben sich daraus insgesamt sieben verschiedene Möglichkeiten für die Vorgehensweise nach der qualitativen Inhaltsanalyse, wobei auch Mischformen denkbar sind, was das Spektrum wiederum erweitert (ebd.: 58f).

Für die Auswertung in der vorliegenden Arbeit wurde die inhaltlich strukturierende Analysetechnik gewählt. Die Strukturierung stellt vermutlich die wichtigste der drei inhaltsanalytischen Techniken dar (ebd.: 82). Ziel der Analyse war es, in den Worten Mayrings, eine Struktur aus dem Material herauszuarbeiten (ebd: 58f). „Ziel inhaltlicher Strukturierungen ist es, bestimmte Themen, Inhalte, Aspekte aus dem Material herauszufiltern und zusammenfassen“ (Mayring 2007: 89).

Das Extrahieren der Struktur gelingt dadurch, dass ein Kategoriensystem[123] zur Anwendung kommt, wie bereits vorher angedeutet wurde (vgl. Mayring 2007: 82f). Die Strukturierungsdimensionen werden „aus der Fragestellung abgeleitet und theoretisch begründet“ (Mayring 2007: 83) und, sofern notwendig, „in einzelne Ausprägungen aufgespalten“ (ebd.: 83). Mithilfe des dadurch erstellten Kategoriensystems werden anschließend aus dem Textmaterial alle Stellen extrahiert die einer Kategorie entsprechen (ebd.: 83). Das bedeutet, die Kategorienentwicklung erfolgt theoriegeleitet und richtet sich nach diesen Inhalten. Das Ablaufmodell der inhaltlichen Strukturierung nach (vgl. Mayring 2007: 89), welches hier angewendet wurde, soll nun zur besseren Nachvollziehbarkeit kurz erläutert werden. Der erste von zehn Schritten besteht darin, die Analyseeinheiten zu bestimmen. Anschließend erfolgt in Schritt zwei und drei die theoriegeleitete Bestimmung der inhaltlichen Hauptkategorien (Strukturierungsdimensionen) und der jeweiligen Ausprägungen (ebd.: 89). Dazu werden in Schritt vier für jede Kategorie *Definition der Kategorie, Ankerbeispiele* und *Kodierregeln* formuliert (ebd.: 83): Die Definition der Kategorien legen fest, welche Textteile in die Kategorie einzuordnen sind. Ankerbeispiele dienen als Beispiele von Textauszügen, die unter eine Kategorie fallen. Kodierregeln definieren die eindeutige Zuordnung zu den Kategorien und sollen Abgrenzungsprobleme vermeiden. Mittels des so erstellten Kategoriensystems wird nun der Text bearbeitet. Im ersten Materialdurchlauf wird geprüft, ob die erstellten Kategorien und der Kodierleitfaden „greifen“ und es werden „Fundstellen“ bezeichnet, das bedeutet, Textstellen die einer Kategorie entsprechen werden entsprechend markiert. Konkret wurden hierfür bezeichnende Textstellen mit verschiedenfarbigen Stiften unterstrichen und entsprechend nummeriert, sodass sie den jeweiligen Kategorien zuzuordnen sind. Im darauffolgenden sechsten Schritt, werden die Fundstellen bearbeitet und extrahiert. Auf diesen Probedurchlauf erfolgte eine Überarbeitung des Kategoriensystems und dessen Definitionen womit man zu Schritt drei zurückspringt. Nach der Revision beginnt erneut der Materialdurchlauf mit den Schritten Fundstellenbezeichnung und Bearbeitung und Extraktion der Fundstellen. Dieser Ablauf der

[123] Das erstellte Kategoriensystem im Zuge dieser Arbeit ist im Anhang zu finden.

mittleren Analyseschritte (Schritt drei bis sieben) bildet das Kernstück aller vier Formen der strukturierenden Inhaltsanalyse und bleibt immer gleich. In der inhaltlichen Strukturierung wird nun in Schritt acht das extrahierte Material paraphrasiert und anschließend pro Unterkategorie (Schritt neun) und dann pro Hauptkategorie (Schritt zehn) zusammengefasst (ebd.: 89).

Zentral für die inhaltlich strukturierende qualitative Inhaltsanalyse ist die *induktive Kategorienentwicklung* und die *deduktive Kategorienanwendung* (ebd.: 3fff). Ein wichtiges Gütekriterium qualitativer Ansätze ist die *Nachvollziehbarkeit*, was in der Entwicklung von Kategorien aus dem Material selbst heraus zum Tragen kommt (ebd.: 3). Im Sinne der *Regelgeleitetheit* wird das Material schrittweise bearbeitet und folgt einem inhaltsanalytischen Ablaufmodell (ebd.: 3).

Der Grundgedanke der qualitativen Inhaltsanalyse besteht darin „Texte systematisch [zu] analysieren, indem sie das Material schrittweise mit theoriegeleitet am Material entwickelten Kategoriensystemen bearbeitet." (Mayring 2002: 114).

Ziel der *Strukturierung* ist es „bestimmte Aspekte aus dem Material herauszufiltern, unter vorher festgelegten Ordnungskriterien einen Querschnitt durch das Material zu legen oder das Material auf Grund bestimmter Kriterien einzuschätzen." (Mayring 2002: 115).

Die Ergebnisse der Interviews werden nun am Ende dieser Arbeit vorgestellt, diskutiert und mit dem theoretischen Rahmen in Beziehung gesetzt.

9.3. Der Forschungsprozess

Nachstehend wird nun der gesamte Forschungsprozess, der dieser Arbeit zugrunde liegt, anhand einzelner Schritte skizziert.

9.3.1. Themenfindung

Mein Forschungsinteresse gründet unter anderem auch auf einem persönlichen Interesse für die Thematik, seitdem ich mich im Herbst 2013 dazu entschlossen habe, vegan zu leben. Auch aufgrund einer Ausbildung habe ich mich intensiv mit verschiedenen Ernährungsformen auseinandergesetzt, wobei die vegane Ernährungsweise als eine umfassende Lebenseinstellung einen Denkprozess bei mir ausgelöst hat. Hinzu kam, dass mir insbesondere in Wien eine steigende Präsenz dieser Thematik im Alltag[124] auffiel. Auch in den Medien[125] wurde die vegane Lebensweise in jüngster Vergangenheit oft aufgegriffen

[124] Vor allem im Konsumbereich und im zunehmenden Angebot und einer stärkeren Kennzeichnung. Vegan zu sein scheint international und nun auch in Österreich im letzten Jahr fast schon zum Trend geworden zu sein. Zahlreiche Kochbücher sind zu diesem Thema erschienen und das Angebot in Supermärkten und Restaurants nimmt stetig zu – sogar der erste vegane Supermarkt hat vor kurzem in Wien eröffnet und erfreut sich großer Beliebtheit. Einige Beispiele der veganen Möglichkeiten in Wien sind: Maran Vegan, Veganz, Veganista, Muso Koroni und die Veganmania. Das vegane Angebot beschränkt sich jedoch nicht nur auf Lebensmittel, sondern bezieht ebenso Kleidung und Kosmetikprodukte mit ein.

[125] Siehe Anhang

und diskutiert. Ich entschied mich deshalb, mich im Zuge der Masterarbeit mit diesem Thema intensiv auseinanderzusetzen.

Durch die tägliche Konfrontation mit dem Thema Veganismus konnte ich mir schon ein gewisses Vorwissen aneignen. Vor diesem Hintergrund versuchte ich mein noch sehr breites Interesse im Hinblick auf eine gezielte Forschungsfrage einzugrenzen. Bei einer ersten Literaturrecherche wurde relativ schnell klar, dass es bisher noch stark an soziologischer Forschung zum Thema Veganismus mangelt. Im Zuge einer vertiefenden Literaturrecherche konnte ich eine Forschungslücke ermitteln, die ich für die Formulierung meiner Forschungsfrage nutzte. Die konkrete Forschungsfrage wurde im Verlauf des Forschungsprozesses noch etwas umformuliert.
Aufgrund der bisherigen bescheidenen soziologischen Forschung zum Thema Ernährung und insbesondere Veganismus erschien eine explorative Vorgehensweise auf der Mikroebene angebracht und sinnvoll. Fest stand relativ schnell, dass qualitativ und offen vorgegangen werden sollte und im Zuge der Forschungsarbeit Interviews mit VeganerInnen und/oder ExpertInnen durchgeführt werden sollen. In Bezug auf die geeignete Interviewmethode war vorerst unklar, wie offen diese gestaltet werden soll.

Das Interesse richtete sich anfangs auf folgende Fragestellungen[126]:

- Wie entscheiden sich Individuen für eine vegane Lebensführung und wodurch wird diese Entscheidung/Umstellung „ausgelöst“?
- Wie verändert Veganismus das bisherige Leben?
- Welche Erfahrungen (subjektive Schilderung der eigenen Lebenswelt) werden dabei gemacht?
- Wie konsequent wird vegan zu leben im Alltag konkret umgesetzt?
- Wie gestaltet sich der Alltag von VeganerInnen, welche Motivation und Herausforderungen sind damit verbunden?
- Wie reagiert das soziale Umfeld auf diese Entscheidung (soziale Akzeptanz)?
- Auf welche Ursachen ist die gegenwärtige Bedeutungssteigerung des Veganismus zurückzuführen?
- Warum ist Veganismus gerade jetzt so ein „Trend“?
- An welchen Merkmalen kann dieser Diskurs festgemacht werden und wie entwickelt er sich?
- Welche Denkweisen, Argumente, Akteure spielen dabei eine zentrale Rolle?
- Welche gesellschaftlichen Auswirkungen sind zu erwarten bzw. welche/s Potential/Gefahr beinhaltet Veganismus?

[126] Dies wären spannende Fragen für weitere soziologische Forschung. Besonders interessant wären in diesem Zusammenhang auch eine Diskursanalyse und ein Prognose.

9.3.2. Feldzugang

Die Auswahl der Personen erfolgte über eine Ausschreibung[127] zur Teilnahme, welche in einem Internetforum (*Wien Vegan* auf *Facebook*) verbreitet wurde. Die Annahme, dass die Mitglieder eines Forums allgemein an einem Austausch von Erfahrungen interessiert sind und gerne über das Thema sprechen und deswegen grundsätzlich offener und gesprächsbereiter sind, bestätigte sich indem sich in relativ kurzer Zeit zahlreiche Freiwillige meldeten. Für das Experteninterview wurde der Obmann der *Veganen Gesellschaft Österreich* interviewt, der persönlich sofort zusagte.

9.3.3. InterviewparterInnen

Geplant war ursprünglich die Durchführung von acht problemzentrierten Interviews mit VeganerInnen, die seit maximal zwei Jahren vegan leben und sich selbst als vegan bezeichnen. Grund für dieses Auswahlkriterium war, dass in erster Linie die „neuen" VeganerInnen von Interesse sind, um Rückschlüsse auf den derzeitigen starken Zuwachs von VeganerInnen in Österreich und die aktuelle Lage ziehen zu können. Kriterien wie Alter und Geschlecht spielten hingegen keine Rolle bei der Auswahl. Trotzdem wurden einige wesentliche Merkmale in Form des Kurzfragebogens erfasst.

9.3.4. Interviewdurchführung

In Anlehnung an die Grundzüge der Instrumente des PZI erfolgten zehn qualitative Interviews mit Leitfaden. Die Gespräche können deshalb als halb-strukturiert und offen bezeichnet werden. Die Festlegung des Ortes wurde den interviewten Personen überlassen. Die Gespräche wurden mit Zustimmung der GesprächspartnerInnen mit Tonband aufgenommen, wobei es beim sechsten und achten Interview technische Komplikationen gab und schließlich jeweils nicht das gesamte Gespräch aufgezeichnet werden konnte. Aus diesem Grund wurde ein zusätzliches Interview geführt. Das Experteninterview fand als letztes statt, was sich einerseits aus der Situation ergab, andererseits als sinnvoll erachtet wurde, da schon mehr Wissen und erste Interpretationen aus den geführten Interviews gesammelt werden und eventuell im Expertengespräch eingebracht werden konnten. Für das Experteninterview wurde ein eigener Leitfaden erstellt, der ebenfalls in einzelne Themenbereiche gegliedert ist.

9.3.5. Transkription

Die Tonbandaufzeichnungen der geführten Gespräche wurden anschließend für die Ergebnisaufbereitung transkribiert. Das bedeutet das gesammelte Interviewmaterial wurde verschriftlicht, um es für die eine Interpretation zugänglich zu machen. Dabei durchläuft das Material einen Übersetzungsprozess, der mit gewissen Verkürzungen einhergeht, wobei versucht wird eine möglichst realitätsgetreue Abbildung zu gewährleisten. Um dies

[127] Siehe Anhang

sicherzustellen, werden „mindestens alle hörbaren Äußerungen und Signale einschließlich Pausen, Betonungen, Versprechern und Abbrüchen“ (Rosenthal 2014: 92) wiederzugeben versucht.

Für die Verschriftlichung des Materials wurde das Transkriptionssystem nach Rosenthal (2014) gewählt. Die Forschungsschwerpunkte von Gabriele Rosenthal liegen unter anderem in der interpretativen Soziologie und in der Biographie- und Familienforschung, was einen guten Ausgangspunkt für mein Forschungsvorhaben darstellte (vgl. Rosenthal 2014: 4). Wenngleich sie betont, dass ihre vorgestellten Methoden in ihrer Einführung in die interpretative Sozialforschung nicht an bestimmte Disziplinen gebunden sind, erschien es mir doch sinnvoll, mich an der Vorgehensweise eines möglichst ähnlichen Zugangs zu orientieren (vgl. Rosenthal 2014: 12).

Zur Datenaufbereitung wurden folgende **Transkriptionszeichen** herangezogen (vgl. Rosenthal 2014: 93):

,	= kurzes Absetzen oder Ende des Redebeitrags
(5)	= Dauer der Pause in Sekunden
ja:	= Dehnung eines Vokals
((lachend))	= Kommentar der Transkribierenden
/	= Beginn und Ende eines kommentierten Phänomens im Hintergrund des Interviews
Nein	= betont
NEIN	= laut
viel-	= Abbruch eines Wortes oder einer Äußerung
‚nein’	= leise
( )	= Inhalt der Äußerung ist unverständlich; Länge der Klammer entspricht etwa der Dauer der Äußerung
(sagte er)	= unsichere Transkription
ja=ja	= sehr schneller Anschluss
ja [so war] [nein ich]	= gleichzeitiges Sprechen ab geöffneter eckiger Klammer bis geschlossener eckiger Klammer
< >	= Beginn und Ende der Wiedergabe von direkter Rede innerhalb der Erzählung
„ “	= Beginn und Ende eines Titels (z.B. Film)

Satzzeichen wurden dabei nicht nach der Grammatik verwendet, da mit Fragezeichen, Ausrufezeichen usw. oftmals schon eine Interpretation einhergeht. Sätze wurden nicht durch

Punkte getrennt sondern es wurden Kommata verwendet, um ein kurzes Absetzen oder das Ende eines Redebeitrages zu markieren. Längere Sprechpausen wurden durch die Zahl der Sekunden der Pause in einer Klammer gekennzeichnet.

Des Weiteren wurde wörtlich transkribiert, wobei Dialekte nicht berücksichtigt, und die Sprache an das Schriftdeutsch angeglichen wurde. Da keine Feinstrukturanalyse erfolgte und sich das Interesse auf inhaltliche Aspekte richtete, wurde für die Beibehaltung des Dialekts keine Notwendigkeit gesehen.

9.3.6. Auswertung

Anschließend erfolgte die Auswertungsphase, wofür ein Kategoriensystem[128] erstellt wurde und als Grundlage diente. Dieses Kategorienschema wurde nach einem Probedurchlauf nochmals überarbeitet und schließlich wurden alle neun problemzentrierten Interviews damit ausgewertet. Die Interviews sechs und acht, bei denen aus technischen Gründen kein vollständiges Transkript erstellt werden konnte, wurden soweit wie möglich damit ausgewertet. Nach der Logik der inhaltlich strukturierenden Inhaltsanalyse nach Mayring wurde so eine inhaltliche Struktur aus dem Material herausgearbeitet. Das Experteninterview wurde hingegen entsprechend der drei Themenblöcke im Leitfaden zusammengefasst.

10. Darstellung der Ergebnisse

Die zentralen Ergebnisse aus der Auswertung der durchgeführten Interviews sollen nun präsentiert werden. Dieses Vorhaben gliedert sich in mehrere Abschnitte – zuerst wird die *Vegane Gesellschaft Österreich* und ihr Obmann als Experte vorgestellt. Dieser Abschnitt ist gefolgt von einer Kurzdarstellung der neun VeganerInnen, in der die einzelnen GesprächspartnerInnen knapp beschrieben werden, um einen ersten Eindruck zu vermitteln. Anschließend werden die Aussagen der interviewten Personen im Hinblick auf die Forschungsfrage und die vier wesentlichen Punkte[129] Entscheidung, Umstellung, Alltag und soziales Umfeld zusammengefasst und untereinander in Beziehung gesetzt. Es wird gezeigt, dass es immer einen oder mehrere „Trigger“ gibt, gefolgt von einer Umstellungsphase und schließlich einer Integration in die alltägliche Lebensführung. Das soziale Umfeld umfasst hierbei alle drei Bereiche. Die Vorgeschichte der InterviewpartnerInnen wird ebenfalls berücksichtigt und wird zum Entscheidungsprozess gezählt. Die Umsetzung der veganen Lebensführung wird grundsätzlich als prozesshaft und dynamisch betrachtet.

[128] Siehe Anhang

[129] Hierbei muss angemerkt werden, dass es sich um keine starre Einteilung handelt, sondern verschwimmende Grenzen bestehen. Die vier Kernpunkte dienen lediglich als analytische Konzeption bzw. Konzeption zweiter Ordnung und sollen den Verlauf abbilden. Bei einigen Aussagen bestehen logischerweise Überschneidungen, wobei versucht wird, eine möglichst klare Zuordnung und Darstellung zu gewähren.

10.1. Die Vegane Gesellschaft Österreich

Die *Vegane Gesellschaft Österreich* wurde vor 16 Jahren gegründet, um, so der Obmann Felix Hnat, „*einerseits darüber zu informieren dass es diese Alternative gibt und andererseits auch praktische Hinweise und Hilfestellung zu leisten für Leute die umsteigen wollen*“. Der Obmann berichtet, dass das Konzept der veganen Lebensweise in Österreich damals „*weitgehend unbekannt*“ war. Er betont zudem: „*Für eine Umstellung ah in der Ernährungsweise ist immer wichtig warum und wie weil nur das warum allein hilft nicht das führt zu Frustration und die Vegane Gesellschaft sieht sich halt als ah Servicestelle und Ansprechpartner*“. Der Verein, so erklärt Hnat, basiert auf folgenden vier Standbeinen: Information, Veranstaltungen, eine vegan-vegetarische Kochausbildung und Kooperation mit der Wirtschaft. Zusätzlich erwähnt der Obmann, dass ehrenamtliche Arbeit bis heute ein wesentliches Standbein der Arbeit des Vereins sei. Der Obmann der VGÖ beschreibt im folgenden Zitat das Ziel der veganen Veranstaltungen: „*Wir veranstalten Sommerfeste auf öffentlichen Plätzen und Messen damit wir eben Leute erreichen neue Leute irgendwie interessieren neugierig machen und ihnen dann Alternativen präsentieren ah auch unterfüttert mit Information mit Vorträgen die Motivation auch ah darstellen sollen, so wollen wir halt auch mit Leuten in Kontakt treten also auch persönlich nicht nur über die Informationen*“.

Der Geschäftsführer der VGÖ[130] hat durch seine langjährigen Erfahrungen seinen Fokus und somit auch den der VGÖ verändert: „*und natürlich ah habe ich mich auch informiert über über psychologische Themen ah und mich viel gefragt wie man gesellschaftlichen Wandel erreichen kann, und ah ich denke wir haben jetzt inzwischen eine gute Balance heraus ahm ich war früher auch sehr viel im Tierschutz aktiv also Tierrechtsbereich auch, und jetzt fokussiere ich mich halt da stark auf diesen positiven Bereich also Alternativen aufzeigen Lebensfreude vermitteln ah Kulinarik Gastronomie das ist einfach leider Gottes etwas was also mehr Leute wollen gut Essen als ethisch leben, ethisch leben ist immer ein Minderheitenprogramm wird es wahrscheinlich auch immer bleiben und ahm wir arbeiten halt deswegen auch mit sehr mainstreamigen Themen*“. Heute versucht er deswegen, mit seiner Arbeit möglichst viele Menschen zu erreichen und effizienter zu arbeiten: „*heutzutage versuche ich mich dann eher auf Sachen zu beschränken wo ich also mit dem Zeitaufwand den ich investiere möglichst viel raushole also ich konzentriere mich jetzt auf auf zum Beispiel die Organisation einer Messe wo man zweitausend Leute auf einmal erreichen kann […] oder mit einer Webseite ja da also wenn die einmal steht dann und wenn man da einmal regelmäßig Content liefert erreicht man halt 2500 Leute pro Tag und braucht nicht jedes Gespräch selbst führen*“. Die wachsende Präsenz von Veganismus in den österreichischen Medien erklärt Hnat so, dass Medien „*heutzutage interessierter sind*“ und

[130] Vegane Gesellschaft Österreich wird im folgenden mit VGÖ abgekürzt

weil „*wir also einfach pro aktiv an Medien herantreten […] weil wenn einmal was in der Kronenzeitung steht dann lesen es halt gleich einmal eine Million Leute*“. Die Vorgehensweise von pro aktiver Medienarbeit beschreibt er indem er meint: „*Wir veranstalten zum Beispiel Feste und Messen und dort findet dann ein Weltrekord statt zum Beispiel die größte vegane Schokorolle der Welt das größte vegane Spiegelei der Welt irgendwas was halt ein gutes Bild abgibt wo auch bisschen Lokalpatriotismus geschürt wird*“.
Besonders stolz ist er auf ein bestimmtes Projekt: „*eines der größten Erfolge was wir erzielt haben meiner Meinung nach, das ist das schönste und beste Projekt wo ich beteiligt war war eben diese vegetar- vegan vegetarische Kochausbildung […] jetzt haben wir ein EU-Projekt beantragt […] und da haben wir einmal am richtigen Hebel angesetzt und haben wirklich also eine institutionelle Änderung geschaffen die für immer bleibt zumindest so lange bis irgendwann einmal das Geld ausgeht im Bildungssystem und dann wird es halt gekürzt aber das ist einfach sehr effizient*“.

Medienarbeit zählt ebenfalls zu den Aufgaben des Obmanns der VGÖ, dazu meint er, „*wir arbeiten natürlich auch mehr mit Medien zum Teil natürlich weil Medien heutzutage interessierter sind aber zum Teil auch weil wir also einfach pro aktiv an Medien herantreten*“, denn so erreiche man viele Menschen. Im Hinblick auf Medienarbeit und Kommunikation mit Firmenpartnern seien der Fokus und die Berücksichtigung der jeweiligen Lebensrealität entscheidend: „*je nach dem mit welcher Zielgruppe mit der man kommuniziert, macht es Sinn andere Argumente zu bringen, weil es wird niemand, der eine Firma besitzt einfach nur wegen der Ethik plötzlich irgendwas anders machen, weil dann verliert er Geld“*. Hnat berichtet, *„im Endeffekt ich meine ich, man muss immer unterscheiden was ist es **wirklich**, und wie wollen wir es in der Öffentlichkeit präsentiert haben (3) also dadurch dass ich viel mit Medien zu tun habe, bin ich dadurch im Laufe der Zeit pragmatischer geworden*“. Hieran wird deutlich, dass es viele verschiedene Perspektiven und Standpunkte in Bezug auf Veganismus in der Gesellschaft gibt – wie auch die Motivation vegan zu leben, unterschiedlicher Natur sein kann – welche es miteinander zu vereinbaren und sinnvoll zu kommunizieren gilt.

10.1.1. Persönliches

Mag. Felix Hnat studierte Volkswirtschaft mit Schwerpunkt Umweltökonomie und bewarb sich vor zehn Jahren bei der VGÖ – die damals neben ehrenamtlicher Arbeit[131] erstmals feste Anstellungen vergab.

Er selbst wuchs in einer „*typisch österreichischen Familie*“ auf – Hausmannskost und Fleisch gehörte dort zum Alltag. Im Alter von 18 Jahren kam es in seinem Leben jedoch zu

[131] Ehrenamtliche Arbeit ist jedoch auch noch heute ein wichtiger Bestandteil der Arbeit des Vereins.

einer entscheidenden Wende: „*irgendwann einmal, haben mein Bruder und ich, einen Fernsehbericht gesehen über, ah Tiertransporte und und Tierkörperverwertung und dann sind wir da gesessen und haben gesagt ahm (3) <So kann es nicht weitergehen> wir haben dann beschlossen dass wir zwei jetzt einmal auf vegetarisch umsteigen*". Als Hnat dann noch eigenständig im Internet zu recherchieren begann und sich ehrenamtlich in einem Tierschutzverein engagierte „*war dann klar vegan ist für mich die einzige Alternative, und ah vegan war die einzige Möglichkeit wie ich sozusagen endlich wieder ohne innere Widersprüche mich also sozusagen so ernähren konnte wie ich wollte*". Ferner erinnert sich Hnat an ein prägendes Schlüsselerlebnis: „*es gab dann auch noch ein Erlebnis wo, wir mit unserem Hund bei einem Onkel waren einem Biobauern in [Ort] der hat immer da mit einem Schweinderl gespielt und dann hat aber der Onkel gesagt <Naja bald ist Schluss mit lustig weil das Schwein wird morgen geschlachtet> dann war schon auch irgendwie so einen Keim, in den Kopf gesetzt also irgendwie war das nicht ganz einleuchtend warum wir da so die Tiere unterschiedlich behandeln*".

Hnats subjektive Deutung des Veganismus sieht folgendermaßen aus: „*für mich persönlich ist es eher so bisschen eine, eine Konsumdefinition für mich bedeutet durch die vegane Lebensweise unterstütze ich nichts was Tierausbeutung fördert, und, da sind natürlich also auch nicht nur Lebensmittel davon betroffen […] irgendwo ist es natürlich dann also jeder Konsum ist auch in Wahrheit auch verbunden mit ahm negativen Folgewirkungen […] aber deswegen glaube ich sucht man sich dann eine Definition die halt, in der Praxis das aller allermeiste was eben möglich ist, ohne dass man selbst daran zugrunde geht beinhaltet, aber ich finde das auch gar nicht* ***so*** *wichtig unbedingt, […] wenn alle nur sozusagen in dem Spektrum sich bewegen dann hätten wir auch schon eine sehr viel tierfreundlichere Welt*".

Der ethische Aspekt war und ist sein Beweggrund: „*ich persönlich für mich steht die Ethik im Vordergrund und das ist das was mich antreibt, aber ich glaube das ist so maximal, ich weiß nicht was drei Prozent oder fünf Prozent der Bevölkerung sind, über diese Art und Weise erreichbar*".

10.1.2. Veganismus in Österreich

In Bezug auf die Entwicklung des Veganismus erinnert sich Hnat: „*im Laufe der Zeit gerade in den letzten vier Jahren war eine unheimlich dynamische Entwicklung, also das Thema vegan hat sich in der Öffentlichkeit sehr stark gewandelt es wird jetzt weitgehend positiv wahrgenommen, die Zuwachsraten sowohl was Produkte betrifft als auch was die Anzahl der vegan vegetarisch lebenden Menschen betrifft als auch die Anzahl derer die Fleisch reduzieren wollen als auch unsere Mitglieder als auch die Besucher Besucherinnen auf unseren Festen ahm ist natürlich dementsprechend stark auch gestiegen*".

Seine Erfahrungen zu Veganismus in Österreich beschreibt der Experte folgendermaßen: „*inzwischen wird also die vegane Lebensweise Veganismus sehr positiv wahrgenommen*

und in der Öffentlichkeit es wird assoziiert mit Gewichtsverlust und Gesundheit es gibt zwar schon noch vereinzelt so Statements von der medizinischen Seite dass es ungesund ist besonders für Kinder blablabla, aber an sich ist es inzwischen eher, bisschen eine cool und eine eine Lifestyle und eine Ökosache geworden denke ich, […] im Großen und Ganzen würde ich jetzt einmal sagen in der breiten Masse hat jeder schon einmal davon gehört und, es regt sich eigentlich niemand groß darüber auf".

Hnat glaubt, dass Schlüsselerlebnisse in Bezug auf die Entscheidung zum Veganismus von zentraler Bedeutung seien und der Weg zum Veganismus dadurch gekennzeichnet sei: „*ich glaube also niemand wird vom Hardcore-Fleischi ah plötzlich über Nacht zur vegan lebenden Person, es gibt immer Schlüsselerlebnisse man sieht was man führt ein Gespräch man liest was man hat etwas erfahren und das, wird dann ein wirkt in einem irgendwie und irgendwann einmal kommt dann das nächste Schlüsselerlebnis also ich glaube dass also diese Entwicklung von Fleisch zu vegan dass das ein Kontinuum ist, die allermeisten haben vegetarisch in der Mitte, und die Erlebnisse die man macht prägen und beeinflussen einen*". Des Weiteren, so Hnat, würden Vorerfahrungen und der sozialer Hintergrund einer Person immer stark mitwirken.

Hnat ist der Meinung, dass vor allem Menschen in „*Lebensumbruchsphasen*" offen für Veganismus seien: „*Leute in Lebensumbruchssituationen die sind besonders ahm von der Wahrscheinlichkeit her stark betroffen dass sie sich umorientieren zum Beispiel Leute die gerade ausziehen Leute die gerade in einer Trennung sind Leute die eine schwere Krankheitsdiagnose haben, Krebs, die die ändern einmal die machen dann einmal einen Strich und und setzen sich einmal hin und sagen <So jetzt muss ich einmal wirklich was anderes machen>*". Die aktuelle Lebenssituation sei außerdem ebenfalls von Bedeutung: „*Leute die studieren gerade, ah die die haben Zeit auch ein bisschen sich politisch umzuschauen die die hören auch kritische Sachen in ihrem Studium, ah die sind auch gerade dabei also es gibt Lebensumbruchsphasen dann ziehen sie von daheim aus man versucht sich mal selbst zu finden und so weiter und, das sind Menschen die für sowas empfänglich sind und wenn aber diese Menschen dann einen Job annehmen und zwei Kinder plötzlich haben und danach nur noch ah arbeiten und schauen dass sie die Kinder irgendwie in den Kindergarten bringen und so weiter, dann sind sie im kapitalistischen System so sehr mit der mit der Selbstreproduktion beschäftigt dass es dann einfach immer mehr Kraftaufwand wird und irgendwann einmal ganz egal was man für Ideale hatte wenn es zu viel kostet und wenn man es nicht durchhalten kann und wenn man darunter leidet und sich ausgeschlossen fühlt und das Gefühl hat man schafft es einfach nicht*".

Der Experte kennt sehr gut die Hindernisse oder Erschwernisse auf dem Weg zu einer veganen Lebensweise, doch er glaubt auch die Lösungen und Voraussetzungen zu kennen: „*Also ich kenne das ich habe das schon oft gesehen und, ich glaube die breite Masse von Menschen tut das was am einfachsten ist, die Leute kaufen nicht Fleisch weil sie es weil sie*

Fleisch an sich gut finden sondern sie kaufen Fleisch weil es normal ist, sie kaufen Fleisch weil es billig ist und weil es verfügbar ist, und wenn aber die veganen Sachen billiger werden und wenn vegane Sachen normaler werden und wenn die veganen Sachen gut schmecken würden würden alle vegan kaufen, weil die Leute halt im Großen und Ganzen faul sind und Geld sparen wollen und in ihrem System so stark in einem Laufrad laufen ah dass das einfach sozusagen die die, meiner Meinung nach die Hoffnung darauf dass man nur durch Information und nur durch Bewusstseinsbildung plötzlich es schafft dass alle Menschen nur noch das richtige tun das ist nicht realistisch finde ich, deswegen müssen wir halt systematische Änderungen, einsetzen, vegane Sachen müssen einfach normal und billiger werden". Die Aussage verdeutlicht, wie sehr Normen, Gewohnheiten, pragmatische Aspekte und finanzielle Bedingungen im Konsumverhalten eine Rolle spielen. Konsum soll demnach im Wesentlichen günstig und bequem sein – eine Anforderung die dem Veganismus häufig entgegensteht – denn im heutigen stressigen Alltag bleibt oftmals einfach keine Zeit und Energie, um sich über Hintergründe und ethische Aspekte zu informieren oder darüber intensiv zu reflektieren. Die Umsetzbarkeit dieser Ideale sowie die Verfügbarkeit von veganen Alternativen sind für die Entscheidung in dieser Hinsicht somit von wesentlicher Bedeutung.

Hinzu kommt der Einfluss des sozialen Umfeldes: „*sowohl also logistisch die Produkte müssen verfügbar sein man kann nicht erwarten dass jemand 30 Kilometer fährt bis er einmal irgendwas kaufen kann als auch finanziell und dann halt dieser der soziale Druck wenn zum Beispiel ein Freundeskreis ist und einer isst immer den Veggie Burger beim McDonalds und wird dann verarscht ahm dann, irgendwann einmal ist halt dann, der Idealismus nicht mehr so groß, also ja natürlich es geht auch um um soziale Normen*".

Als wichtig für die Etablierung des Veganismus erachtet der Experte folglich soziale Normen die insbesondere durch „*Präsenz*" und „*Vorbilder*" beeinflusst werden: „*Naja also durch Medienarbeit und durch die Präsenz von vegan in der Öffentlichkeit und durch die Präsenz von veganen Lebensmittel im Supermarkt und durch die Präsenz von vegetarischen Hauben-Restaurants in der Gastronomie ah, wird es ja automatisch zur Norm also durch ah Vorbildwirkung und durch Präsenz ändert sich ja die Wahrnehmung auch, und je mehr Promis ah ich meine es klingt so blöd wie es ist ja aber wenn irgendjemand der prominent ist sagt <Ich bin vegan> dann denken sich viele Leute <Aha interessant na wenn der das macht dann kann es nicht so schlecht sein> und, ah: wenn dann der ich weiß nicht der der Bill Clinton und der Al Gore und alle wie die heißen und Leonardo DiCaprio in Amerika für die ist das ganz normal, ah da wird und dann wird es aber auch normaler in der New Yorker Gastronomie Schicki-Micki-Szene und dann ist es halt insgesamt normal außer halt zum Beispiel irgendwo im im, im Inland ja also in, dort wo halt die Republikaner alle sitzen und die Bauern*".

Hnat meint, dass die Umwelt einer Person einen großen Anteil an einem Individuum besitzt: *„die Meisten sind halt ein Produkt ihrer ihrer Umwelt im im statistischen Sinne, leider bin ich kein Soziologe sonst könnte ich das vielleicht besser, beschreiben ich bin halt eher ein Praktiker und habe halt also in den zwölf Jahren sehr viel gesehen sowohl in meinem persönlichen Umfeld als auch ah im Internet als auch halt ah sozusagen insgesamt*".

Die soeben angesprochenen Punkte bieten eine mögliche Erklärung, weshalb vegan lebende Menschen bislang eine Minderheit in Österreich darstellen. Allerdings gilt es den starken Zuwachs an vegan lebenden Menschen sowie an veganen Produkten und Restaurants in den letzten Jahren zu berücksichitgen und näher zu analysieren. Angebot und Nachfrage haben stark zugenommen und bedingen sich somit wechselseitig. Diese Entwicklung ist jedoch, wie statistische Daten zeigen, vor allem im urbanen Bereich zu verzeichnen. Die Ursache dieses Phänomens ist dessen ungeachtet nicht Gegenstand dieser Arbeit und wird lediglich zur Kenntnis genommen. Von Interesse ist hingegen, wie jemand zu der Entscheidung für die vegane Lebensführung gelangt und vor allem, wie es danach weiter geht.
Wie man mit der Entscheidung, vegan leben zu wollen, im Alltag umgeht und ob dabei Kompromisse notwendig seien, beantwortet Hnat wie folgt: *„In der Praxis muss es jeder für sich selbst entscheiden, es gibt auch Leute die gehen nicht mehr ins Krankenhaus und vertrauen nicht der Schulmedizin aber, die allermeisten vegan lebenden Menschen die ich kenne und die allermeisten Mitglieder von uns ah gehen alle ins Krankenhaus (3) oder zum Doktor*".
Um überhaupt erst vegan werden zu können, müssten neben den bisher genannten Faktoren sogenannte *„Abwehrmechanismen*" überwunden werden: *„Also ich glaube je einfacher die vegane Lebensweise in der Praxis wird und je weiter verbreitet sie ist ah desto mehr wird sie sich stärker noch weiter verbreiten (3) und ich glaube es geht um* ***Norm*** *es geht um Machbarkeit, und die Argumente wissen ja eh alle […] aber es gibt halt dann so Abwehrmechanismen also zum Beispiel Melanie Joy[132], ahm macht das ja auch sehr gut die analysiert das sehr gut was für Abwehrmechanismen da greifen und die kommen halt voll zum Tragen (3) und aber je normaler es wird und desto einfacher es wird desto mehr können diese Abwehrmechanismen besiegt werden*". Ist jemand nun soweit, vegan zu leben, könnten sich weiterhin gewisse Probleme oder Schwierigkeiten im veganen Alltag ergeben – dazu Hnat: *„Naja, geringe Auswahl in Landswirtshäusern (4) ahm soziale Ausgrenzung im ländlichen Bereich, nicht sehr stark aber halt doch auch ja, ahm Unverständnis bei Hausärzten und HausärztInnen teilweise weil also da einfach das Wissen komplett fehlt*".
In Bezug auf die Frage nach den „neuen" VeganerInnen und einen möglichen Trend erläutert der Experte: *„die Gruppe ist einfach größer und vielleicht auch ein bisschen diverser also erstens einmal sind es mehr von dieser Gruppe die es früher auch schon waren und*

[132] Siehe Kapitel 8.1.3.

zweitens einmal sind auch also ganz untypische Leute dazugekommen und und vereinzelt halt auch 50 60 Jährige die abnehmen wollen, also die die es ist beides also sozusagen die gleiche Gruppe ist häufiger und es sind aber auch noch andere Gruppen dazugekommen aber, ich würde nicht von den neuen VeganerInnen sprechen eigentlich, mhm ich würde eher damit sagen es sind halt mehr jetzt, weil sich die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen gebessert haben, und ich glaube also manche schreiben einen auch so sozusagen <Ja die sind ja alle nur weil es cool ist und so oder weil sie glauben es ist hipp> also das habe ich wirklich erst sehr selten erlebt also ich glaube die meisten die das versuchen erhoffen sich wirklich davon mehr Lebensqualität oder einen bewussteren Konsum und so richtige ***Trend-Veganer****, die habe ich jetzt eigentlich noch nicht gesehen"*. Gleichzeitig beurteilt Hnat die Darstellung von Veganismus als Trend positiv: *„aber es ist ja* ***gut*** *also solche Medienberichte sind ja gut weil sie helfen den Menschen ah: sich mit dem alten Klischee nicht mehr zu identifizieren"*. Das sogenannte *„alte Klischee"* beschreibt er so: *„Bio Vollkorn Birkenstock Pazifist Pazifistin"*. Die ursprüngliche und auch heutige Gruppe der VeganerInnen zeichne sich hingegen folgendermaßen aus: *„eher junge alternative Menschen die allgemein Konsumbewusstsein hatten und auch Leute die meinetwegen jetzt also im universitären Umfeld stark verkehren das war also auch statistisch gesehen die Gruppe wie man sie beschreiben könnte und das ist jetzt eigentlich noch genauso, plus die Leute die halt sozusagen also urban und erfolgreich und so unter 35 die ist auch noch dabei aber das war früher eigentlich auch so*".

Die Wahrnehmung dieser Entwicklung in Österreich sei unterschiedlich: *„Naja vegan ist bekannt, weitgehend, mhm das Spektrum reicht zwischen (4) zwischen Gedanken der Existenzbedrohung im bäuerlichen Bereich (5) bis über weitgült- also weitgehende Gleichgültigkeit, bis über Attraktivität in einem urbanen und, modernen Umfeld […] insgesamt würde also gesamt gesehen würde ich das Meinungsbild nicht mehr so polarisiert wie früher, und weitgehend neutral bis positiv mit gewissen gesundheitlichen Ängsten noch, auf niedrigerem Niveau als früher*".

Besonders interessant findet Hnat eine recht junge Entwicklung in der Fitnessszene: *„und was* ***ganz*** *interessant ist ist zwei neue Entwicklungen in der Fitnessszene, das ist* ***urspannend*** *das ist* ***megainteressant*** *[…] und jetzt plötzlich gibt es total viel so, ah jugendliche männliche Menschen die früher genau sozusagen die Gruppe waren die am allerschwierigsten anzusprechen war die plötzlich auch mit vegan sympathisieren, das gibt es auch aber das ist halt diese Fitnesssubkultur, durch diese durch diese Youtuber*".

10.2. Kurzdarstellung der InterviewpartnerInnen

10.2.1. Interview 1: Kampfgeist

> *„Ja bei mir ist es ein extrem langer Prozess gewesen, aber mir aber es stand schon vor eineinhalb Jahren fest wie ich das gesehen habe, dass irgendwann werde ich vegan werden egal wie schwierig das ist als Sohn von einem Milchbauern aber irgendwann werde ich das machen*".

Der erste Interviewpartner ist 19 Jahre alt und kommt ursprünglich aus dem Waldviertel wo er als Sohn eines Bio-Landwirtes aufwuchs. Schon früh wurde IP1 mit dem Thema Mensch-Tier-Verhältnis in Form von einem Film und zwei Kinderbüchern konfrontiert beziehungsweise zeigte er selbst Interesse und Verantwortungsbewusstsein. Aufgrund mangelnder Möglichkeiten und familiärer Unterstützung war die praktische Umsetzung – nämlich vorerst im Vegetarier-Dasein – im Jugendalter schwierig und führte immer wieder zu Konflikten mit den Eltern. Erst als IP1[133] Gleichgesinnte im Internat fand, konnte er seine Einstellung teilen, ausleben und sich als Vegetarier entfalten. Dort wurde der Schüler dann schließlich auch erstmals mit dem Thema Veganismus konfrontiert und war erneut über den Umgang mit Tieren im Zuge der Produktion tierlicher Konsumgüter betroffen, als er sich anschließend selbstständig im Internet tiefgehender über die Thematik informierte. Die Entscheidung vegan zu leben, fiel in dieser Zeit, wobei der Alltag noch durch einige Einschränkungen und Kompromisse gezeichnet war. Erst als IP1 zum Studieren nach Wien zog, und selbst kochen lernte, war es ihm uneingeschränkt möglich, seinen Entschluss und seine Einstellung voll und ganz zu leben. Mittlerweile ist der Student ehrenamtlich im *Verein gegen Tierfabriken* tätig und fühlt sich, wie er mir nach dem Interview anvertraut, dort erstmals vollständig akzeptiert und „angekommen". IP1 ist eindeutig ein ethisch motivierter Veganer und zeigt einen starken Willen, indem er seine Ideale trotz großer Hindernisse und anfangs fehlender Unterstützung durchzusetzen und sich selbst treu zu bleiben versucht.

10.2.2. Interview 2: Das Experiment

> *„Ahm na es hat mich interessiert wie sich das Ganze entwickelt einfach und es hat sich für mich positiv entwickelt, ich habe eigentlich jetzt nicht **gewusst** was ich erwarte ich habe mehrere Meinungen gehabt die einen haben gesagt es ist gut die anderen haben gesagt es ist schlecht und selbst war ich mir nie so, sicher darum habe ich es selbst ausprobiert und jetzt bin ich eigentlich sehr zufrieden, ja*".

Der zweite Gesprächspartner ist 36 Jahre alt und lebt in Wien. Im Gegensatz zu IP1 bewegten ihn eher gesundheitliche Motive zum Veganismus, wobei er sich selbst als Mischung in Bezug auf verschiedene Typen von Veganern und Veganerinnen bezeichnet. Sein Weg zum Veganismus begann mit einem Experiment, bei dem er versuchen wollte, wie eine rein

[133] InterviewpartnerIn wird mit IP abgekürzt.

pflanzliche Ernährung sein Wohlbefinden und seine Leistungsfähigkeit beeinflussen würde. Da das Ergebnis positiv ausfiel, blieb er seither dabei und versucht auch andere zu motivieren, weniger Fleisch zu essen. Die neue Lebensweise versucht IP2 auch in seinen Beruf als Ernährungstrainer einfließen zu lassen und bezeichnet sich als Vegan-Trainer. Außerdem ist er dabei, ein Kochbuch für VeganerInnen zu schreiben. Neben dem Beruf studiert IP2 Psychologie. Im Alltag ist das soziale Umfeld für ihn von enormer Bedeutung, da es die Entscheidung zur veganen Lebensweise entweder positiv oder negativ bewertet und somit eine wichtige Rolle bei der Umsetzung spielt. IP2 selbst versucht jedoch nicht, Omnivoren für ihren Fleischkonsum zu verurteilen sondern möchte sein Umfeld vielmehr von den Vorteilen der veganen Ernährung überzeugen. Trotzdem berichtet er davon, dass sich alte Freunde von ihm abgewendet haben.

10.2.3. Interview 3: Facebook

> *„Eigentlich einen ziemlichen Einfluss weil ich es war jetzt nicht mein direktes Umfeld sondern eigentlich mehr das Internet aber ich bin schon, über das Internet von Leuten in verschiedenen Facebook Gruppen oder so sehr beeinflusst worden den Schritt dann letztendlich zu tun weil ich mir halt, da immer mehr Informationen holen habe können und gesehen habe dass ich damit schon einen großen und wichtigen Beitrag leisten kann*".

Seit ungefähr einem Jahr lebt die 19-jährige Studentin aus Kärnten vegan. Davor war sie fünf Jahre lang Vegetarierin bis sie durch Freunde, Tierrechtsorganisationen und Facebook Informationen zum Thema Veganismus bekam, die sie dazu bewogen, dass vegetarisch leben alleine nicht ausreicht. IP3 lebt deshalb aus ethischen Gründen vegan. Wenn sie zu Hause in Kärnten ist, wird es oft schwieriger, vegan zu essen, als in Wien. Das soziale Umfeld reagierte unterschiedlich auf die vegane Lebensweise, allerdings gab es keine größeren Konflikte. Die Umstellung bereitete der Studentin keine großen Schwierigkeiten, jedoch stellt sie sich im Alltag darauf ein, manchmal kein oder nur ein spärliches Essen zu bekommen. Sie kocht und backt gerne selbst und versucht als gutes Vorbild voranzugehen, statt andere zu verurteilen. Facebook war für IP3 sowohl für die Entscheidung, als auch für die Umsetzung im Alltag von zentraler Bedeutung, da sie dort viele Informationen und viel Unterstützung fand.

10.2.4. Interview 4: Der perfekte Veganismus

> *„Ich habe mich dann damit beschäftigt und es war für mich aber immer die Sache so eigentlich nein ich will gar nicht vegan leben, und: also halt auch mit dem Hintergrund so weil das der perfekte Veganismus ist ja nicht möglich man kann sich ja nur möglichst annähern und ich habe dann manchmal so Anwandlungen so 100 Prozent oder gar nicht*".

Die vierte Interviewpartnerin ist 28 Jahre alt und Mutter. Sie hat studiert, lebt mit ihrem Lebensgefährten und ihrem Sohn in St. Pölten und arbeitet in Wien. Sie lebt schon ihr ganzes Leben fast vegetarisch, und bezeichnet sich selbst als „*heikle Esserin*". Als eine Freundin von IP4 vegan wurde, beschäftigte sie sich näher damit, jedoch kam sie zu dem Schluss, dass der perfekte Veganismus nicht möglich wäre und wollte es deshalb gleich gar nicht versuchen. Irgendwann wurde ihr dann aber bewusst, dass sie eigentlich schon fast vegan lebt und mehr oder weniger „*hineingerutscht*" ist. Ab dann achtete sie auch bewusst darauf, nur noch vegane Lebensmittel einzukaufen und fühlt sich heute wohl dabei. Zum Zeitpunkt des Interviews lebt IP4 seit ca. einem halben bis dreiviertel Jahr vegan. Im Alltag geht sie jedoch ab und zu Kompromisse ein, vor allem auch was ihr Kind betrifft. Ihr Lebensgefährte isst auswärts Fleisch, jedoch zu Hause auch nur pflanzlich, da die Interviewpartnerin das Kochen übernimmt. IP4 findet es auch wichtig, im Hinblick auf Produktions- und Arbeitsbedingungen bewusst zu konsumieren, da für sie Menschen ebenfalls in das Prinzip des Veganismus eingenommen sind. Sie bevorzugt zudem eine friedliche Lebensweise und grenzt sich ab von VeganerInnen, die aggressiv, offensiv oder militant sind. Für IP4 sind Gesundheit, Frieden und Moral wichtige Werte.

10.2.5. Interview 5: Fakten

> „*Bei mir ist das halt so ich brauche gewisse Fakten ich kann nicht nur auf der emotionalen Ebene das entscheiden sondern ich brauche irgendwie Fakten die haben mich halt, ziemlich berührt weil es einfach* ***wirklich*** *tragisch ist was alles, passiert und dann wollte ich nicht mehr da mitmachen weil es ist nicht so schwierig dass man da aussteigt*".

Die 22-jährige oberösterreichsiche Studentin lebt seit ungefähr einem Jahr vegan und wohnt zum Studieren an der Wirtschaftsuniversität in Wien. Für sie war ein Erlebnis auf einer Reise in Südostasien ausschlaggebend, wo sie Tiertransporte beobachten konnte und daraufhin entschied, kein Fleisch mehr zu essen. Nachdem sie sich mit themenspezifischer Literatur zu den Themen Gesundheit, Ethik und Umwelt auseinandergesetzt hatte, beschloss sie, ein Jahr später vegan zu leben. Diese Entscheidung fällte sie gemeinsam mit ihrer Mitbewohnerin in der Wohngemeinschaft, sie wollten keine tierlichen Produkte mehr einkaufen. Diese Entscheidung dehnte sich dann weiter aus und bezog schließlich auch das auswärts Essen mit ein. IP5 waren hierbei vor allem Fakten wichtig, die emotionale Ebene allein genügte ihr nicht. Aus diesem Grund informierte sie sich viel zu diesem Thema mithilfe von Büchern und Dokumentationen. Die Motivation ist bei der Gesprächspartnerin vielfältig, neben Gesundheit und Ethik ist ihr auch das Thema Umwelt besonders wichtig und sie versteht nun, wie sie berichtet, viele Zusammenhänge. Sie freut sich über das wachsende vegane Angebot in Wien. Abgesehen von ihrer Mitbewohnerin besteht ihr soziales Umfeld aus

Omnivoren, die sie bei Interesse gerne aufklärt. Veganismus bedeutet für IP5 ein bewusstes Leben zu führen.

10.2.6. Interview 6: Recht

> „*Ich denke halt ich bin leider ich bin im **Recht** also man kann mich eigentlich nicht totargumentieren was das angeht und es kommen dann immer die gleichen Dinge*“.

Interviewpartnerin 6 ist 24 Jahre alt und studiert derzeit Rechtswissenschaften. Sie lebt zum Zeitpunkt des Interviews seit eineinhalb Jahren vegan und zuvor seit sie zwölf Jahre alt war vegetarisch. Sie berichtet, dass sie eigentlich schon immer wusste, dass der Konsum von Milchprodukten und Hühnereiern auch Tierleid verursache aber sie hätte „*irgendwie die Augen davor verschlossen*“ und gedacht „*so schlimm kann es schon nicht sein*“ weil sie „*eh schon so viel*“ mache. Als sie dann vor eineinhalb Jahren in einem veganen Betrieb zu arbeiten begann, kam es ihr dann komisch vor, den KundInnen gegenüber positiv über Veganismus zu berichten und gleichzeitig selbst diese Ideale nicht zu leben. Zudem erfuhr sie durch den Kundenkontakt sowie durch ihre Chefin und KollegInnen mehr über Veganismus. Schließlich kam sie zu dem Entschluss, dass sie das „*jetzt auch noch durchziehen*“ könne „*weil es ist eh nicht mehr so viel*“. Anfangs verheimlichte die Studentin ihre Entscheidung vor ihrer Familie da schon früher bei ihrer Entscheidung vegetarisch zu leben von seiten der Familie Widerstand kam. Doch ihr Vater unterstützt sie dabei und geht regelmäßig mit ihr in einen veganen Supermarkt einkaufen. Ihre Mutter ist hingegen weniger offen und kann es nicht richtig nachvollziehen, toleriert diese Entscheidung jedoch. Der Partner der interviewten Veganerin ist Omnivore, konsumiert aber im gemeinsamen Haushalt kaum noch Fleisch weil er die vegane Küche besser vertragen würde. Die Veganerin kauft allerdings für ihren Partner tierliche Produkte ein und kocht sogar manchmal Fleischgerichte für ihn, da sie ihn nicht bevormunden möchte. Gleichzeitig versucht sie aber, ihm die Alternativen aufzeigen und bei Anschaffungen plädiert sie darauf, Produkte ohne Leder zu kaufen. Ihre vier Katzen ernährt sie mit Fleisch. IP6 berichtet, dass sie auf die „*sanfte*“ Art probiert, ihr soziales Umfeld auf den veganen Geschmack zu bringen, indem sie beispielsweise zu Grillfesten veganes Essen mitbringt und alle probieren lässt oder veganen Kuchen bereitstellt wenn ihre Mutter auf Besuch kommt oder Freundinnen gute vegane Schokolade empfiehlt. Auf Diskussionen hat IP6 „*keinen Bock mehr*“ denn sie meint, „*es ist **immer** das gleiche*“. Jedoch meint sie, dass sie, wenn es notwendig ist, auf alle Vorurteile oder Argumente gegen Veganismus die ihr entgegengebracht werden ein Gegenargument hätte und im Recht wäre. Zum Teil würde sie nicht ernst genommen beziehungsweise werden Witze gemacht, denen sie entweder aus dem Weg geht oder mit Witzen kontert. Vorurteile gegenüber veganen Speisen erlebt sie auch bei KundInnen in ihrer Arbeit, die sie aber durch Kostproben meistens aus dem Weg räumen kann. IP6 vertritt die Ansicht, „*mit **Geschmack** überzeugen statt mit Argumenten*“ denn das funktioniere ihrer Erfahrung nach besser. In ihrem sozialen

Umfeld ist die interviewte Person die einzige Veganerin, weshalb sie sich mehr Austausch wünschen würde – dies findet sie momentan über verschiedene Gruppen in Facebook. Die Studentin besucht gerne vegane Veranstaltungen, Supermärkte und Restaurants, wobei ihr Vater regelmäßig mit ihre einkaufen und essen geht.

10.2.7. Interview 7: Der positive Weg

> *„Ich versuche jetzt nicht irgendwie die Leute so **aktiv** irgendwie zu überzeugen mit mit <Mah was bist denn du für ein Mörder> oder <Wie kannst du nur Fleisch essen> so sondern eher eigentlich, das positiv vorzuleben und irgendwie eher von, der positiven Seite zu nicht=nicht dieses Negative das mag ich irgendwie nicht also das ist nicht meine Art da den Leuten jetzt irgendwas an den Kopf zu werfen ich denke mir halt sie sie sind noch nicht bereit oder sie wissen es einfach nicht es ist einfach extrem viel Unwissen auch da also, die Leute wissen ja gar nicht was da alles abrennt, ja für die ist Fleisch ein Produkt im Supermarkt genau wie eine Banane oder ein Apfel da steht kein Lebewesen dahinter, und (4) ja also, wenn dann eher so der positive Weg sage ich jetzt einmal der liebevolle Weg ist finde ich ist ist das nachhaltigere ‚als wie wenn' wenn man den Leuten jetzt irgendwas schlimmes an den Kopf wirft*".

Gesprächspartner 7 ist 25 Jahre alt, studierte an der Wirtschaftsuniversität Wien und arbeitet nun als Projektleiter in Wien. IP7 ist seit einem Jahr und vier Monaten vegan. Er war schon vorher ungefähr zwei Jahre aus ethischen Gründen Vegetarier. Die Entscheidung zur veganen Lebensweise begann mit einer Obst und Gemüse Kur zur Verbesserung des gesundheitlichen Zustandes infolge vieler Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Dies wurde vorerst nicht als Veganismus deklariert. Da diese Ernährungsumstellung zu einer schnellen Besserung führte, behielt er dies bei. Der erste Zugang war demnach die Gesundheit, wobei später ethische Aspekte hinzukamen. Im sozialen Umfeld gab es keine Probleme wegen der neuen Lebenseinstellung, jedoch stellt es im Arbeitsalltag oftmals eine Herausforderung dar, wenn IP7 statt mit den KollegInnen in die Kantine zu gehen, allein im Büro zu Mittag isst. Hier, so sagt er, müsse man aufpassen, dass man sich nicht isoliert und andere Wege findet, mit den KollegInnen abseits der Arbeit in Kontakt zu treten. Heute hat er sich mit der Veganer Szene vernetzt und viele vegane Freunde gefunden und besucht eigene vegane Events. Wichtig ist ihm, als Veganer einen positiven Weg zu gehen, das bedeutet, anderen als positives Beispiel voranzugehen und niemanden zu beschimpfen, wobei er bei seinen Eltern manchmal die Geduld verliert. Er betrachtet ein veganes Leben eher als Bereicherung denn als Einschränkung und sieht die Vielfalt des Veganismus durch verschiedene Zugänge gegeben. Zwar findet er vegan zu leben einfach aber gerade am Anfang wären Rückhalt und Informationen besonders wichtig. Die einzige Schwierigkeit besteht für IP7 auf Reisen, wo er sich etwas unflexibler fühlt. Ihm fällt auf, dass Essen ein wichtiger Bestandteil von

Gesellschaft ist und gerade bei VeganerInnen sich viel um das Essen dreht, wodurch man allerdings leicht eine Gesprächsbasis finden kann.

10.2.8. Interview 8: Recherche

> *„Das heißt ich habe viel recherchiert um mein Verhalten, zu rechtfertigen und habe aber nur das absolute Gegenteil gefunden, und dann ging es eigentlich Schlag auf Schlag".*

Die achte Gesprächspartnerin ist 34 Jahre alt. Sie hat studiert, ist derzeit noch angestellt aber arbeitssuchend. Ein Job bei der Veganen Gesellschaft Österreich würde sie sehr interessieren, erwähnt sie in diesem Zusammenhang. Vegan lebt sie seit etwas mehr als einem Jahr. Schon im Kindesalter ekelte sie sich vor Fleisch und lebte infolgedessen zuvor schon circa 23 Jahre vegetarisch. Sie dachte, damit mache sie „*alles richtig*" und es sei „*alles erledigt*". Die Grundidee des Veganismus hatte sie, so erzählt sie, nie verstanden. Jedoch gaben ihr einige Informationen die sie im letzten Jahr bekam, zu denken und sie begann selbstständig zu recherchieren. Allerdings wollte sie im Zuge dieser Recherche eine Bestätigung finden, dass sie ruhigen Gewissens so weitermachen könne wie bisher denn auf Käse wollte sie keinesfalls verzichten. Deshalb suchte sie im Internet bewusst nicht auf veganen Seiten, sondern versuchte möglichst neutrale Informationen zu bekommen. Die interviewte Person fand jedoch nur das Gegenteil, sie fand „*jeden Tag furchtbare Dinge*" und entschied sich dann ziemlich schnell dazu, ihre Ernährung sofort umzustellen, obwohl sie es eigentlich ursprünglich nicht wollte. Kurze Zeit später, folgte die Umstellung von Kleidung, Kosmetik und Putzmittel, nachdem sie sich beispielsweise auch mit der Lederindustrie und mit dem Thema Wolle auseinandergesetzt hatte. Am Anfang war das Einkaufen und Kochen für die Person noch schwierig aber mittlerweile weiß sie, worauf sie achten muss, nachdem sie sich viel damit befasst hatte. Ihr Partner der ebenfalls Vegetarier war, konnte sie damals nicht verstehen und war „*bisschen genervt*" weil sie jeden Tag recherchierte und diese Informationen dann mit jemandem teilen wollte. Sie fühlte sich am Anfang „*ziemlich alleine*". Auf Facebook fand sie jedoch bald DiskussionspartnerInnen. Mittlerweile hat sich ihr Partner auch dazu entschieden, vegan zu leben und hat der neuen Veganerin in ihrer Entscheidung recht gegeben. Die interviewte Person findet, dass in Veganismus „*viel zu viel hineininterpretiert*" wird. Sie zieht für sich Grenzen beim Konsum, wo sie zwar weiß, dass es ethisch oder umweltbezogen bessere Alternativen gäbe, zählt es aber noch zum veganen Konsum und meint, dass das noch weitere Schritte wären.

10.2.9. Interview 9: Trend

> *„Und was mir schon sehr genehm gekommen ist ist dass es halt im Moment so ein Trend ist auch wenn viele Veganer das vielleicht verurteilen dieses trendy vegan sein, ich finde es dumm von Veganern das zu verurteilen weil wenn jemand aus Tier oder Umweltgründen vegan ist soll ich ja froh sein wenn andere Menschen auch*

vegan sind egal aus welchen Gründen auch immer und mir hat das schon sehr geholfen weil ich nicht so sehr die die Ökoschiene fahre also ich kauf nicht gerne Kosmetik die so ökomäßig ausschaut und ich kaufe gerne moderne Sachen und ich kaufe gerne exklusive Sachen und dadurch dass das so Trend geworden ist habe ich da halt auch meinen Vorteil daraus".

Die neunte Interviewpartnerin ist 33 Jahre alt und arbeitet neben dem Studium Teilzeit als Sprechstundenhilfe. Sie lebt seit eineinhalb Jahren vegan und war davor schon immer wieder jahrelang Vegetarierin. Sie erzählt von Ausrutschern, über die sie sich sehr ärgert. Schon mit 16 Jahren versuchte sie sich eine Woche lang vegan zu ernähren, scheiterte jedoch. Ihre Motivation waren schon immer Tierrechte, gleichzeitig liebte sie aber auch Fleisch. Auch Umweltgründe und Menschenrechte sind ihr wichtig, Gesundheit ist der geringste Grund für die Veganerin. Das erste Mal in Berührung mit dem Thema Veganismus kam sie durch den Verein gegen Tierfabriken in Wien, konnte es sich damals aber noch nicht vorstellen, wie man vegan leben kann. Auf einer Reise nach Singapur gab es ein einschneidendes Erlebnis, als die interviewte Person auf einem Essensmarkt tote, aufgehängte Tiere sah – ab diesem Zeitpunkt wurde sie endgültig zur Vegetarierin. Ihr Partner entschied sich kurze Zeit später, nachdem er den Film *Earthlings* gesehen hatte, ebenfalls dazu, vegetarisch zu leben. IP9 wurde über Facebook durch Personen, die sich mit Tierrechten befassen, dann immer mehr mit Themen wie zum Beispiel Milchkonsum konfrontiert und ging infolgedessen den Schritt zum Veganismus. Ihr Partner konsumiert jedoch weiterhin sehr gerne Käse, was die Interviewpartnerin sichtlich stört. Ein Problem im Alltag ist die Ernährung der Hunde, denen die Veganerin täglich Fleisch füttert und gleichzeitig ein schlechtes Gewissen dabei hat. Beim Lebensmitteleinkauf versteckt sie deswegen das Fleisch und den Käse – den sie für ihren Partner einkauft – im Einkaufswagen. Die junge Frau versucht, ihr soziales Umfeld in Bezug auf Veganismus aufzuklären „*dass vegan nicht irgendwas Komisches, Weltfremdes ist*": „*Also ich versuche schon sehr oft das Gespräch auf vegan zu kriegen, mit allen möglichen Leuten auch da mit Patienten, damit es einfach* ***normaler*** *wird dass es vegane Menschen gibt und nicht nur irgendwelche ahm Jugendlichen oder irgendwelche grad am Anfang vom Studium die gerade ihre radikale Phase ausleben und dann quasi normal werden sondern dass vegan einfach was normales sein sollte*". Die Interviewpartnerin begrüßt den derzeitigen Trend zum Veganismus, denn sie möchte auch exklusive und modische vegane Kleidung und Kosmetik kaufen können, das „*Öko*"- Image gefällt ihr weniger.

10.3. Entscheidung

> „*Beim, veganen Essen hat sie [Mitbewohnerin, Anm. d. Verf.] mich eigentlich, mehr dazu gepusht weil irgendwann sie mal zu mir gesagt hat <Ich mag jetzt eigentlich in der Wohnung nur mehr vegane Lebensmittel kochen außerhalb, egal aber in der Wohnung nur mehr vegan> und wie sie das dann gesagt hat habe ich mir gedacht okay passt dann, ziehe ich das aber auch im Kaffeehaus und überall durch*“ (Interview 5).

Die Interviews zeigten, dass einerseits das soziale Umfeld sowie soziale Medien – insbesondere *Facebook* wurde häufig erwähnt – und daraus gewonnene verschiedene Informationen eine bedeutende Rolle im Entscheidungsprozess zur veganen Lebensführung spielen können und oftmals sogar ausschlaggebend sind, andererseits persönliche Gründe im Vordergrund stehen können. Eine Reise und die damit verbunden Erfahrungen kann ebenfalls einen entscheidenden Beitrag zu dieser Entwicklung leisten wie es bei zwei Interviewpartnerinnen (IP5, IP9) der Fall war.

Zwei der InterviewpartnerInnen (IP1, IP9) erzählten mir, dass sie eigentlich schon viel früher vegetarisch bzw. vegan leben wollten, es jedoch damals aufgrund der Rahmenbedingungen nicht geschafft hätten. Auch IP2 wollte eine vegane Lebensführung prinzipiell schon früher aus Interesse ausprobieren. Da IP1 und IP9 zu jener Zeit noch bei ihren Eltern wohnten, die das keineswegs unterstützen wollten und da beide zudem noch nicht selbst kochen konnten, seien sie beim ersten Versuch in der Umsetzung gescheitert. Bei IP1 reichen die ersten Aspekte der Entscheidung deswegen schon sehr weit zurück in die Kindheit, wo durch einen einprägsamen Kurzfilm[134] im Biologieunterricht sowie durch zwei für ihn inspirierende Kinderbücher[135] an die er sich noch erinnert weil sie ihn erstmals zum Nachdenken brachten, bereits das erste Fundament gelegt wurde. Allerdings fehlte ihm im Elternhaus jegliche Unterstützung, denn seine Eltern führten (und führen noch heute) eine Landwirtschaft. Der Weg zum Veganismus ging bei IP1 über den Vegetarismus und wurde stets von ethisch-moralischen Überlegungen geleitet.

IP1 erinnert sich an die erste Konfrontation mit Veganismus: „*Genau und dann war, wie ich dann wie ich dann 17 war war ich in der Schule beim beim [Veranstaltung] […] und wir waren halt alle Vegetarier und das war super und ich konnte mich mit denen austauschen und endlich hatte ich vegetarische Freunde sozusagen und irgendwann ist halt einer durch den großen Bruder von ihm Veganer geworden und hat mir das erzählt und ich habe mir zuerst gedacht hm vegan das ist ja gar nicht notwendig ich esse eh schon keine Tiere und die Kühe geben eh schon die Milch und wo ist das Problem ((fragend)) aber andererseits habe ich von dem sehr viel gehalten und habe mir gedacht der wird das nicht ohne Grund*

[134] *Keine Gnade für Lucy*
[135] *Die Superhenne Hanna* und *Taubenjagd*

machen, und dann habe ich so gesucht im Internet und habe dann gefunden von Gary Yourofsky die Rede über Veganismus und habe mir das angeschaut und habe auch immer wieder gestoppt und habe auch mitgeschrieben und habe das für mich verarbeitet und und nachgedacht was was das dann eigentlich heißen kann und dann das Folgevideo auch noch wo er Fragen beantwortet, und ja, und, da war auch so eine so eine Szene wo man einen Videoausschnitt sieht wo ein wo ein Mann eine Milchkuh mit so einer Eisenstange auf den Kopf schlägt und das hat mich irgendwie so erinnert an den Film mit den Schweinen und damals habe ich mir gedacht ich will dass das aufhört, ich will das nicht mehr unterstützen müssen und deshalb bin ich Vegetarier und dann, vier Jahre später sehe ich dasselbe mit der Milchkuh und dann habe ich mir gedacht wie blöd ((leicht lachend)) war ich eigentlich ich habe die ganze Zeit gedacht ich ((stutzend)) jetzt verursache ich sowas nicht mehr aber es ist immer noch dasselbe es ist immer noch dasselbe das heißt ich muss jetzt noch einen Schritt weitergehen um das Ziel zu erreichen das ich erreichen wollte also dass keine Tiere mehr für mich leiden müssen und dann habe ich halt Schritt für Schritt umgestellt". Trotz des umfassenden Hintergrundwissens über das er verfügt weil er auf einem Bauernhof aufgewachsen ist, waren bestimmte Informationen für ihn wichtig: „*Natürlich ich habe halt auch die Videos gebraucht die mir halt wirklich das klipp und klar zeigen nur durch das am Bauernhof leben hätte das nicht funktioniert*". Seine Entscheidung begründet er folgendermaßen: „*Zuerst bin ich Vegetarier geworden weil weil sie mir halt leid getan haben und dann dann habe ich auch gesehen es ist plötzlich für das Klima dann habe ich gesehen es ist es es ist auch sehr gesund es es kann unter Umständen die gesündeste Ernährung überhaupt sein und dann habe ich mir auch so so grundlegende Überlegungen gemacht dass es halt dass es genauso fühlende Wesen sind und, dass es falsch ist sie so auszunutzen und zu töten auch ganz egal ob man jetzt mit denen Mitleid hat aber allein schon von der allein schon die Moral verbietet das eigentlich*".

Wie bereits angedeutet, wurden auch Reiseerfahrungen als Auslöser für die Umstellung genannt, wobei es sich bei IP5 und IP9 hierbei erst um die Entscheidung zum Fleischverzicht handelte, die jedoch in beiden Fällen wiederum zum nächsten Schritt – insgesamt auf tierliche Produkte zu verzichten – führen kann.
IP5 berichtet: „*Also angefangen hat es vor zwei Jahren ich war auf einer Reise in Südostasien und habe mitbekommen wie dort Tiertransporte abläufen ablaufen hautnah also wie die zusammengestaucht werden die Schweine, vorher hat mich das noch nie berührt aber damals dann dort schon und dann habe ich entschlossen ich esse kein Fleisch mehr in Asien dann komme ich zurück nach Österreich habe beschlossen ich esse auch hier kein Fleisch mehr, dann war ich ungefähr ein Jahr Vegetarierin und habe mich immer mehr damit auseinandergesetzt mit der Literatur hinsichtlich Ethik aber auch Gesundheit Umweltverschmutzung was eigentlich alles, irgendwie so dran hängt ahm, an der*

Massentierhaltung überhaupt wie die Tiere heute geschlachtet werden wie sie gehalten werden aber der gesundheitliche Aspekt war auch voll wichtig und wie viel Tierfutter das eigentlich, ah, nur für die Tiere gebraucht wird aber da kann da könnte man auch voll viele Menschen damit ernähren und das hat alles so zusammengespielt dass ich: vor einem Jahr in meiner WG mit meiner Mitbewohnerin haben wir gemeinsam entschlossen so jetzt in der WG kaufen wir überhaupt keine tierischen Produkte mehr". Ihre Entscheidung, vegan zu leben, basiere, so erklärt sie, auf „*Fakten*". Der zweite Schritt – nach der Entscheidung zum Vegetarismus – wurde zuerst wesentlich von ihrer Mitbewohnerin initiiert: „*Beim, veganen Essen hat sie mich eigentlich, mehr dazu gepusht weil irgendwann sie mal zu mir gesagt hat <Ich mag jetzt eigentlich in der Wohnung nur mehr vegane Lebensmittel kochen außerhalb, egal aber in der Wohnung nur mehr vegan> und wie sie das dann gesagt hat habe ich mir gedacht okay passt dann, ziehe ich das aber auch im Kaffeehaus und überall durch*". Diese Entscheidung ruft sie sich immer wieder ins Gedächtnis: „*Wenn man sich aber selbst dazu entscheidet dann muss man sich immer wieder sagen <Ich will das nicht essen ich habe mich dazu entschieden aus guten Gründen>*".

IP9 machte sich schon immer Gedanken über Tierrechte und versuchte deswegen, auf Fleisch zu verzichten: „*Also ich habe es versucht ganz kurz also ich war immer mal jahrelang Vegetarierin bis ich irgendwann wieder beim Käseleberkäsesemmerl gelandet bin,* ***immer*** *aus dem Tierrecht heraus, aus dem Verständnis dass es es nicht unser Recht ist Tiere zu essen, das habe ich immer so empfunden auch wenn ich es jahrelang gegessen habe*".

Die Gesprächspartnerin war demnach lange Zeit hin- und hergerissen zwischen ihrer Überzeugung für Tierrechte und ihrer gleichzeitigen Vorliebe für Fleisch, bis zu einem bestimmten Zeitpunkt, wo sie eine unangenehmen Erfahrung machte: „*Also Auslöser für mein Vegetarier-Sein war ahm eine Reise nach [Ort] wo es diese [Sehenswürdigkeit] diese Essensmärkte gibt diese berühmten wo, die anscheinend ganz toll sind und wo man so tolles Essen kriegt, ich habe auf den Marktplatz fast hingekotzt ah weil ich die Tiere dort alle hängen gesehen habe und dann ja also seitdem bin ich bin ich Vegetarier dann geworden fix und für immer*". Später entschloss sie sich schließlich aufgrund von Informationen, die sie auf *Facebook* von befreundeten Personen, die sich ebenfalls mit Tierrechten befassten, erhielt, vegan zu leben.

Auch IP3, die ebenso schon zuvor aus ethischen Gründen vegetarisch lebte, nennt *Facebook* als wichtige Informations- und Motivationsquelle: „*Na ich war vorher ungefähr fünf Jahre lang Vegetarierin und ich habe dann halt irgendwie auf Facebook ziemlich viele Freunde gehabt die Veganer sind und die haben halt auch immer Sachen gepostet haben von Peta oder irgendwelchen anderen Seiten und irgendwie habe ich mich dann auch schön langsam mal informiert habe auch auf der Straße öfter mal Leute von VGT getroffen und bin dann*

halt schön langsam zu der Entscheidung gekommen dass vegetarisch allein nicht reicht und dann ist es irgendwie passiert".

Demnach zeigen sich einige Parallelen zwischen IP3 und IP9, denn die Organisation VGT[136] konfrontierte auch schon IP9 mit dem Veganismus: „*Und immer wenn ich dann irgendwie in Wien war und irgendwie mit VGT irgendwo in Berührung gekommen bin bei einer* ***Demo*** *oder Infostand oder so ahm da habe ich das eigentlich das erste mal aufgeschnappt dieses Vegan-Sein, habe aber damals weder selbst kochen können noch einen eigenen Haushalt gehabt also das war einfach, ich habe mir damals gar nicht vorstellen können wie das funktionieren soll*".

Es stellt sich heraus, dass einige der InterviewpartnerInnen vor ihrer entscheidenden Auseinandersetzung mit dem Thema Veganismus über wenig Wissen darüber verfügten oder sogar selbst Vorurteile und eine negative Meinung dazu hatten oder Veganismus ablehnten (IP1, IP3, IP4, IP6, IP8). So meint beispielsweise IP1: „*Ich habe das Veganismus habe ich ja echt nicht gekannt das ich dachte halt immer das ist sind irgendwelche Leute die halt nur, weiß ich nicht Körner essen oder so das das das hat für mich quasi nicht existiert*".

Auch IP8 hatte zuvor eine von Vorurteilen und Unverständnis geprägte Meinung über Veganismus: „*Ich habe schon, zuvor circa 23 Jahre vegetarisch gelebt schon so seit Kindheitsalter überhaupt kein Fleisch mehr gegessen Riesenekel davor gehabt aber, mit dem Gedanken ich esse kein Fleisch war für mich alles erledigt ich mache alles richtig ich mache alles gut ich bin Tierliebhaber die Fleischesser sind die Bösen ich bin gut, vegan habe ich auch, nie verstanden weil ich so richtig also ich hatte diese gestörten Meinungen wo ich mir jetzt am Kopf greife*".

Die Begegnung mit einer vegan lebenden Person oder einem Tierrechts-Verein kann jedoch, wie deutlich wird, durchaus schon zu einer ersten Beschäftigung mit dem Thema führen, sei es auch nur aus Neugierde (IP1, IP3, IP4, IP6, IP8, IP9).

So wurde IP6 im Zuge ihrer neuen Arbeitsstelle vermehrt mit dem Veganismus konfrontiert und entschied sich letztendlich dazu, den Schritt vom Vegetarierin-Dasein zum Veganerin-Dasein durchzuziehen: *„Also eigentlich vegetarisch war ich schon seitdem ich zwölf war Vegetarierin und eigentlich habe ich* ***immer*** *schon gewusst okay Milch und Eier konsumieren versucht verursacht auch Tierleid aber so wie es halt auch Fleischesser beim Vegetarismus machen habe ich irgendwie die Augen davor verschlossen und immer gedacht ja ich esse ja keine Leichen und* ***so*** *schlimm kann es schon nicht sein also ich habe mich nicht informiert und habe mir gedacht gut ich mache doch eh schon so viel und ich habe vor eineinhalb Jahren begonnen in einem veganen Eissalon zu arbeiten im [Betrieb] in Wien […] und es war dann aber doch so die ersten Wochen in der Mittagspause bin ich zum [Lebensmittelkette] gegangen und habe mir so ein Mozzarellasandwich geholt zum Essen und irgendwie bin ich mir da einfach saublöd dabei vorgekommen ((leicht lachend)) weil*

[136] *Verein gegen Tierfabriken*

ich ja den Kunden immer erzähle ja vegan hier vegan da wie wichtig und toll das alles ist und selbst habe ich es aber nicht gelebt ich habe schon auf viele Dinge ah verzichtet unter Anführungszeichen […] aber trotzdem ich bin mir ziemlich heuchlerisch dadurch vorgekommen und ich habe halt natürlich auch durch den Kundenkontakt durch meine Chefin die selbst vegan lebt durch meine Kollegen die auch fast alle Veganer sind viel mehr über die Materie erfahren und ja irgendwie war es dann doch nach einem halben Monat Monat Arbeit dort so dass ich mir gedacht habe okay ja das machst du jetzt einfach weil es ist eh nicht mehr so viel ich habe ***eigentlich*** *in Wahrheit eh nur nur unter Anführungszeichen Käse noch konsumiert und dann habe ich mir gedacht okay das kannst du jetzt auch noch durchziehen darauf kannst du auch noch verzichten und es gibt ja mittlerweile zig Ersatzprodukte wenn man es unbedingt haben will und das war dann so ja, und ja seitdem*".

Bei IP8, die zuvor schon lange Zeit aus ethischen Gründen vegetarisch lebte, gestaltete sich der Entscheidungsprozess besonders interessant: „*Voriges Jahr haben sich dann die Infos gehäuft von wegen ich habe über Küken sexen erfahren dass eine Kuh* ***nicht*** *immer Milch gibt ich habe es ja nie hinterfragt für mich gibt eine Kuh immer Milch weil das ist ja eine Milchkuh und wer sie nicht melkt ist böse also vollkommen absurd und als diese Infos dann gekommen sind Kälber Abfall, und Küken sexen habe ich dann immer mehr begonnen zu recherchieren aber eben bewusst auch* ***überhaupt*** *nicht auf Vegan Seiten weil ich habe Käse* ***über alles*** *geliebt und wollte auf keinen Fall verzichten und: habe dann sehr viel, recherchiert aber in die Richtung hin, um die Bestätigung zu bekommen so wie ich es mache ist es richtig und eine Kuh gibt immer Milch und ich muss, sie eh trinken und Küken sexen ist nicht überall und, je mehr ich aber und ich habe begonnen auch bei Industrieseiten zu schauen und eh* ***überall*** *möglichst nicht vegane Seiten und mir gedacht habe alle zu extrem und lasst mich in Ruhe ich suche was neutraleres aber die Sache ist je mehr ich gesucht habe desto wenig desto mehr furchtbare Infos habe ich gefunden ich habe keine Infos gefunden die mir sagen <Dass was du machst ist leiwand und die Kuh freut sich dir die Milch geben zu können das Kalb braucht eh keine und ist blunzen> das heißt ich habe viel recherchiert um mein Verhalten, zu rechtfertigen und habe aber nur das absolute Gegenteil gefunden, und dann ging es eigentlich Schlag auf Schlag dann hat es mir, nur noch gegraust*". Ihre Entscheidung vegan zu leben, gründet somit auf einem eigenständigen Rechercheprozess, mit dem Ziel, das eigene Konsumverhalten zu rechtfertigen. Jedoch konnte sie aufgrund der Informationen die sie dadurch erhielt, ihren Konsum tierlicher Lebensmittel nicht länger ethisch vertreten und stellte ihre Ernährung – obwohl sie dies ursprünglich keineswegs tun wollte – schlagartig um. Sie meint, „*das war jetzt nicht so das* ***eine*** *Erlebnis halt aber, viel auf Facebook Facebook ist sehr schuld würde ich sagen ja und der VGT ja*".

Im Fall von IP4 war es hingegen vorerst keine bewusste Entscheidung, vegan zu leben, sie sei, so sagt sie, vielmehr „*so richtig hineingerutscht*“. Sie schildert ihren Weg zur Entscheidung folgendermaßen: „*Ich bin eine bisschen eine heikle Esserin und: ahm vegan war dann irgend- eine Freundin von mir ist dann vegan geworden und ich habe mich dann damit beschäftigt und es war für mich aber immer die Sache so eigentlich nein ich will gar nicht vegan leben, und: also halt auch mit dem Hintergrund so weil das der perfekte Veganismus ist ja nicht möglich man kann sich ja nur möglichst annähern und ich habe dann manchmal so Anwandlungen so 100 Prozent oder gar nicht aber irgendwie je mehr ich mich damit beschäftigt habe und dann habe ich irgendwie bin ich aufgewacht, so (wie) im frühen Sommer und habe festgestellt, naja jetzt hast du deine Ledersachen in den Kasten gehängt und du kaufst eigentlich jetzt plötzlich Bio und glücklich und, dann habe ich mal überlegt so gut die Tierprodukte sind auch alle weg aus dem Kühlschrank das bisschen was immer vorhanden war ich habe dann auch angefangen ah auf Mandelmilch und Reismilch umzustellen und so und irgendwie habe ich mir dann gedacht so du lebst eigentlich schon vegan […] es war eigentlich so ein Hineinrutschen unter der Prämisse nein ich will gar nicht vegan sein weil das geht eh nicht zu 100 Prozent ((lachend))*“. Ihre vegane Freundin scheint in diesem Prozess eine Schlüsselrolle zu spielen, da sie die Interviewpartnerin zur erstmaligen Beschäftigung mit der Thematik anregte.

Auch IP7 hatte sich vorerst nicht bewusst dazu entschieden, Veganer zu werden, sondern versuchte vielmehr, mit einer Ernährungsumstellung gesundheitliche Probleme in den Griff zu bekommen: „*Also ich habe ganz viele Nahrungsmittelunverträglichkeiten gehabt, und: ahm: habe dann eine Zeit lang eben also ich war davor schon Vegetarier für eine lange Zeit ahm: bin dann eben durch diese Nahrungsmittelunverträglichkeiten habe ich dann eben auf Milch verzichtet und auf Eier für eine lange Zeit habe eigentlich nur Obst und Gemüse gegessen, und: habe das eigentlich dann, ah so (auch) quasi beibehalten, und mich dann erst mit den ethischen, Dingen beschäftigt und erst dann gesehen was eigentlich da falsch rennt wie wir die Tiere ausbeuten und habe eigentlich dann erst auch andere Aspekte wie eben Leder und so weiter dann, mitgenommen, genau aber eigentlich ist der grundsätzliche Zugang zur* ***veganen*** *Ernährung ist eigentlich über die Gesundheit gekommen*“. Diese Aussage verdeutlicht, dass sich die ursprüngliche Motivation im Laufe der Zeit verändern kann bzw. neue Motive hinzukommen können. Seitdem und heute ist IP7 jedoch ein bewusster und überzeugter Veganer, wobei er schon vor der gesundheitlich begründeten Ernährungsumstellung aus ethischen Gründen vegetarisch lebte.

IP2 könnte man ebenfalls als hauptsächlich gesundheitlich motivierten Veganer bezeichnen, denn zumindest seine Entscheidung, die auf einem Experiment beruht, zeichnet sich dadurch aus: „*Ich habe so angefangen dass ich mir mal gedacht habe also durch das dass ich sehr viel Sport mache und habe also ich wollte es eigentlich schon immer auch wegen den Tieren und so und habe damit angefangen* […] *mit einem Experiment, also ich habe mal ein Monat*

probiert vegan mich zu ernähren eineinhalb Monate und: wollte schauen ob ich dadurch ***schwächer müder kranker*** *oder* ***fitter*** *werde und, das war alles positiv ich habe mich stärker gefühlt und fitter, und so habe ich das dann langsam bin ich dabei geblieben, ja, so bin ich eigentlich dazu gekommen".* Trotzdem schildert IP2, dass die Entscheidung auf mehreren Gründen basiert: „E*s war jetzt kein so ein, nicht so* ***eine*** *Entscheidung also ein Grund (3) es waren mehrere*". Er wollte es, so berichtet er, schon früher ausprobieren, jedoch fehlte ihm damals ein wesentlicher Faktor: „*Durch das dass ich dann Freunde in der Umgebung gehabt habe in dem Umfeld sagen wir mal so die das gemacht haben da fällt es einem dann leichter wenn man mit solchen Leuten unterwegs ist und dann muss man sich nicht ständig rechtfertigen sondern, ja man hat es ist klar wo man hingeht essen es ist klar ah: ((überlegend)) ja es ist wie ein, ein gleiches Thema sagen wir so durch das dass ich dann auch Freunde da gehabt habe ist es mir leichter gefallen, ja*".
Auf die Frage, ob Gleichgesinnte für ihn als Veganer wichtig wären antwortet IP1: „*Für mich ist es extrem wichtig also wenn ich das nicht gehabt hätte dann dann hätte sich das bei mir noch mehr verzögert bis ich irgendwann an jemanden geraten bin weil ich habe das Veganismus habe ich ja echt nicht gekannt […] und sobald die dann gesagt haben dass sie Veganer sind hat es dann gar nicht lange gedauert bis der Gedanke (zieht bei mir) weil ich weil ich eh immer schaue was was (ist grad so) und weil ich eh recht offen bin aber wenn halt überhaupt kein Input ist dann dann geht das halt nicht und wenn keiner im direkten Umfeld ist, ‚dann geht das halt nicht'*". Diese beiden Aussagen von IP1 und IP2 geben Rückschlüsse auf die Bedeutung von Gleichgesinnten, Freunden, Unterstützung und Austausch im Entscheidungsprozess.

Insgesamt zeigen sich sehr unterschiedliche Zugänge zum Veganismus und der Entscheidungsprozess kann von unterschiedlicher Dauer sein. Einige der InterviewpartnerInnen lebten jedoch zuvor schon vegetarisch, was eine gewisse Offenheit und Disposition für die Materie markiert. Besonders interessant ist, dass IP4 und IP8 im Grunde gar nicht vegan werden wollten und sich ursprünglich innerlich dagegen wehrten. Im Gegensatz zu manchen unbewussten und schleichenden Prozessen sind jedoch auch häufig sogenannte Schlüsselerlebnisse für die Entscheidung zur veganen Lebensweise ausschlaggebend oder wirken dabei stark mit. Dazu zählen beispielsweise die Reiseerfahrungen von IP5 und IP9 und die aufrüttelnden Videos[137] die IP1 rezipierte. Zudem ist hervorzuheben, dass das soziale Umfeld[138] bei der Entscheidung von wesentlicher Bedeutung sein kann, da es entweder die Entscheidung provozieren (IP1, IP2, IP3, IP4, IP5, IP6, IP8, IP9) oder aber verhindern (IP1, IP9) und somit stark beeinflussen kann. Folglich

[137] Der Film *Keine Gnade für Lucy* vom VGT und das YouTube Video *Best Speech You Will Ever Hear* von Gary Yourofsky
[138] Dazu zähle ich auch Facebook

sind ein bestimmter Input und ein vegan-förderliches Umfeld wesentlich für die Entscheidung.

10.4. Umstellung

> „E*s gibt dann halt ein Ende auch, man versucht was geht aber man muss realistisch bleiben ((lachend))*“ (Interview 4).

Die Umstellung kann sofort nach der Entscheidung oder um Jahre verzögert stattfinden, schrittweise oder plötzlich erfolgen, als einfach oder herausfordernd erlebt werden. Viele der InterviewpartnerInnen berichten, dass sie die Umstellung schrittweise vorgenommen hätten und anfangs noch bestimmte tierliche Produkte konsumiert hätten, oder zumindest noch bereits vorhandene nicht-vegane Produkte im Haushalt verbraucht hätten, jedoch seitdem im Alltag ausschließlich vegan essen würden. Einige der neuen VeganerInnen meinen, dass sie sich noch immer in diesem Prozess befinden und zukünftig weitere Umstellungen in ihr Leben integrieren möchten.

IP9 gibt als einzige der VeganerInnen zu, dass sie auch heute noch „Ausrutscher“ beim Essen hätte: „[Ich] *habe es am Anfang sehr gut geschafft und sehr strikt gehalten ahm bis ich immer mehr ins Schludern gekommen bin durch Ausnahmen wie [Süßigkeit] zu Weihnachten am Baum und so Sachen halt ja und die Ausrutscher die ich jetzt habe sind hauptsächlich wenn dann Eier und so, das andere vermisse ich eigentlich nicht also ich esse keinen Käse ‚wie es den meisten geht‘*“. Dies begründet sie so: „*Ich habe es zuerst von einem Tag auf den anderen gemacht was natürlich jetzt diese: Ausrutscher nach sich zieht*“. Trotzdem erlebte sie die Umstellung positiv: „*Für mich persönlich war es nicht schwierig weil es mir Spaß gemacht hat, aber ich glaube dass jemand, der sich damit vorher gar nicht beschäftigt hat dass das für den schon, eher wie es wie es für mich mit 15 wo ich dann eine Woche Vollkornnudeln gegessen habe, ja aber es wird sicher leichter dadurch dass es mehr Angebote gibt, ja*“. Sie berichtet, dass neben dem zunehmenden heutigen veganen Angebot ihr Partner sie sehr unterstützt hätte. Unterstützung wurde insgesamt von fast allen GesprächspartnerInnen in der Phase der Umstellung, häufig im Internet, aufgesucht. Während manche (Ip1, IP4, IP8) die Umstellung als herausfordernd und oftmals harte Geduldsprobe erlebten, fiel es anderen (IP2, Ip3, IP5, IP6, IP7, IP9) nicht sonderlich schwer und bereitete ihnen sogar experimentelle Freude. Hierbei ist jedoch die jeweilige Ausgangssituation zu beachten, beispielsweise macht es einen Unterschied, ob eine Person zuvor schon jahrelang vegetarisch gelebt und damit verbundene Erfahrungen gesammelt hat oder nicht. So bezeichnet sich IP1 selbst als bereits abgehärtet durch seine Erfahrungen als Vegetarier.

IP2, der vor der Umstellung auf vegan nicht vegetarisch lebte, vermisste anfangs vor allem Fleisch: „*Ahm naja sicher am Anfang hat man immer wieder Lust auf, ahm Fleischprodukte*

so das ist ja auch wie eine Sucht auch irgendwo wenn man 30 Jahre oder weiß ich nicht 36 Jahre oder 35 Jahre Fleisch gegessen hat und dann plötzlich nicht mehr dann ist es sicher schwer nicht so einfach".
IP3 ernährte sich zwar schon länger zuvor vegetarisch, hatte zu Beginn hingegen Schwierigkeiten mit dem Verzicht auf Streichkäse und Kuhmilch: „*Am allermeisten Probleme habe ich mit Milchersatz gehabt weil ich halt den Geschmack von Kuhmilch so gewöhnt war mittlerweile wird mir schlecht wenn ich es nur rieche*". Sie meint jedoch: „*Es nimmt einem auch am Anfang selten jemand übel wenn man vielleicht doch einmal dann das Käsebrot noch isst weil halt die Umstellung nicht so leicht ist*".

Unterschiede zeigen sich neben der Dauer der Umstellungsphase, der Konsequenz und den Schwierigkeiten mit dem Verzicht auf bestimmte Lebensmittel auch in den Erwartungen und Befürchtungen der InterviewpartnerInnen. IP2 und IP7 erhofften sich durch die Ernährungsumstellung vor allem gesundheitliche Vorteile, die sie letztendlich auch motivierten und überzeugten dabei zu bleiben. IP1 war hingegen anfangs sehr um seine Gesundheit besorgt, was ihn allerdings nicht hinderte: *„Ja mir ich mir ist immer so Angst so Angst gemacht worden schon jahrelang von meinem Umfeld dass man halt einfach Fleisch braucht zum Leben und dass man und dann später auch, dass man Milch braucht und Eier braucht also meine größte Sorge war einfach dass es mir gesundheitlich schlechter geht und dass ich dann schlechter denken kann das das war eigentlich meine Hauptangst dass meine geistige Leistungsfähigkeit was eigentlich für mich fast am wichtigsten ist dass das abnimmt und das das war eigentlich nicht so und da war ich dann am Anfang war es sogar so ich habe wo ich gedacht hätte ja es ist zwar ungesünder und schwieriger aber ich mache das trotzdem das ist mir jetzt wurscht und dann war ich so erleichtert wo ich gesehen habe dass es eigentlich eh auch sehr gesund ist"*. Im Gegensatz zu IP1 hatte IP3 keine großen Bedenken: „V*or der Umstellung habe ich das einfach alles relativ locker genommen […] ich habe mir irgendwann mal so einen Vitamin und Ernährungsplan von Peta ausgedruckt aber am Anfang ein einziges mal raufgeschaut und dann gedacht das hat bis jetzt immer funktioniert warum sollte es jetzt, nur ohne Milch und Eier auf einmal nicht mehr funktionieren ((lachend)), also da habe ich mir keine großen Gedanken gemacht*".

Von anfänglichen Herausforderungen berichten nachstehend auch IP8 und IP4.
IP8 fühlte sich am Anfang „*alleine*" und „*verloren*": „*Ich bin zwei Stunden im Supermarkt gestanden vollkommen verloren*". Ihr Freund hätte sie „*bisschen so zum Spinner erklärt*", weswegen sie sich „*halt auf Facebook auf irgendwelchen Gruppen*" herum getrieben hätte, um „*mit irgendwelchen Leuten über irgendwas [zu] diskutieren*". Gleichgesinnte zum Austausch hätten ihr anfangs sehr gefehlt, da ihr soziales Umfeld wenig Verständnis und Unterstützung bereithielt: „A*lso ich war ziemlich alleine und, habe die Leute genervt glaube*

ich". IP8 nahm die Umstellung schrittweise vor, angefangen bei der Ernährung, was ihr zu Beginn nicht leicht fiel: „*Dann habe ich mal begonnen einen Joya Sauerrahm zu kaufen war verzweifelt ohne Ende weil ich mir gedacht habe pfui Teufel das kann kein Mensch essen was soll ich machen Sojamilch gegraust hat es mir, war ich richtig verzweifelt und mir gedacht oh Gott das eine ist böse das andere schmeckt mir nicht ich* ***liebe*** *aber Milch was mache ich nur um Himmels Willen ahm, aber irgendwie der der Geschmack war dann das hat mir irgendwie total schnell zu schmecken begonnen, und ich habe so Stück für Stück ging das eben zuerst die Eier weg dann die Milchprodukte dann habe ich gesagt <Aber Leder kaufe ich immer noch weiter ich liebe Leder> weil das ist ja eh nur die Haut vom vom Schnitzel was die anderen Bösen essen dann aber habe ich mich mit der Lederindustrie beschäftigt dann kam die Wolle dazu also es ging so Stück für Stück beim Essen hat es begonnen und dann Kleidung Schminksachen Putzsachen, ja*".

IP4 erzählt: „*Also ehrlicherweise war es am Anfang für mich ein Hindernis ein Mc Donalds Plakat anzuschauen ich bin nie gerne zum Mc Donalds gegangen aber irgendwie habe ich dann 14 Tage mal eine Phase gehabt wo ich mir gedacht habe ich will das ich will das ich will das aber das ist voll ( ) ((lachend)) also das war irgendwie krank ja*". Anfangs fühlte sie sich überfordert und unwohl in der Gegenwart anderer VeganerInnen. Die junge Mutter spricht von einem noch „*offenen Projekt*" bei dem sie versucht, „*es streckenweise […] immer in auf weitere Themenbereiche auszudehnen*", wobei sie das Essen „*gar nicht so schlimm*" erlebt sich jedoch über „*so versteckte Sachen*" ärgert.

Ähnlich ergeht es IP5: „*Man kommt auch irgendwie immer mehr auf mehr Sachen drauf dort wo man es sich vorher nicht gedacht hat, ich muss auch sagen ich habe nicht alles gewusst und weiß wahrscheinlich bis jetzt auch immer noch nicht viel viel nicht ((leicht lachend))*".

Zur Umstellung im Allgemeinen äußert sich IP5: „*Das ist doch eine gescheite Lebensumstellung […] das ist halt ein ein Prozess*". Danach gefragt, ob sie sich viel informieren würde, antwortet sie: „*Hm währenddessen sehr viel davor natürlich auch sonst hätte ich es nicht einfach umstellen können man kann nicht von einem Tag auf den anderen sagen, weiß ich nicht also bei mir ginge das nicht das würde dann nicht von Dauer sein, und währenddessen wie ich mir das angefangen habe habe ich sehr viele Bücher gelesen, habe mir auch Earthlings*[139] *angeschaut und andere Dokumentationen und so Gesundheit Bücher gelesen die China Study habe ich nur überflogen, also das Buch zu dem zu der Studie, hm, und jetzt immer noch auch schon immer wieder Fakten erst wie ich Blutabnahme machen lassen habe habe ich halt vorher geschaut welche Werte dass ich noch extra testen lassen muss, […] aber ich, ich informiere mich eigentlich schon ständig ich bin auch auf Facebook bei den ganzen Seiten dabei, Wien Vegan und wo man sich wie ich das gelesen habe und*

[139]Eine Dokumentation über die wirtschaftliche Nutzung von Tieren in verschiedenen Bereichen für die Zwecke der Menschen. Dabei kommen versteckte Kameras zum Einsatz, um das tägliche Leiden der Tiere im Hintergrund an die Öffentlichkeit zu tragen.

auch, Vegetarierbund (oder was aus) Deutschland und Österreich und da sehe ich auch immer wieder Infos Albert Schweizer Stiftung, ist irgendwie die ganze Zeit schon präsent". Nachdem für IP5 Fakten sehr wichtig für ihre Entscheidung waren, informierte sie sich sehr viel im Zuge der Umstellungsphase und tut dies auch heute noch. Schwierig empfand sie zu Beginn der veganen Lebensführung „*dass man herausfindet wo man im Restaurant überall vegan essen kann […] das war am Anfang schon immer schwierig dass man herausfindet wo kann man was essen und wo nicht und immer das nachfragen auf der Mensa letztes Jahr die was bei uns neu aufgemacht hat haben sie am Anfang nicht einmal ein vegetarisches Studentenmenü gehabt da habe ich ihnen dann auch geschrieben dass sie zumindest das einführen haben sie natürlich eh dann gleich getan und seit dem Semester gibt es sogar vegane glutenfreie Alternativen, das ist voll super also das waren eigentlich so die Hürden dass du immer rausfindest wenn du unterwegs bist wo du was isst weil ich mag, auch nicht die ganze Zeit Weckerl essen mit Gemüse*".

IP1 erinnert sich an die Umstellungsphase: „*Am Anfang fühlt man sich so hilflos und man denkt sich ja man kann ja nichts mehr essen und man kann, wie wird denn das sein aber irgendwann wird man da lockerer*". Schwierig gestaltete es sich für ihn im Internat sowie zu Hause bei seinen Eltern „*am Land*". Den Umstellungsprozess beschreibt er als „*eher schleichend*": „*Also bei mir war es nie so so jetzt esse ich das letzte Mal Käse oder so das das war es für für mich nicht aber aber ich glaube so so Milch pur habe ich seit den eineinhalb Jahren wirklich nie getrunken und ich habe sie nur wenn sie wo verarbeitet war* ***hingenommen*** *oder habe dann nicht extra nachgefragt aber so, und auch eine eine einzelne Käsescheibe oder so, oder ein, auf das habe ich vom ersten Tag an verzichtet, also zuerst in der reinen Form quasi und bei den verarbeiteten Produkten habe ich es noch länger hingenommen*". Anfangs gab es noch Ausnahmen: „*Ich habe ich immer ab und zu noch noch Ausnahmen gemacht zum Beispiel manchmal im Internat wenn es wirklich nichts anderes gegeben hat oder, wenn wenn die Oma irgendwas gebacken hat oder dann zuallerletzt zu zu Weihnachten bei der Weihnachtsbäckerei oder so*". Schließlich war eine Freundin für den weiteren Verlauf in der Umstellungsphase maßgeblich: „*Dann habe ich aber noch jemanden kennengelernt […] wir haben halt sehr viel über Facebook geschrieben und uns ausgetauscht und deswegen […] ist das noch mal vertieft worden und dann und das hat für mich eigentlich klargemacht was das eigentlich heißt und dass man und dass auch Ausnahmen zu viel ist und dass es eh und ja, und das hat auch für mich gezeigt wie wichtig es für mich ist dass ich immer Gleichgesinnte habe also beim beim Umstieg überhaupt so also dass der Gedanke mal da war dass ich (vegan werden will) hatte ich diese zwei Freunde und dann wie es endgültig geworden ist hatte ich hatte ich dann auch diese eine Freundin und ja also ich ich für mich ist es immer sehr wichtig mich mit anderen*

auszutauschen und zu sehen welche Argumente werden dir an den Kopf geschmissen und wie machst du das im Alltag und ja".

Facebook kommt neben der bereits ausgeführten oftmals tragenden Rolle bei der Entscheidung somit auch eine wichtige Funktion bei der Umstellung zu. So erklärt IP3: „*Da ist unglaublich viel Unterstützung gekommen es gibt immer wieder Leute die einem mit allem helfen können sei es jetzt wie würze ich das richtig wie brate ich Tofu richtig an, wo gibt es dieses und jenes Ersatzprodukt billig welches schmeckt besser […] aber es ist halt wirklich viel Unterstützung im Internet da weil so viele Leute selber wissen wie schwierig es am Anfang ist und dann halt den Leuten die es neu versuchen gut, helfen wollen […], dass sie halt versuchen es für alle Leuten so einfach wie möglich zu machen*".

Drei der InterviewpartnerInnen erwähnen außerdem das *Vegan Buddy System* (IP1, IP4, IP7) – dabei handelt es sich um ein kostenloses Angebot der *Veganen Gesellschaft Österreich*, das Personen beim Umstieg auf eine vegane Lebensweise helfen und sie dabei in jeglicher Hinsicht unterstützen soll. IP4 hat es genutzt, IP7 hätte es rückblickend gerne genutzt: „*Ich denke es also mir hätte das vor allem am Anfang sehr geholfen also, ich denke vor allem am Anfang wenn man umsteigt ah, wäre es sehr hilfreich wenn man von von anderen Leuten Rückhalt bekommt und Informationen bekommt also so eh gibt es eh dieses Buddy System mittlerweile von der VGÖ, das finde ich ist eine tolle Sache wo man quasi einen Ansprechpartner hat den man jederzeit fragen kann weil, eh von einen Tag auf den anderen das geht einfach nicht auf 100 Prozent man kommt eh so schrittweise drauf was alles nicht vegan ist, oder was alles vegan ist ((leicht lachend))*".

10.5. Alltag

> „*Ich bin da eher irgendwie so, stolz darauf weil ich es als etwas Besonderes empfinde*" (Interview 9).

Das vegane Alltagsleben ist sowohl von positiven, als auch negativen Erfahrungen geprägt, dennoch lassen sich die interviewten neuen VeganerInnen nicht von Rückschlägen entmutigen und gehen ihren eigenen Weg aus innerer Überzeugung – zunächst oftmals ganz alleine.

Die jeweilige Gestaltung des veganen Alltags und die Bedeutung des Veganismus im Alltag sind wesentlich von der subjektiven Bedeutung des Veganismus abhängig, weshalb diese erfragt wurde. IP1 beschreibt den Veganismus als „*ein sehr großes Thema*" in seinem Alltag, wohingegen IP3 zugibt: „*Es ist kein großes Thema*". Allgemein besteht jedoch die Tendenz, dass die Entscheidung zu massiven Veränderungen im alltäglichen Leben führt. Obwohl viele der GesprächspartnerInnen berichten, dass die Umstellung anfangs mit verschiedenen Schwierigkeiten verbunden war, wäre ihr Alltag heute meistens keine große Herausforderung mehr. Trotz dieser anfänglichen Schwierigkeiten und unangenehmen Situationen im Alltag

sagen die InterviewpartnerInnen einstimmig, dass sie sehr froh und glücklich über ihre Entscheidung und dessen Auswirkungen im Alltag sind. In herausforderneden Situationen motivieren sich die interviewten VeganerInnen deswegen selbst, indem sie sich ihre Entscheidung wieder bewusst vor Augen führen.

Bei der jeweiligen subjektiven Deutung stellten sich, wie vermutet, Unterschiede heraus, beispielsweise dahingehend, ob Menschen in die Definiton miteinbezogen werden oder nicht. Während IP8 Veganismus für sich so definiert: „*<Vegan geht wenn ich es ganz nüchtern betrachte einfach, dass ich keinem Tier bewusst irgendwie Leid zufüge> sprich am Boden eine Ameise treten ist okay weil ich kann nicht am Boden schweben wenn ich auf einem Ameisenhaufen herum hüpfe ja dann habe ich es bewusst gemacht dann ist es halt, böse einfach bewusst jeglichstes Tierleid zu vermeiden wo es geht aber wenn ich mir Louis Vuitton maßgeschneiderte Plastikschuhe kaufe die ein behindertes Kind in Indien unter Schlägen, herstellt ist das für mich es ist nicht okay und es ist grauslich aber das ist noch vegan und ich finde in vegan wird viel zu viel hineininterpretiert <Du lebst vegan dann musst du doch auch das dann musst du doch auch das […] ja also, Tieren kein kein Leid zufügen, wissentlich*“, argumentiert IP4: *„Auch Menschen sind Tiere und vegan bedeutet für mich alle Tiere inklusive der Menschen zu, beschützen zu beglücken ((lachend)) aber ja“.* Ihre Ansichten führt sie noch näher aus und kritisiert dabei VeganerInnen mit Auffassungen wie IP8: *„Also für mich bedeutet vegan sein, vor allem Respekt vor dem Leben zu haben […] ah bewusste auch Konsumentscheidungen zu treffen, und: ich kenne auch Veganer die sagen dann <Na ob die mit den Menschen im Betrieb gut umgehen und so das ist mit persönlich wurscht mir geht es nur um die Tiere> also das finde ich* ***gar*** *nicht, also mir ist es auch wichtig dass es den Menschen gut geht also vegan sein und dann jede Woche irgendwie eine neue sieben Euro Jeans kaufen bei Kik also das geht für mich nicht zusammen zum Beispiel, also das ist also, das ist für mich so ein No-Go […]für mich bedeutet auch vegan sein regionale Produkte zu kaufen […] also das ist für mich auch ein wichtiger Aspekt bei vegan sein also Regionalität und auch Respekt vor den Menschen*“.

Für IP7 steht der Veganismus für viele Aspekte zugleich: *„Aus heutiger Sicht ja es ist eine Lebenseinstellung also, es (5) ein Leben das weniger Leid produziert (6) und es hat so viele Aspekte weil es ist auch wenn man andere Veganer kennenlernt es gibt so viele Zugänge dazu die einen kommen eh über das Gesundheitliche dazu die anderen über einen eher spirituellen Weg andere rein ethisch also (es oder) auch aus* ***Umweltgründen*** *also es gibt so viele Zugänge dazu und also Veganismus zeichnet für mich mittlerweile einfach so* ***viel*** *aus das sind so viele Aspekte die da dabei sind, das ist nicht nur gesund essen oder (3) jetzt tue ich was Gutes für die Umwelt das ist* ***so vieles*** *also*“.

Einige InterviewpartnerInnen erzählen, dass sie durch den Veganismus laufend etwas Neues entdecken oder lernen und eventuell weitere Handlungen[140] geplant sind – so sprechen sie von einem „*laufenden Prozess*“ (IP1), einem „*offenen Projekt*“ (IP4), von „*nächsten Schritten*“ und „*Überlegungen*“ (IP2, IP6, IP8, IP9) und IP5 meint, sie wüsste „*wahrscheinlich bis jetzt auch immer noch nicht viel viel nicht*“.

Den veganen Alltag beschreibt IP1 deshalb folgendermaßen: „*Ja es ist eh immer noch ein laufender Prozess also ich ich man lernt jeden Tag was dazu und und gerade am Anfang natürlich und bei mir ist es so ich habe so Phasen wo es mich wieder mehr interessiert und wo ich voll in dem drinnen bin und wo ich auch wenn ich mit jemandem diskutieren müsste fitter bin quasi und dann gibt es wieder so Phasen wo wo ich zwar auch vegan lebe wo aber wo das jetzt nicht mein mein Hauptfokus ist und wo ich ja, also das schwankt ‚noch so ein bisschen*“. Insgesamt erlebt er Veganismus im Alltag öfters eher schwierig: „*Ich bin, habe immer schon oft andere Meinungen vertreten als die Mehrheit also das, das war ich ja gewohnt, also einerseits war war es auch fast leichter aber andererseits, gibt es kaum ein Thema mit dem man so:, aneckt wie mit Veganismus das muss man auch dazu sagen, also auch wenn man schon gewohnt ist anzuecken, das sind dann schon nochmal neue Dimensionen quasi*“.

Die Thematik sozialer Normen taucht in den Gesprächen mit den VeganerInnen immer wieder auf. Dies könnte darauf gründen, dass man sich, indem man vegan lebt, gewissermaßen gegen die Gesellschaft und vorherrschende soziale Normen stellt, denn Veganismus wird in der Gesellschaft zum Teil als nicht „*normal*“ angesehen. So spricht und denkt IP5 als Veganerin offensichtlich in dieser Weise – zum Beispiel sagt sie dass sie „*immer ganz normal Fleisch gegessen*“ habe und sie hätte „*früher immer viel, Fleisch gekocht ganz normal, normale Gerichte*“. Auch ihre Aussage „*der ernährt sich ganz normal also, normal für einen Studenten Fischstäbchen und Spaghetti mit Bolognese Soße ((lachend))*“ zeigt, dass sie ihre vegane Ernährungsweise als nicht normal empfindet. Einige Aussagen von IP9 weisen ebenfalls darauf hin: „*In New York hast ja diese Whole-Foods-Kette, diesen Supermarkt wo du, wo du ganz ganz normal die veganen Zimtschnecken dort ganz normal kaufen kannst also in in New York hätte ich überhaupt kein Problem mit vegan sein da kriegst du* ***alles***“. Diese Sichtweise äußert sich jedoch vor allem in Gesprächen mit Omnivoren und in den Medien wie beispielsweise IP9 festhält: „*Die wenigsten lassen sich auf eine wirklich intensive Diskussion ein weil das: letzte Argument ist dann halt du kriegst es halt es ist halt normal, ich habe vor kurzem erst wieder gelesen es ist normal dass ein Mensch an der an der obersten Stufe der Nahrungskette steht und es ist halt normal Fleisch zu essen und es war immer so und es wird immer so sein*“. IP9 macht sich demnach ebenfalls Gedanken über Normen wie ferner diese Aussage verdeutlicht: „*Eine zeitlang habe ich mich damit beschäftigt welche* ***Stars*** *alle vegan sind um das Ganze zu posten um halt*

[140] Mit Handlungen sind hier Konsumentscheidungen gemeint. Bspw. wurde erwähnt, dass Haustiere auch vegan ernährt werden könnten oder in Zukunft ausschließlich „fair“ produzierte Kleidung gekauft werden könnte.

quasi Belege dafür zu haben dass das nicht so abnormal ist ja". Ihr Anliegen ist es deshalb wie sie äußert: „*Aber da diskutiere ich relativ viel also ich versuche schon sehr oft das Gespräch auf vegan zu kriegen, mit allen möglichen Leuten auch da mit Patienten, damit es einfach* ***normaler*** *wird dass es vegane Menschen gibt und nicht nur irgendwelche ahm Jugendlichen oder irgendwelche grad am Anfang vom Studium die gerade ihre radikale Phase ausleben und dann quasi normal werden sondern dass vegan einfach was normales sein sollte, ja*". Als sie von einem veganen Gasthaus erzählt, schwärmt sie: „*Einfach halt schön dass du in ein Gasthaus gehen kannst in ein österreichisches und* ***ganz*** *normal essen kannst wie als Kind und es vegan ist*". Dadurch wird zudem offensichtlich, dass auch VeganerInnen traditionellen Gerichten nicht abgeneigt sind, wenn diese vegan zubereitet werden. Fast alle Menschen verbinden verschiedene Gerichte mit bestimmten Erinnerungen oder Emotionen und entwickeln eine Vorliebe – dies kann offenbar auch fortbestehen wenn die Person vegan lebt. Bei IP9 ist sehr oft die Rede von der „*Käseleberkäsesemmel*": „*Käseleberkäsesemmel das war* ***immer*** *mein Rückschritt immer und früher habe ich es* ***geliebt*** *wie nur was also ich habe nie gesundes Fleisch geliebt ich habe immer nur das fette geliebt und Schweinsbraten und so und Käseleberkäsesemmel ich weiß noch genau wie sehr ich es geliebt habe wie sehr es mir geschmeckt hat ich weiß noch genau wie es sich im Mund angefühlt hat*". Heute kauft sie vegane Wurst und veganen Leberkäse.
Bei IP5 sind bzw. waren es Calamari: „*Ich muss schon sagen ich war in [Ort] im Sommer und die Calamari riechen mich immer noch sehr gut an weil ich voll gern Fisch gegessen habe und Meeresfrüchte*". Sie widersteht jedoch der Versuchung, indem sie sich an bestimmte Informationen erinnert: „*Aber dann denke ich wieder zurück was ich alles über Dokus und Infos zwecks die Ozeane und die Meere und die Tiere im Meer gehört habe und wie das gefangen wird und dann, vergeht es mir sozusagen wieder auch wenn es gut riecht*".
Ähnlich ergeht es IP1: „A*ber ich merke auch dass es wichtig ist dass man sich das immer ins Gedächtnis ruft wie wichtig das eigentlich ist weil wie ich Vegetarier war gab es auch Phasen wo ich wieder mehr Fleisch gegessen habe und dann habe ich habe ich wieder bewusster gedacht so [Name] jetzt siehst du dir wieder was an und dann habe ich wieder wieder weniger Fleisch gegessen oder wieder kein Fleisch gegessen weil ich halt wieder gesehen habe was das eigentlich für Tiere sind und wie intelligent die eigentlich sind*". Diese Erzählungen offenbaren den Widerspruch zwischen „Kopf" und „Bauch" der sich im Alltag ergeben kann und zeigen gleichzeitig wie damit umgegangen wird.

Die Einstellung und die Perspektive ändert sich als vegan lebende Person stark wie mir viele der InterviewpartnerInnen mitteilen (IP1, IP2, IP5, IP7, IP9). Dadurch fällt es ihnen im Alltag auch leichter, wenn sie zum Beispiel versucht sind, etwas vom Tier zu essen oder auf etwas verzichten müssen. IP5 erklärt: „*Das Bewusstsein das ist dass man das immer wieder*

klar macht dass es nicht okay ist, das ist das schwierigste man darf halt nicht sagen <Man ***darf*** *nicht das essen> sondern ich glaube dass man sich selbst immer sagen will <Ich* ***will*** *das nicht essen> weil dann, fallt es einem leichter selbst auch*".

Auch IP1 betont, dass es wichtig wäre, sich selbst im Alltag immer wieder an die Motive zu erinnern: „*Also ich habe schon gesehen wie wichtig die Information ist und und je weiter die Information weg ist desto eher wird man wieder rückfällig habe ich auch gemerkt, gerade das im Hintergrund verschwindet*". Er meint anschließend: „*Es gibt einfach wichtigere Dinge als jetzt in dem Moment ‚das und das zu essen' (4) also es ist schon manchmal schwierig aber ich nehme es mittlerweile leichter und ich sehe es auch nicht mehr so als, als Verlust weil ich einfach mittlerweile bin ich froh dass ich das nicht mehr essen muss und nicht mehr mit mitmachen muss bei dem, es ist glaube ich auch eine Einstellungssache, wenn man das so sieht <Ah ich muss jetzt unbedingt auf das verzichten das ist so schlimm> dann sieht man natürlich überall die Gelegenheiten wo einem was entgeht aber wenn man das umdreht und sieht <Ich bin so froh dass ich da nicht mehr mitmachen muss bei dieser Tierausbeutungsmaschinerie> dann fällt es einem glaube ich auch leichter, das ist viel Kopfsache*".

Daraus wird auch ersichtlich, dass es nicht nur eine einmalige Entscheidung ist, vegan zu leben, sondern vielmehr ein Prozess – ein fortlaufender Entscheidungsprozess, ein Konstitutionsprozess und ein Lernprozess. Der Verzicht auf tierliche Produkte wird dabei zum Teil auch umgedeutet, und betont, dass man „*auf nichts verzichten*" müsse und es sogar eine große „*Bereicherung*" darstelle. IP7 spezifiziert: „W*as ich festgestellt habe ist einfach ah, man kennt viel* ***extrem*** *viel was was was uns als Nahrung angeboten wird bei Obst und Gemüse gar nicht wenn man sich jetzt Standard westeuropäisch ernährt mit Fleisch und, Milch und sonst irgendwas und, diese Vielfalt ist den meisten Menschen eigentlich gar nicht bewusst und, wenn man denen mal zeigt was es eigentlich alles gibt und und dass das eigentlich keine Einschränkung ist sondern dass das eigentlich eine Bereicherung im Leben ist, ich denke dann findet eher ein Umdenken statt, dass es da so* ***viel*** *gibt […] weil viele Leute denken einfach wenn wenn sie jetzt an vegan denken <Ah da bleiben mir ja nur mehr Karotten und Tomaten und so Sachen und und Äpfel über und ich kann dann nichts mehr essen>*".

IP1 möchte diese Ansicht auch weitergeben: „*Da finde ich ist es halt wichtig zu sagen dass es Alternativen gibt und dass man eigentlich auf nichts verzichten muss oder dass selbst wenn man jetzt ein paar alte Sachen weglässt am Anfang dass es dafür so viele neue Sachen gibt*".

Zu der Frage, was Menschen daran hindern könnte, vegan zu werden, denkt außerdem IP9: „*Ich glaube dass die Leute vegan nicht besonders mögen weil sie daran erinnert werden ahm: dass sie Fleisch essen, das betrifft glaube ich vor allem Leute die Tiere mögen […] und das sind dann glaube ich die Leute die einfach sich einfach nicht damit beschäftigen wollen*

weil sobald sie sich damit beschäftigen würden hätten sie Angst dass sie auf was verzichten müssen und ihr Leben umstellen müssen und das tut halt niemand so gerne, ja, […] weiß ich nicht weil weil man immer vom Fremden Angst hat, wahrscheinlich, weil Veganer oft den Zeigefinger erheben und andere verurteilen, nehme ich mal an, ja und weil es einfach fremd und komisch ist, ja".

Als Herausforderung bzw. Hindernis auf dem Weg zum Veganismus werden neben dem Verzicht mehrmals explizit oder implizit „*Gewohnheiten*" genannt (IP1, IP2, IP3, IP5, IP6, IP8, IP9): „*Aber das schlimmste sind die Gewohnheiten, und dass man, davon herausgeht*" (IP5).

IP3 meint ebenfalls: „*Ich glaube am aller ehesten ist es die Gewohnheit den Geschmack kann man ja relativ gut nachmachen beziehungsweise neue Geschmäcker finden, Traditionen, gehören ja bis zu einem gewissen Grad zu den Gewohnheiten dazu weil man irgendwann, die Tradition einen Kuchen zu backen als Gewohnheit übernimmt, aber ich glaube Traditionen und Gewohnheiten sind das schwierige, der Geschmack hat bei mir nie ein großes Problem dargestellt".*

Auch IP1 weiß aus eigener Erfahrung: „*Ja der Mensch ist halt ein Gewohnheitstier, […] und jeder hat halt sein Lieblingslebensmittel ich habe auch ich komme ja von einem Milchbauern ich habe auch jeden Tag über einen Liter Milch getrunken und extrem also mehr fast mehr Milchprodukte gegessen als als als Leute die ich kenne und wenn man dann glaubt man denkt sich dann immer ja: Tiere schön und gut aber ich kann halt nicht ohne dem ohne dem wenn man halt so an bestimmten Gerichten oder bestimmten Lebensmitteln hängt das kann man das kann man das darf man ja nicht unterschätzen wie wichtig das für Leute sein kann*".

Zu den Gewohnheiten zählen auch die Esstraditionen einer Kultur oder persönliche Traditionen, die VeganerInnen manches Mal vor Herausforderungen stellen können. IP7 bringt es auf den Punkt: „*Ja es dreht sich doch immer sehr viel um das Essen ((lacht))*".

IP9 teilt mir mit, dass es ihr fällt sehr schwer auf bestimmte Nougatpralinen zu verzichten, da diese Süßigkeit bei ihr zu Weihnachten lange Zeit eine Tradition war und so gibt sie auch heute noch öfters der Versuchung nach: „*Und für mich ist Weihnachten noch so der der Knackpunkt ich kaufe zu Weihnachten immer [Süßigkeit], und wünsche mir immer dass sie vegan sind auch wenn ich weiß dass sie das nicht sind, ja, aber das ist halt was was ich vielleicht auch irgendwann ablegen werde, ja, ja*".

Eine Aussage von IP3 verdeutlicht den starken Zusammenhang zwischen Essen und Kultur: „*Es ist einfach so die Kultur Fleisch zu essen vor allem ich weiß nicht in einem Land wie Österreich wo der Schweinsbraten am Sonntag oder das Wiener Schnitzel zu Mittag was ganz normales ist und man schon komisch angeschaut wird wenn man kein Wiener Schnitzel isst*". Auch IP1 betont: „*Es war einfach die Norm dass jeder Fleisch isst und es*

wäre nie jemand auf die Idee gekommen dass jetzt jemand Vegetarier ist".
IP1 und IP3 kommen beide aus einem eher ländlichen Umfeld und vermitteln, dass sie es zu Hause besonders schwer hätten vegan zu essen aufgrund des mangelnden Angebots und zum Teil auch aufgrund des sozialen Umfelds (beide studieren zum Zeitpunkt des Interviews in Wien, fahren aber immer wieder in ihre Heimat). Das Angebot in Wien sei, so wird berichtet, hingegen sehr gut und im Alltag gäbe es in dieser Hinsicht keine großen Probleme.
Ungefähr die Hälfte der InterviewpartnerInnen kauft regelmäßig in veganen Supermärkten in Wien ein und erfreut sich des zunehmenden veganen Angebots.

In Hinblick auf die (Selbst-)Wahrnehmung der GesprächspartnerInnen von VeganerInnen sowie der Szene konnten große Unterschiede festgestellt werden.
IP4 definiert sich selbst folgendermaßen: „*Ich bin nicht der Veganer der das jetzt so auf die Stirn pickt und so sagt so <Ich bin Veganer lasst mich und ihr müsst mich jetzt sonderbehandeln> oder so*".
IP2 berichtet, dass es grundverschiedene Typen von VeganerInnen gibt, wobei er einige als „*durchgeknallt*" bezeichnet und ordnet sich gleichzeitig selbst ein: „*Es gibt ja auch total verschiedene unterschiedliche Veganer sage ich mal die einen machen es jetzt* ***rein*** *wegen den Tieren denen ist die gesunde Ernährung glaube ich egal weil die essen irgendwas dann hauptsache kein Fleisch dann gibt es wieder die die machen es eher wegen der eigenen Gesundheit, ich bin eher so eine Mischung, ja*".
Folgende Äußerung von IP2 verdeutlicht jedoch, dass vegan lebende Menschen – trotz ihrer voneinander abweichenden Motivationen – in einer eigenen sozialen „*Welt*" leben: „*Okay, ja also man merkt irgendwie dass, ja, es ist so eine Art, ich will nicht sagen* ***Sekte*** *oder so aber wie eine eigene Religion so irgendwie das sind untereinander Veganer das ist eine ganz ah ah eine neue Welt irgendwie so und die ist irgendwie total abgespalten von der Welt der Fleischesser so kommt es mir vor, also der Mensch ist entweder extrem so dass es ihm extrem egal ist oder er macht sich total viele Gedanken*".
IP9 verweist auf ein Paradoxon und kritisiert dabei Tierschützer: „*Wenn ich mir meinen Tierschutzverein anschaue wo ich beide Hunde herhabe wo Leute wirklich ihr ganzes* ***Leben*** *dem Tierschutz widmen und die ganzen* ***Wochenenden*** *widmen, Streit mit dem Partner riskieren, ihre* ***Autos*** *ah* ***ruinieren*** *lassen von die dreckigen Hunde die sie vom Lager heimführen also die wirklich ihr* ***Leben*** *damit verbringen Tiere zu schützen die machen dann ein Sommerfest und ein Weihnachtsfeier wo sie, ja Ripperl grillen: und Würschtel verkaufen: und ah alle möglichen anderen Tiere töten*".

In diesem Kontext äußert sich IP2 eher ablehnend zu Rohkost und RohköstlerInnen: „*Ich kenne einige Rohköstler die nur Rohkost sich ernähren und die sind alle irgendwie ein*

*bisschen wie bekifft wirken die also ((leicht lachend)) ja also nicht **ganz** so im Leben irgendwie wie wenn ihnen was fehlen würde so kommt es halt mir vor*".

Auch IP4 nimmt andere VeganerInnen nicht immer positiv wahr, wie ihre folgende Aussage über Rohkost-VeganerInnen unterstreicht: „*Im Internet findet man dann doch so einiges, also da gibt es da gibt es schon ganz schlimme Leute also so Rohkost nach Brigitte Jung-Jungholz Junghans*[141] *kannst einmal schauen das ist ganz schlimm also die sind die sind echt fanatisch ja, also die die haben echt einen hängen, und die haben auch ein Forum […] also das finde ich ganz ganz schlimm, das finde ich das das das geht für mich nicht also das ist für mich so eine Grenze wo es dann wo es dann für mich endet*".

Darüber hinaus kritisiert sie sogenannte „*perfekte*" VeganerInnen, die jedoch beim Konsum nicht auf faire Arbeits- und Produktionsbedingungen für Menschen achten: „*Dann kommen die perfekt durchgestylten Veganer die aber alle das [Marke] Handy haben also das das stört das ist für mich so ein bisschen ein Thema was mich teilweise stört ja also ((seufzend)), alle sechs Monate das neue Handy aber <Ich bin ja so toll und so vegan und ich toleriere ( ) kein Leid> und wenn du dann weißt wie das Handy produziert wird und welche Arbeitsbedingungen bei [Firma] sind, und dann sagen sie <Aber das trifft keine Tiere> nein super toll Menschen sind auch Tiere ja also sowas sowas finde ich ein, **bisschen** zach ((lachend))*".

Des Weiteren grenzen sich die meisten der InterviewpartnerInnen (IP2, IP3, IP4, IP5, IP6, IP7) von solchen VeganerInnen ab, die IP4 wie nachstehend beschreibt: „*Ich bin auch nicht der Mensch der Fleischessern hinterherläuft und sagt <Ihr seid alle voll wahnsinnig und und Tieretöter> und sowas, ich glaube dass das auch nur also für mich persönlich ist das auch mit, für mich persönlich ist ist Frieden und ( ) ist für mich persönlich ist Frieden ein wichtiger Wert*".

IP4 meidet deshalb bestimmte Webseiten, Vorträge und Filme: „*Also ich, besuche bewusst keine Webseiten wo ich st- die dann heißen Vegetarier sind Mörder und sowas also ich versuche mich von viel von, von, Propaganda fernzuhalten, also wissenschaftliche Informationen sehr gerne und so das lese ich auch viel auch auf Englisch und so das interessiert mich schon aber ah billiger Populismus wo die Seite mit Tierleichen zugepflastert ist ah nein brauche ich nicht ich habe mir auch ah Earthlings habe ich mir auch nicht angeschaut weil Earthlings ist zwar nett und rüttelt vielleicht Fleischesser auf aber ah nein ich brauche es nicht ich war schon mal in einem Schlachthaus ich weiß wie es dort ausschaut ja, […] wie heißt das „Wenn Schlachthäuser Wände aus Glas hätten" glaube ich heißt das also solche Sachen schaue ich mir nicht an ich schaue mir auch keine ah Milch ist gut und Milch ist böse Vorträge an weil du hast dann eh immer nur die eine Seite und jeder holt dann halt gerade die Studie raus die ihm besonders gut gefällt also da, solche Sachen eher nicht ((lachend)) […] wenn dann irgendwo ein Forum nur daraus besteht auf*

[141] Brigitte Rondholz

die bösen Fleischesser hinzuhauen und sich gegenseitig tote und gequälte Tiere zu posten dann lese ich sowas nicht ((lachend))".

IP3 kritisiert hingegen sehr strikte und aufdringliche VeganerInnen: „*Naja es gibt natürlich wie man es vor allem im Internet mitbekommt Veganerererer die immer viel veganer sind als du selber und, du darfst nicht Produkte von einer Marke essen die auch mit Tierprodukten arbeitet das ich finde es jetzt nicht übertrieben ich finde es nur für mich selber einfach den falschen Weg eine Marke die sich schon die Mühe macht vegane Sachen zu produzieren nicht zu unterstützen aber das sind einfach verschiedene Denkansätze, und das ist halt schon so dass es Leute die dann als Veganer auf anderen rumhacken die noch nicht vegan sind ich meine ich freue mich über jeden Veganer natürlich aber ich bin schon froh wenn irgendjemand weniger Fleisch isst als sonst oder weniger generell tierische Produkte zu sich nimmt und hin und wieder mal das Schnitzel gegen einen großen Salat austauscht das ist schon ein Fortschritt, und Leute die das nicht sehen finde ich verschrecken dann auch Leute und hindern sie auch eigentlich daran irgendwann mal vegan zu werden, weil wenn man immer nur so viel Anfeindung erlebt dann, geht man als erstes aus der veganen Gruppe aus Facebook danach sagt man <Ich will nie wieder was veganes essen> und, dann ist das gestorben ((lachend))*".

Auch IP6 stört sich daran, dass viele VeganerInnen darüber diskutieren, wer „*der bessere Veganer*" ist und denkt, dass dies auf FleischesserInnen und Neulinge abschreckend wirken könnte.

Im Hinblick auf die Frage, ob es für die InterviewpartnerInnen selbst im Alltag Grenzen, Ausnahmen oder Kompromisse des Veganismus geben würde, teilen sich die Meinungen der neuen VeganerInnen ebenfalls – manche sehen dies enger als andere.

IP5 gibt beispielsweise lachend zu: „*Fliegen erschlage ich genauso in meiner Wohnung ((lachend)) immer noch*" und IP8 vertritt selbstbewusst die Meinung: „*Ich finde in vegan wird viel zu viel hineininterpretiert*".

Auch IP4 meint: „*Die Praxis muss halt auch (gelebt werden) ((lachend)) man muss halt auch leben können damit, ja ((lachend))*". Ihr Alltag ist wesentlich durch die Erfahrung als junge Mutter geprägt und beeinflusst, weshalb sie sagt: „*Man kann zu 100 Prozent perfekt anzust- ist anzustreben aber halt leider nicht ganz machbar wenn man ein stures kleines Kind in einer Trotzphase hat*".

IP9 denkt dazu: „*Ich glaube vegan, ist ist halt wirklich, wenn man es so strikt nimmt nur über lange Zeit komplett durchführbar und umsetzbar und es wird immer wieder Kompromisse geben die man eingehen muss, ja, vor allem wenn man von, von der von Tierethik her kommt, ja*". Besonders schwer fällt es ihr im Alltag für ihre Hunde Fleisch zu kaufen: „*Also ich ernähre meine Hunde mit Fleisch und wenn […] ich Fleisch einkaufen muss […] dann verstecke ich das Fleisch im Einkaufswagen weil ich weil ich es selbst so*

furchtbar finde das zu kaufen ja, also das ist es hat mich schon sehr weit weit gebracht inzwischen das Ganze ja". Die Veganerin ernährt ihre Hunde zwar mit Fleisch, meint jedoch falls sie einmal Kinder haben sollte: „*Ich habe vor meine Kinder vegan zu ernähren aber bei meinen Hunden finde ich es einerseits nicht fair ihnen die Entscheidung aufzuzwingen ahm und meine größte Angst ist wahrscheinlich dass ich dass ich ihnen damit schade*".

IP6 kocht für ihren Freund Fleischgerichte und füttert ihre Katzen mit Fleisch, was, wie sie erzählt, viele Personen in ihrem Umfeld „*komisch finden*". Sie berichtet, dass sie sich mittlerweile von tierlichen Produkten so weit distanziert hätte, dass sie sich ekeln würde und schon am Geruch und an der Konsistenz erkennen würde, wenn eine Speise tierliches enthält.

IP3 versucht „*die vegane Lebensweise wirklich voll zu leben und da keine Ausnahmen zu machen*" verweist jedoch auf einen Sonderfall: „*Die einzige Ausnahme die ich mache wenn ich zum Beispiel irgendwo was zum Essen bestelle, was häufiger vorkommt ist beim Falafelstand wenn ich sage ein Falafelsandwich ohne Joghurtsoße und ich trotzdem welche bekomme, dann schaue ich halt dass ich es so gut wie möglich runterputze und den Rest trotzdem esse weil ich keine Lebensmittel verschwende […] aber mittlerweile habe ich eigentlich, schon Grenzen also ich, würde nicht freiwillig etwas essen das nicht vegan ist*". An späterer Stelle meint sie jedoch: „*Ich meine wenn man hin und wieder mal was kauft und was zum Beispiel nicht vegan ist was man dann im Nachhinein herausfindet dann verwende ich es trotzdem wenn ich es nicht abgeben kann weil ich es einfach nicht in Ordnung finde das dann wegzuschmeißen weil das Tier dann ja im Prinzip umsonst gelitten hat*".

IP7 zieht eine Grenze bei seinen Lederprodukten: „*Meine Grenzen sind oder waren dass ich einfach (3) nicht vegane Produkte die ich schon habe ich sage jetzt mal Lederschuhe also jetzt nicht* ***wegschmeiße*** *das wäre aus meiner Sicht, sinnlos, also Ledergürtel oder sonst irgendwas jetzt da wegzuschmeißen verursacht mehr Schaden oder Leid oder wie auch immer als wie wenn ich es mir jetzt einfach behalte und so lange trage bis er (3) abgetragen ist ((lachend))*". Jedoch kaufe er keine neuen Ledersachen mehr nach und sagt insgesamt: „*Also das versuche ich eigentlich schon so weit wie möglich*".

Wie weit Veganismus im Alltag praktiziert wird, hängt von der jeweiligen Person ab, hierbei können jedoch einige Fragen auftauchen. Beispielsweise ob man noch in den Zoo geht, wie man seine Haustiere ernährt, ob man Medikamente nimmt, ob man Kleidungsstücke aus Leder weiterhin trägt oder nicht und vieles mehr.

IP1 orientiert sich dabei an dieser Definition von Veganismus „*Dass es halt wirklich, allgemein dafür steht dass dass Tiere auch Rechte haben also aber ja Tierzirkus und Tierzoo lehne ich auch ab*".

Auf die spezifischere Frage hin, ob es Situtationen gäbe, in denen es den neuen VeganerInnen schwer fällt, vegan zu leben, wurden Reisen (IP5, IP7), schöne Schuhe (IP3, IP9) und bestimmte Anlässe (IP1, IP9) sowie der Arbeitsplatz (IP7) genannt. Auch wurde bemerkt, dass es im Alltag manchmal zu unangenehmen Situationen kommen kann – beispielsweise erzählt IP7: *„Ein anderer Punkt ist eh halt mit der Firma (3) ja wenn da halt Weihnachtsessen oder sonst was ist das ist halt immer doch extra wurscht und so das ist dann nicht immer recht angenehm eigentlich ja*".
Oder IP3: *„Im Alltag ist es halt manchmal wenn man in Restaurants geht ein Problem oder wenn andere Leute kochen und man dann immer fragen muss <Hast du eh das und das nicht und hast du es nicht vielleicht doch mit Butter angebraten>, aber man gewöhnt sich daran".*
IP4 hätte keine großen Probleme, da sie auswärts keinen großen Aufwand betreibt und unangenehme Situationen vermeidet: *„Also einen Salat gibt es meiner Erfahrung nach auch im hintersten Dorfwirtshaus gibt es meistens einen Salat oder ein Brot oder, also bis jetzt habe ich es eigentlich immer geschafft überall was zu essen zu finden, obwohl ich wie gesagt* ***nicht*** *einfach bin ((lachend)) wie gesagt also immer mit der Einschränkung zu ich achte zu Hause darauf dass ich veganes Brot kaufe ich backe auch selber selber viel aber wenn ich auswärts wo ein Brot esse ah laufe ich auch nicht hinterher und gehe den Kellner an der dort vielleicht nur die Aushilfe ist oder sowas ah dass er mir jetzt bitte genau sagen kann ob das Brot vielleicht ein Molkepulver enthält also da: das ist wieder die Einschränkung die ich mache muss ich jetzt ehrlich sagen*".
IP9 findet es einfach sich vegan zu ernähren, sieht dabei jedoch Kochen als Voraussetzung: *„Aber es ist eigentlich schon recht einfach für mich sich vegan zu ernähren, wenn man kochen kann, ja also ich frage mich immer wie Leute tun die nicht kochen können*". IP1 stimmt mit IP9 in diesem Punkt überein, er hätte überhaupt erst seit er vegan lebt kochen gelernt und IP3 meint, sie könne besser vegan kochen als zuvor.

Ein wesentlicher Bestandteil des Veganismus scheint auch Aufklärung zu sein. Damit ist gemeint, dass VeganerInnen versuchen, nicht vegan lebende Menschen von den Vorteilen der veganen Lebensweise zu überzeugen. Dies kann unterschiedlich geschehen. Die Erzählungen der GesprächspartnerInnen legen nahe, dass es grundsätzlich zwei Arten gibt – eine „*positive*" und eine „*negative*" Vorgehensweise. Einige grenzen sich von der als negativ bezeichneten Art ab und meinen, sie würden einen „*liebevollen*" oder „*sanften*" Weg bevorzugen (IP2, IP3, IP6, IP7).
IP3 begründet dies so: „*Weil ich selber weiß dass ich es früher als Vegetarierin schon mühsam gefunden habe wenn irgendwelche Veganer die ganze Zeit mit mir geredet haben <Willst du nicht vielleicht> und <Man kann doch> und <Das ist ganz schlimm> und wenn*

man dann die ganze Zeit nur zugeredet wird bringt das glaube ich keinen großen Vorteil für die Sache".

IP9 „*geht es darum dass der Veganismus stärker verbreitet wird*" und sie versucht, „*die Leute immer aufzuklären dass vegan nicht irgendwas Komisches, Weltfremdes ist*".

IP6 versucht mit Geschmack zu überzeugen: „*Ich habe eher solche positiven Erlebnisse dann mit* ***Geschmack*** *überzeugen statt mit Argumenten wobei ich nach wie vor eigentlich finde die Argumente sind eigentlich das schlagendste ((leicht lachend)) aber gut das ist halt leider was da verschließen die meisten Leute die Augen davor*". Sie meint zudem: „*Ich will jetzt nicht so direkt sein und mit dem Hammer auf den Tisch schlagen und sagen <Ja du bist ein schlechter Mensch weil du isst Fleisch> auch wenn ich das vielleicht insgeheim manchmal denke wie kann man nur so intolerant sein und so inkonsequent und so* ***ah*** *also in Wahrheit nervt es mich schon aber, ich versuche es immer auf die positive Art zum Beispiel im Sommer bei Grillereien ich habe einfach was mitgebracht was veganes und das war auch meistens zuerst weg weil die Leute einfach neugierig sind und so mache ich das eigentlich immer […] ich probiere es auf die Art auf die sanfte das funktioniert habe ich das Gefühl besser*".

IP5 und IP3 versuchen stattdessen mit „*Fakten*" etwas zu bewirken: „*Normalerweise versuche ich nicht den Leuten die ganze Zeit zu sagen dass sie vegan werden sollen unbedingt sondern versuche halt einfach Fakten zu präsentieren und hoffe dass sie dann vielleicht selber den Schritt wagen*" (IP3).

IP5 gibt ebenfalls zu: „*Also ich kläre schon Leute gerne auf wenn Interesse da ist über gewisse Fakten und wie das ist*".

IP5 erläutert ihre Motivation folgendermaßen: „*Ich kann mich auf jeden Fall nicht immer zurückhalten und sagen <Fleisch essen ist okay> das würde ich so nie sagen, aber ich kann auch andere nicht verurteilen oder auf Besserwisser und guter Mensch machen das tue ich auch nicht aber, ein bisschen meine Einflüsse lasse ich glaube ich schon öfters mal, heraushängen ((lachend)), muss ich schon sagen ich kann mich da nicht abgrenzen ich fühle mich ja da fühle ich mich schon zu einem gewissen Teil verantwortlich auch für a- alles was passiert, viele Leute wissen einfach auch nicht Bescheid und dann denke ich mir aha wenn mehr Leute Infos kriegen und ein paar Fakten dann, geht da auch was weiter in die Richtung dass sie sich weiterhin dann selbst informieren*". Damit hätte sie auch Erfolg: „*Wenn man immer wieder ein bisschen erklärt die Fakten warum man das macht ohne dass man den anderen verurteilt dann habe ich schon gemerkt dass ein paar Freunde von mir auch angefangen haben dass sie immer mehr vegan kochen und zwar männliche Freunde*".

IP3 und IP5 berichteten erfreut, dass ihre Ex-Freunde (nach der Beziehung) ebenfalls zu Veganern wurden. IP3 dazu: „*Ja mein Exfreund hat lange Zeit vegetarisch gelebt und ich habe dann weil ich halt Veganerin bin und damals schon war und immer vegan gekocht habe und wir halt auch manchmal diskutiert haben habe ich vor kurzem erfahren dass er*

den Schritt zum Veganismus halt gegangen ist und das hat mich dann im nachhinein schon sehr gefreut wenn man weiß dass man wirklich was bewirken kann bei Menschen".

Aufklärungsarbeit erleben IP1 und IP3 jedoch oft als mühsam, dazu erzählt IP3: „*Ich bin schon bei manchen Aktionen dabei gewesen habe schon mal Flyer verteilt und so aber, ich finde es doch sehr mühsam Leute auf der Straße auf sowas anzusprechen wo man schon sehr angefeindet wird und meistens nicht ernst genommen wird oder sogar beschimpft wird*".

IP1, der beim VGT Aufklärung „*in Reinform*" betreibt beschreibt die Reaktionen der Leute: „*Das ist ganz unterschiedlich die meisten sagen halt dann immer <Ja das ist halt meine Sache und ich lebe mein Leben und du lebst dein Leben und und lass mich und das das geht dich nichts an quasi und das ist meine Privatsache> […] dann sagen auch viele Leute <Ja ich kaufe eh nur Bio> oder <Ich esse eh nur ganz wenig Fleisch> ‚und das was man halt hört so, ja' und beim beim VGT ist es halt eine besondere Situation weil da da kommen halt dann auch Leute hin die ((stutzend)) die halt wirklich lautstark äußern dass sie dass sie dagegen der Meinung sind und die auch sagen <Ja was seid denn ihr für Deppen und wie blöd seid ihr eigentlich dass ihr dafür seid> oder* ***sehr*** *oft also ja beim VGT (ist das öfters dass man das hört) <Ich bin ja für Tierschutz und ich mag ja dass es den Tieren gut geht aber Veganismus das ist übertrieben das ist zu viel> also das ist glaube ich jetzt seit ich beim VGT bin ist das die Nummer eins Antwort, also quasi Tierschutz ja aber Tierrechte nein, ‚herunter gebrochen'*".

Die Meinungen zu Veganismus polarisieren wie IP2 berichtet: „*Es gibt dort entweder extrem positiv oder negativ also in der Mitte so eher wenig, es gibt keine die sagen <Aha okay ist mir wurscht> oder so sondern entweder man regt sich auf oder man befürwortet es so schwarz weiß irgendwie*".

Aufgrund der unterschiedlichen Wertung veganer Einstellungen und Vorgehensweisen bei der Verbreitung der veganen Idee der InterviewpartnerInnen, verwundert es kaum, dass auch der *Verein gegen Tierfabriken* mit dem Obmann Martin Balluch von den interviewten VeganerInnen ungleich beurteilt wird. IP1 und IP9 finden die Arbeitsweise des Vereins sehr positiv, IP4 hingegen sehr negativ.

IP1 ist zum Zeitpunkt des Interviews seit zwei Wochen selbst Mitglied beim VGT und sieht Balluch als großes Vorbild: „*Martin Balluch ist schon ein großes Vorbild weil das ist quasi der der wichtigste Tierschützer Österreichs und für mich auch eine für mich subjektiv auch wenn es objektiv nicht stimmt vielleicht eine der wichtigsten Personen Österreichs weil, das das muss man sich mal auf der Zunge zergehen lassen was der was der VGT unter seiner Führung erreicht hat*".

Gefragt nach der persönlichen Meinung zu provozierenden VeganerInnen und zum VGT antwortet IP9: „*Ich finde es toll, ja, ja, also ich würde wenn ich eine Tochter hätte die ich mit 13 mit von der Polizei abholen muss weil sie irgendwo irgendwas angestellt hat in Bezug*

*auf Tierrecht auf die wäre ich **wahnsinnig** stolz, ja, also hätte ich, hätte ich kein Problem damit und und war ich selber früher teilweise, ahm: selbst zu Zeiten wo ich Fleisch gegessen habe wäre wahrscheinlich ich eher die gewesen die dabei gewesen wäre in irgendeinen so einen Henderl Stall einzubrechen oder irgendwas auszustellen oder irgendwas illegales zu machen, wobei der VGT das ja offiziell eh nicht macht aber ahm, ja finde ich sehr gut ohne die hätten wir es nicht so weit gebracht, und es muss immer die Radikalen geben damit nachher das Ganze gemäßigter stattfinden kann, ja, ja, wobei ich es gar nicht als radikal bezeichnen würde sondern als optimistisch, hm nur muss man da immer vorsichtig sein gerade in Österreich ist jetzt wieder eine Gruppe mit mit Tierrechtlern eine neue Gruppe, ah diese ( ), die: da sind halt teilweise auch Leute dabei die zwar Tiere befreien wollen aber dann eher politisch in eine Richtung gehen die ich bedenklich finde, also da muss man immer ein bisschen aufpassen da bin ich beim VGT immer noch am besten aufgehoben, ja die haben auch am meisten erreicht glaube ich*".

IP9 befürwortet infolgedessen „*radikalere*" Vorgangsweisen zur Verbreitung der veganen Idee: „*Aber grundsätzlich stehe ich sehr hinter dem VGT, ja, und ich würde auch hinter einer radikaleren Gruppe stehen die irgendwelche Dinge beschädigt, irgendwo einbricht, irgendwo Tiere stiehlt, irgendwas extremeres macht solange es nicht auf eine **polemische**, **dumme** ( ) Art und Weise passiert und das passiert halt oft dann über so eine Art und Weise, ja*".

IP4 äußert sich dazu hingegen folgendermaßen: „*Ich kann mich auch nicht solidarisieren mit Leuten die dann ah, an sich an sich ist was der Balluch macht von der Idee her richtig aber von der Durchführung her falsch weil: gewaltloser Widerstand verändert die Welt und Gewalt macht sie nur noch schlechter, also das ist meine meine persönliche Einstellung ((lachend))*".

Die Wahrnehmung der InterviewpartnerInnen von anderen VeganerInnen ist, wie deutlich wurde, nicht immer positiv, die Szene nicht homogen und die Grundauffassungen unterschiedlich, wie die Erzählungen aus dem Alltag der neuen VeganerInnen nahelegen.

IP7 konstatiert jedoch ein verbindendes Element in der Persönlichkeit von VeganerInnen: „*Irgendwie so die Veganer die ich kennengelernt habe die die haben irgendwie schon alle gleiche Persönlichkeitsmerkmale und also so sind halt irgendwie einfühlsam und sehr offen und, also es gibt schon so ein paar Persönlichkeitsmerkmale die irgendwie so mir vorkommt die Veganer miteinander teilen also, wobei es jetzt egal ist was für einen Beruf der hat oder wo er her kommt wie alt was für ein Hintergrund ist ganz egal aber ich denke so, eh so diese Offenheit dieses dieses, Mitfühlende glaube ich hat irgendwie jeder in sich*".

10.6. Soziales Umfeld

> *„Na ich finde es immer so unangenehm dass man immer der ist der sich rechtfertigen muss also i-, für mich ist es eigentlich, ahm ich ich ich finde ich finde ja eher dass dass man dass man sich rechtfertigen muss dass man immer noch Tierausbeutung unterstützt aber in unserer Gesellschaft muss man sich dafür rechtfertigen wenn man dagegen ist, weil es halt nicht die Allgemeinmeinung ist, und das das finde ich schon immer so unangenehm das immer dieses rechtfertigen müssen*" (Interview 1).

Im Folgenden sollen Aussagen im Hinblick auf die Rolle des sozialen Umfelds sowie zu einer möglichen Vergemeinschaftung von VeganerInnen zu einer veganen Szene in den Blick genommen und dargestellt werden. Soziale Beziehungen und soziale Interaktionen im Zusammenhang mit Veganismus und dahingehende Wechselwirkungen sollen beleuchtet werden. Das soziale Umfeld wird jedoch als bedeutend in allen zuvor ausgeführten Aspekten der Entscheidung, der Umstellung und des Alltag betrachtet und wurde deshalb zum Teil auch bereits in den vorigen drei Unterkapiteln erwähnt.

Insgesamt sind sieben von den InterviewpartnerInnen in einem eher ländlichen und traditionellen Umfeld aufgewachsen (IP1, IP3, IP4, IP5, IP7, IP9 sowie der Experte). Aufgrund des Studiums beziehungsweise der Arbeit wohnen alle GesprächspartnerInnen außer IP4 zum Zeitpunkt der Befragung in Wien.
IP1 beschreibt sein ursprüngliches soziales Umfeld „*am Land*" als „*ein sehr, pflanzenfresserfeindliches Umfeld*". Infolgedessen erlebte er den Weg zum Veganismus als „*harter Kampf*", insbesondere als Sohn eines Bio-Landwirts bezog er wenig Verständnis und Unterstützung aus seinem sozialen Umfeld. Die Bedeutung des sozialen Umfelds erläutert er in diesem Zitat ausführlich: „*Gerade wenn man jung ist also […] bis zu einem gewissen Alter geht kommt es halt komplett auf das Umfeld an da kann die Person noch so gern vegan sein wollen, wenn die Eltern <Nein> sagen dann dann geht das halt nicht, also es ist ab es geht für mich erst ab einem gewissen Alter […] na und und Unterstützung vom Umfeld ist auch etwas was es dann für den Einzelnen leichter macht also ich wenn ich jetzt wenn wenn meine Eltern jetzt vegan wären wäre ich vielleicht ab 15 auch selber vegan geworden aber dadurch dass ich das halt nicht gehabt habe hat sich das bei mir so lange verzögert, und ich sehe das auch bei meiner kleinen Schwester bei der ist es jetzt viel viel ein- viel einfacher also das wofür ich noch kämpfen habe müssen mit 14 das hat sie jetzt mit acht schon selbstverständlich […] also ich merke auch wie wie wichtig es ist dass in einem bestimmten Umfeld einer mal diese Mauer bricht und dass bin bin in meiner Familie nun mal ich und dann ist es für die anderen schon viel leichter oder auch in meiner Verwandtschaft wenn ich mal das allen erklärt habe […] also ich sehe halt wie wichtig es ist also für die erste Person*

*in irgendeinem Umfeld ist es **verdammt** schwer glaube ich und danach wird es wird es immer leichter*".

Er betont damit neben der Persönlichkeit und dem Alter die erhebliche Bedeutung des sozialen Umfelds für VeganerInnen.

IP1 befindet sich als Sohn eines Bio-Landwirts in einer besonderen Situation die er oft als schwierig und unangenehm empfindet. Wie er dieses „Erbe" erlebt schildert er hier: „*Ja man könnte eh natürlich sagen <Wie wie kann das passieren dass jetzt dass jetzt ein ein Bauersohn vegan wird das ist ja so so absurd> könnte man sagen aber andererseits könnte man sagen <Es ist eigentlich sehr nahe liegend> weil ich ich weiß besser Bescheid darüber als als die meisten ich ich ich habe schon als Kind eine Schlachtung von einem Schwein gesehen ich und ich, ich ich weiß auch nur zu gut wie es wie es denn Kühen geht und es ist auch ein Biobauernhof und ich weiß auch dass das auch bei Bio sein kann dass die dass die Rinder immer noch angebunden sind und ich weiß auch dass in der Realität der Auslauf nicht umgesetzt wird also ich habe da quasi Insiderwissen und bin un- dadurch nicht zu blenden weil mein Mitbewohner der sieht die Werbung sieht die freilaufenden Hühner und die freilaufenden Kühe und glaubt halt immer noch wenn er wenn er Biomilchprodukte kauft ist es kein Problem, […] also dadurch, bin ich näher an der Realität […] also mir kann man da schlecht einen Blödsinn erzählen was das betrifft, also was jetzt die Haltungsbedingungen betrifft, aber ich fühle schon irgendwie so eine Schuld muss ich sagen, also dass ich da irgendwie auch damit drinnen hänge und, und wenn ich jetzt daheim bin und, und und daran denken muss ja im Stall sind jetzt 20 oder 25 Kühe die angebunden sind und ich mache nichts dagegen aber was soll ich da fühle ich mich auch immer hilflos und und weiß nicht was ich dagegen machen soll und fühle mich auch irgendwie schuldig weil ich, ja auch davon profitiere eigentlich […] aber andererseits muss man ja sagen ich ich konnte ja nichts dafür […] es ist besser dass ich jetzt vegan bin und zumindest jetzt dagegen bin […] und ich glaube dadurch ist der Drang das an die Leute zu bringen und den Leuten die Wahrheit zu sagen und das zu verbreiten noch größer, weil ich halt das wirklich daheim habe und irgendwie auch diese diese Schuld fühle und irgendwie dadurch habe ich auch den Drang dass das aufhört (10) aber es ist natürlich auch ein viel schwierigerer Kampf gegen die Eltern weil ich glaube, selbst das aller konservativste Umfeld ist nicht so schwierig wie wie ein Milchbauer jetzt der jetzt wirklich sein Geld damit verdient […] aber Landwirt ist schon eines (‚der härtesten Felder ja')*".

Diese empfundene Schuld wandelt IP1 demnach in etwas Positives um, indem er sich heute aktiv für Tierrechte und Veganismus einsetzt.

Für IP1 und IP2 war das (vegane) soziale Umfeld zwar nicht ausschlaggebend aber letztlich von zentraler Bedeutung für die Entscheidung zum Veganismus. Auch IP3 beschreibt den Einfluss des sozialen Umfelds für die Entscheidung als sehr groß: „*Eigentlich einen*

ziemlichen Einfluss weil ich es war jetzt nicht mein direktes Umfeld sondern eigentlich mehr das Internet aber ich bin schon, über das Internet von Leuten in verschiedenen Facebook Gruppen oder so sehr beeinflusst worden den Schritt dann letztendlich zu tun".
Insbesondere am Anfang wären laut IP1 VeganerInnen im Umfeld eine wichtige Unterstützung: „*Ich habe ja auch am Anfang die typischen Veganseiten nicht gewusst und habe mir halt viele Infos über die geholt und auch viele so was das argumentieren betrifft […] also es war halt wichtig für mich, natürlich man kann im Internet alles sehen aber es ist halt wichtig für mich jetzt schnell jemanden zu haben den man schnell fragen kann wenn man sich wo unsicher ist […] also so so ist es halt für mich wichtig dass man quasi so einen Vegan Buddy hat, der einem da hilft*".

IP7 hätte im Kontrast zu IP1 mit seinen Eltern „*eigentlich nie irgendwelche Konflikte oder so*" gehabt und meint: „*Die haben da immer recht viel Rücksicht genommen auch beim auswärts essen gehen und so dann*" und insgesamt sei es „*überall respektiert worden eigentlich also es ist nie irgendwie kritisch oder irgendwas schlimmes an den Kopf geworfen worden*". Gemeinsam essen zu gehen sei mit seinem Umfeld kein Problem: „*Mit Freunde Familie weil keine Ahnung ist das eigentlich ohne Probleme wenn man, ja vorher das abklären kann oder selber entscheiden kann wo man hingeht oder wie man da tut*".
Auch IP6 berichtet, dass obwohl sie es vor ihrer Familie „*doch eine lange Zeit lang verheimlicht*" hätte: „*Insgesamt ist es wirklich so dass mein Freundeskreis und meine Familie relativ positiv eingestellt sind und das befürworten und einfach interessiert nachfragen aber nie den Streit suchen, zum Glück ja sonst wären sie wahrscheinlich auch nicht mehr meine Freunde ((leicht lachend)) wenn das so eine streitlustige Partie wäre*".
Ihre Familie würde ihre vegane Lebensführung nicht nur akzeptieren, ihr Vater würde sie sogar sehr darin unterstützen.
IP8 hatte hingegen kein reibungsloses Verhältnis mit ihrem sozialen Umfeld als Neu-Veganerin: „*Ja eben mein mein Freund hat mich bisschen so zum Spinner erklärt meine Mutter sowieso weil die war wegen vegetarisch schon nicht glücklich, und ist seit Ewigkeiten der Meinung dass das eine Spinnerei von mir ist und sich bald legen wird, wen gab es denn noch, ja ich glaube vielleicht waren sie ein bisschen genervt die Freunde weil das war mein Thema Nummer eins ich habe nur noch darüber geredet, was ich wieder entdeckt habe und was ich wieder weiß und was es hier schlechtes gibt und da, also ich glaube meine Freunde habe ich bisschen genervt meinen Freund auch der konnte das Wort vegan nicht mehr hören der hat schon so einen Grant bekommen, ja, also zu Hause Unverständnis*". Auch heute fehlt ihr der Kontakt zu anderen VeganerInnen: „*Wäre mir, wichtig ich habe es viel zu wenig also ich habe wenige in meinem Umfeld zwar viele Vegetarier aber von vegan wollen sie gar nichts wissen, ja aber jetzt geht es bei meinem Freund eh also jetzt nerve ich ihn nicht jetzt spricht er eigentlich jeden Tag wieder darüber*

[…] ja also jetzt kommt von ihm eh viel und jetzt geht das zu Hause zumindest schon bisschen besser, aber das hat mir am Anfang total gefehlt also ich war ziemlich alleine“.
Im Gegensatz zu IP8 stellt IP7 fest: „*Ich muss sagen so der Freundeskreis der hat sich schon natürlich ein bisschen in die vegane Szene verlagert das das, ist aber einfach glaube ich ein Nebeneffekt*“ und berichtet: „*Also jetzt habe ich schon viele Veganer im Freundeskreis weil einfach, weil ich mich quasi mit der* ***Szene*** *wenn man das so sagen mag vernetzt habe und halt da viele Leute kennengelernt habe*“.
An dieser Stelle fällt auf, dass IP7 von einer veganen „*Szene*“ spricht mit der er sich „*vernetzt*“ hätte – dies deutet stark auf eine Vergemeinschaftung von VeganerInnen hin. IP9 erwähnt ebenfalls beiläufig: „*in diesen Szenen*“.
Auch IP1, IP2 und IP3 berichten, dass sie neue vegane Freunde gefunden hätten, wobei IP2 in diesem Kontext von einem „*Netzwerk*“ redet: „*Aber Freunde schon jetzt immer mehr ja, dadurch dass das irgendwie auch ein Netzwerk ist ja findet man auch leicht Freunde in dem Bereich so sage ich mal*“.
Der Umgang mit anderen VeganerInnen hätte laut IP2 und IP7 entscheidende Vorteile: „*Da fällt es einem dann leichter wenn man mit solchen Leuten unterwegs ist und dann muss man sich nicht ständig rechtfertigen sondern, ja man hat es ist klar wo man hingeht essen es ist klar ah: ((überlegend)) ja es ist wie ein, ein gleiches Thema sagen wir so durch das dass ich dann auch Freunde da gehabt habe ist es mir leichter gefallen, ja*“ (IP2).
Auch IP7, der sich, wie bereits erwähnt, gerne in veganer Gesellschaft befindet, begründet dies so: „*Ich habe jetzt Veganer kennengelernt und man hat halt quasi gleich eine Gesprächsbasis und man tut sich halt irgendwie dann auch gleich leichter irgendwie also man hat halt ein gemeinsames Interesse das ist jetzt aber denke ich mir bei Hobbys oder so eigentlich das gleiche also man hat dann irgendwie gleich, man überspringt gleich irgendwie so einen Punkt beim Smalltalk also*“.
Das „passende“ soziale Umfeld sieht IP2 außerdem als sehr wichtig an, wenn er argumentiert: „*Es kommt sehr viel auf die Umgebung an wenn die Umgebung passt ist es leichter wenn du jetzt ständig irgendwie unter Leuten bist die nur Fleisch essen wird es schwieriger man muss sich erstens mal rechtfertigen ständig und die Diskussionen interessieren mich auch absolut nicht ständig und, ja man ist nicht abgelenkt dann wenn man unter Veganern ist sage ich fallt es leichter*“.
Die Vergemeinschaftung von VeganerInnen manifestiert sich zum einen in eigenen veganen Veranstaltungen. Erwähnt werden in diesem Zusammenhang die *Veganmania* – ein veganes Sommerfest, die *Vegan Planet* – eine Messe für Veganismus, der Vegan Ball, ein veganer Weihnachtsmarkt, ein Stammtisch – ein regelmäßiger Treffpunkt in einem vegetarisch-veganen Restaurant in Wien, ein Tierschutzlauf, ein Tierrechtskongress und verschiedene Demonstrationen.

IP1 erklärt, die *Veganmania „dient ja auch dazu das einfach auch näher an die Leute zu bringen*". IP4 erlebte die *Veganmania* als eher unangenehm: *„Du als Jungveganer kommst da hin und: also das ist mir auf der Vegan Messe sehr stark aufgefallen und da sind dann diese ganz perfekten schon ewig Veganer […] und die sind alle schon perfekt durch veganisiert und das ist ganz toll und so und die war halt gerade zu der Zeit wo ich so in das Vegane hineingerutscht bin irgendwie und dann kommst du dort hin und da sind dann alle voll perfekt vegan von den Schuhen bis zur Haarspitze ((lachend)) und du denkst dir so oh Shit das schaffe ich nie ((lachend))*".

Zum anderen findet eine virtuelle Vergemeinschaftung statt. Die interviewten VeganerInnen, die im Alltag eher weniger in Kontakt zu anderen vegan lebenden Personen stehen, suchen den Austausch häufig über soziale Medien (IP3, IP6, IP8, IP9) – Facebook wird in diesem Kontext mehrmals erwähnt, wo es eigene vegane Foren gibt.

Dazu exemplarisch IP6: *„Ich habe schon neue Leute kennengelernt gerade eben auch auf Facebook bin ich durch das Plaudern Schreiben mit ein paar Leuten zusammengekommen aber jetzt so im engen Freundeskreis die ich regelmäßig treffe ehrlich gesagt nicht wäre wünschenswert wäre schon irgendwie nett wenn man sich da ein bisschen mehr austauschen könnte aber das ist dann eigentlich bei mir das Facebook was früher die Foren waren das erlebe ich halt jetzt in diesen Vegan Gruppen auf Facebook wenn es halt neue Produkte gibt ist das immer gleich da posten es 50 Leute oder auch die* ***Meinung*** *dazu die Diskussion also ich bin da sicher in, in sechs oder acht Veganer Gruppen auf Facebook nur für Wien […] also das reicht mir als als Austausch für den Alltag*".

Einige Interviewpartnerinnen meinen insgesamt (IP6, IP8, IP9), dass sie sich mehr persönlichen Kontakt zu anderen VeganerInnen wünschen würden.

Hinsichtlich sonstiger möglicher Schwierigkeiten oder Konflikten mit dem sozialen Umfeld aufgrund des Veganismus tauchten bei den interviewten VeganerInnen nachstehende unangenehme Situationen auf.

IP9 meint: *„Wo es bei mir aufhört ist wenn ich Freundinnen habe die behaupten <Schweine sind meine Lieblingstiere> und es dann komisch finden wenn ich vegan bin, da muss ich mich* ***sehr*** *zusammenreißen dass (ich sie dann nicht) dafür verurteile dass sie weiter Schnitzel essen*".

IP6 hätte hingegen keine Lust auf Diskussionen: *„Ich fange auch nie Diskussionen von mir aus an weil ich eben ehrlich gesagt keinen Bock mehr darauf habe es ist* ***immer*** *das gleiche man darf sich immer den gleichen Mist anhören*".

Besonders unangenehm erlebte IP1 das erste Osterfest als Veganer im Kreise seiner Verwandtschaft, die er damals über seine Entscheidung informierte – so schildert er: *„Ja ganz schlimm, also eines der schlimmsten Sachen war […] 2013 das Ostern also das war das war eines der schlimmsten Sachen weil da war die versammelte Verwandtschaft, Leute*

die du eh nur alle einmal im Jahr siehst teilweise und alle essen halt ihre Eier und ihren Osterspeck und alles Mögliche und dann dann habe ich und die meisten wussten das halt nicht sonst habe ich das habe ich es ihnen irgendwie noch nicht sagen müssen und da habe ich es ihnen dann halt gesagt <Ich esse keine Eier und ich esse das nicht und das nicht> und dann haben sie mich alle so angeschaut <Aber das isst aber schon und das aber schon aber das kannst schon essen> und das war irgendwie wenn wenn man sich vorstellt wenn wenn 30 Augen auf einen gerichtet sind und ich man sowieso schon eher der Außenseiter in der Verwandtschaft ist und dann ist das noch verstärkter und das war schon extrem unangenehm und dann wird man so bombardiert dann mit und und mit mit den ganzen Anschuldigungen und und den ganzen Sachen dass man eher dass man eher sterben wird weil das so ungesund ist und dass man dann ja nichts mehr essen kann und auch wenn man es insgeheim besser weiß wenn man wenn man einfach so bombardiert wird dann dann ist das schon schwierig".

Im schlimmsten Fall können Freundschaften und Bekanntschaften unter der neuen Lebensweise leiden oder sogar auseinander gehen wie manche der InterviewpartnerInnen erzählen.

So bei IP2: „*Manche die wollen gar nicht gar keinen Kontakt mehr das merke ich die sind so richtig ahm für die bin ich einfach sowas wie ein* ***Verräter*** *kann ich mir vorstellen also die melden sich nicht mehr oder löschen mich auf Facebook das habe ich auch schon gehabt sogar alte Schulkollegen haben mich gelöscht, ahm, ja, ganz verschieden irgendwie das sind halt meistens die Probleme von den Leuten und das interessiert mich jetzt auch nicht wirklich*".

Oder bei IP1: „*Eine sehr gute Freundin von mir die eigentlich auch Vegetarierin ist und mit der habe ich mich auch immer gut verstanden aber ich wie ich dann vegan geworden bin dann haben wir auch einmal länger darüber geredet und dann dann ist es aber auch zu einem sehr großen Streit gekommen weil sie hat das dann so aufgefasst dass ich es, dass ich sie dann als schlechte Person, hinstelle was eigentlich gar nicht so gemeint war […] und ich kann mit ihr nach wie vor nicht darüber reden also wir verstehen uns immer noch gut aber das ist halt so ein Gebiet was quasi tabu ist, also ich habe sie nicht verloren deshalb aber es ist halt nicht mehr so wie vorher ‚quasi'*".

IP5 berichtet: „*Wir haben früher immer voll viel bei einer anderen WG Kochabende gemacht, und da sind ich und meine Mitbewohnerin immer eingeladen worden das sind auch gute Freunde von uns sind immer noch, ja voll die guten Freunde und wir kochen immer noch ab und zu nur werden wir halt nicht mehr so oft eingeladen weil sie halt, nicht extra vegan kochen wollen […] das wäre dann zu kompliziert für sie dass sie vegan kochen und dann, öfters wird auch dann halt dann gar nicht mehr Bescheid gesagt, das ist mir in letzter Zeit aufgefallen, das ist ein bisschen schade aber, verstehe ich bis zu einem gewissen Grad auch ((lachend))*".

IP3 erlebt sowohl ihr soziales omnivores Umfeld, als auch ihr soziales veganes Umfeld als problematisch. Sie meint einerseits zum Alltag: „*Ein bisschen komisch angeschaut wird man immer aber damit lebt man einfach*“ und andererseits zu VeganerInnen: „*Ich muss auch dazu sagen dass mich manchmal das Umfeld dann ein bisschen nervt weil man oft schon schief angeschaut wird wenn man noch Lederschuhe (aufträgt) oder so und das ist, manchmal schwierig ((leicht lachend))*“.
Ihr Vater kritisiert ihre vegane Lebensführung des Öfteren wie folgende Erzählungen verdeutlichen: „*Also mein Vater hält mich auch nach über einem Jahr noch für durchgeknallt und erzählt mir gerne mal dass ich doch Fleisch essen soll und dass ich völlig bescheuert bin*“. Oder hier: „*Naja wenn ich zum Beispiel irgendwo eine Pizza ohne Käse bestelle und er dann daneben sitzt dann schaut er mich manchmal blöd an oder wenn ich zu Hause Pizza mache und dann veganen Käse raufgebe dass er dann sagt dass ich ganz blöd bin und wenn man vegan ist dann isst man halt keinen Käse mehr*“ (IP3).
Mit ihrem Bruder würde es vermehrt zu Auseinandersetzungen kommen: „*Also mein Bruder mein kleiner Bruder und ich streiten uns öfter weil er mir dann immer wieder Fragen stellt und ich weiß dass ich mit ihm eigentlich nicht diskutieren kann und mag aber wenn er dann blöde Dinge sagt bringt mich dass dann sehr auf die Palme und da reagiere ich dann schon manchmal ein bisschen heftiger wenn ich mir anhören lassen muss dass wegen mir die Familie den Bach runtergeht weil wir nicht mehr an einem Tisch essen können*“ (IP3).
Auch manche Freunde von IP3 zeigen wegen Verständnis: „*Es gibt manche Freunde mit denen ich jetzt nicht mehr viel zu tun habe weil sie überhaupt nicht verstehen was ich mache oder dann Essen nicht essen wollen das ich koche weil sie sagen <Es schmeckt nicht>*“.

Als Erschwernis für die Praxis des Veganismus wird verallgemeinernd ein Umfeld, in dem viel Fleisch gegessen wird (IP2) bzw. ein ländliches Umfeld genannt (IP2, IP5): „*Wenn man in einem Umfeld lebt wo das wo du keine Bezugspersonen hast vielleicht am Land in Tirol, ist es vielleicht ist es auf jeden Fall glaube ich schwieriger als wie in Wien wo mehr Bewusstsein dazu ist*“ (IP5). Die Schwierigkeit im ländlichen Raum besteht dabei in doppelter Hinsicht: einerseits im geringeren veganen Angebot und andererseits in der geringeren sozialen Akzeptanz.
IP1 und IP2 vergleichen im Horizont dessen den Fleischkonsum mit dem Rauchen und betonen dadurch den Einfluss des sozialen Umfelds: „*Jetzt ist es so fast wie mit dem Rauchen es will fast jeder aufhören Fleisch zu essen und auch wenn es nicht mehr wenn es nicht alle tun ist es zumindest habe ich zumindest das Gefühl in in unserem Alter schon das Angestrebte*“ (IP1).
IP2 denkt ebenfalls, dass das soziale Umfeld eine sehr große Rolle spielt: „*Ich glaube je mehr in der Umgebung so sind desto s- ist es leichter wie beim Rauchen glaube ich ist das Gleiche*

wenn man jetzt mit Rauchern ständig zusammen ist hat man auch mehr Lust auf das Rauchen wahrscheinlich oder Alkohol oder ja".
Das (traditionelle) familiäre Umfeld von IP1 bewirkt dennoch das Gegenteil wie er hier darstellt: „*Ich glaube dadurch ist der Drang das an die Leute zu bringen und den Leuten die Wahrheit zu sagen und das zu verbreiten noch größer, weil ich halt das wirklich daheim habe*". Hinzu kommt, dass er selbst von einem Veganer aufgeklärt wurde, weshalb er argumentiert: „*Und jetzt fühle ich mich quasi verpflichtet das bei anderen auch zu machen dass dass ich auch riskiere dass sie böse auf mich sind aber ich ihnen zumindest mal das ganze Bild vermitteln weil das finde finde ich es hat zumindest jeder verdient einmal zu erfahren wie es ist und dann können sie immer noch entscheiden und das bleibt eh ihnen überlassen, ja, aber ich will ihnen zumindest mal weil sie sie können sich eigentlich ja nur frei entscheiden wenn sie mal alle Möglichkeiten haben und wenn sie mal alles darüber wissen*".

Die interviewten VeganerInnen, die in einer Partnerschaft leben, kochen auch gerne für den Partner vegan (IP4, IP6, IP8, IP9). Der Partner von IP9 lebt vegetarisch, der Partner von IP8 wurde während der Beziehung ebenfalls Veganer und die Partner von IP4 und IP6 sind Omnivoren, essen im gemeinsamen Haushalt jedoch gerne mit der Partnerin vegane Mahlzeiten. IP6 und IP9 kaufen für ihre (nicht veganen) Partner tierliche Lebensmittel ein (bspw. Käse und Kuhmilch), da sie in der Beziehung den Lebensmitteleinkauf übernehmen. Dies begründet IP6 wie folgt: „*Ich bin auch diejenige die eigentlich für den Lebensmitteleinkauf zuständig ist und ich kaufe auch sehr wohl für ihn ah tierische Produkte also ich zwinge (sie ihm) in dem Sinne* ***nicht*** *auf aber, ja das ist halt das also es er würde es sich halt dann woanders kaufen und ich will ihn (davon) nicht bevormunden aber ich zeige ihm doch sehr wohl die Alternativen […] also immer auf die sanfte Art das funktioniert ganz gut und wie gesagt er nimmt auch Rücksicht auf mich also ich denke mir okay wie du mir so ich dir*".
IP9 denkt dazu: „*Ich kaufe ihn am Wochenende weil ob ihn er jetzt am Sonntag beim Bäcker um den doppelten Preis kauft ((leicht lachend)) oder ich beim [Lebensmittelkette] um einen normalen Preis und* ***ich*** *dann zumindest die Kontrolle habe dass er mikrobielles Lab isst und kein normales Lab also den kaufe schon* ***ich*** *ein, ich versuche möglichst wenig davon zu kaufen […] aber ja ich kaufe für ihn Käse ein, den ich dann immer unter dem Gemüse verstecke ((lachend)), ich gehe meistens mit meiner Vegan-Tasche oder irgendwelche wo irgendwo vegan draufsteht einkaufen und die Leute müssen sich denken ich habe einen Schuss wenn ich dann im im Einkaufwagen den Käse habe, ja*".

11. Zusammenfassung der wesentlichen Ergebnisse

Abschließend sollen nun in diesem Kapitel die wesentlichen Ergebnisse aus Theorie und Empirie zusammengefasst und gegenübergestellt, die Arbeit kritisch reflektiert werden und ein kurzer Ausblick erfolgen. Die geringe Fallzahl der Untersuchung berücksichtigend, soll vorweg genommen werden, dass die daraus gewonnen Ergebnisse nicht verallgemeinert werden können und dies auch nicht das erklärte Ziel der qualitativen Arbeit ist.

Die neun interviewten VeganerInnen[142] sind zwischen 19 und 36 Jahren alt und leben zum Zeitpunkt der Befragung nicht länger als zwei Jahre vegan, wobei einige zuvor schon länger vegetarisch gelebt haben. Alle InterviewpartnerInnen wurden zu einer omnivoren Ernährungsweise sozialisiert und sind demnach mit tierlichen Produkten aufgewachsen. Daraus lässt sich auf die herausragende Bedeutung der lebenslangen Sozialisation, Erfahrungen und veränderten Rahmenbedingungen schließen. Ernährungs- und konsumbezogene Bewusstseinsbildung und Umerziehung durch Wissensaneignung, förderliche Rahmenbedingungen und positive Erfahrungen sind folglich möglich und nicht durch internalisierte Normen und Traditionen determiniert. Gewohnheitsbedingte Geschmacksvorlieben können nichtsdestotrotz nach der Umstellung auf pflanzliche Kost bestehen bleiben und mithilfe pflanzlicher Alternativen (bspw. pflanzlich hergestelltes Fleisch, pflanzlicher Käse, pflanzliche Milch[143]) fortgesetzt werden. VeganerInnen unterscheiden sich von Omnivoren jedoch nicht nur hinsichtlich ihrer Lebensmittelauswahl, sondern vertreten, wie gezeigt wurde, oftmals auch andere Weltsichten, Diskurse, Politiken und Werte. Diese Einstellungen beeinflussen ihre alltäglichen (sozialen) Interaktionen. Ihr Ziel bzw. ihre Handlungsmaxime ist es, ihre (neu gewonnene) Weltanschauung weitestgehend mit ihren Alltagshandlungen abzustimmen, sodass sie ihre Werte auch „leben“ und als positives Beispiel für andere vorangehen. Die Entscheidung für den Veganismus ist, wie sich sowohl theoretisch, als auch empirisch, zeigt, eine zugleich rationale und emotionale bzw. mitfühlende Entscheidung sowie eine individuelle Reaktion auf gegenwärtige moralische, gesellschaftliche Zustände (vgl. Cole/Morgan 2011a: 148).

Resümierend lässt sich festhalten, dass sich der Entscheidungsprozess schnell oder langsam und schleichend, bewusst oder unbewusst, von außen ausgelöst oder von innen her motiviert, spontan oder aus langjährigen Überlegungen resultierend gestalten kann. Die Frage nach dem *wie* kann infolgedessen nicht einheitlich beantwortet werden. Die Beweggründe für die Umstellung sind unter der gegebenen kleinen Fallzahl bereits sehr vielfältig und reichen von Neugier, Gewissenhaftigkeit, Konsumbewusstsein, Gesundheit, Ethik und Moral, Tierrechte, Nachhaltigkeit und Umweltschutz bis Zufall. Keiner der interviewten Personen hat sich

[142] Hier wird das Experteninterview nicht mitgezählt
[143] In diesem Bereich wird zurzeit eifrig geforscht und hohes Marktpotential gesehen (Siehe *Future food*).

jedoch wegen eines möglichen derzeitigen Trends dazu entschieden, vegan zu leben, auch wenn eine Tendenz dazu zum Teil sehr begrüßt wird. Die genannten Motive der InterviewpartnerInnen decken sich großteils mit der Literatur. Zu betonen ist allerdings erneut, dass sich die anfänglichen Beweggründe oftmals ändern können beziehungsweise neue Aspekte hinzukommen können. Aus diesem Grund ist es wichtig, den ganzen Prozess zu betrachten und als Verlauf in den Blick zu nehmen.

Bei Betrachtung der Interviews fällt auf, dass trotz unterschiedlicher Hintergründe der Personen doch einige Gemeinsamkeiten bestehen. Beispielsweise ist mehrmals davon die Rede, dass sich der Freundeskreis verschoben hat und sozialen Medien eine tragende Rolle bei der Entscheidung und zum alltäglichen Austausch zukommt. Vorurteile gegenüber Veganismus hat jeder der InterviewpartnerInnen schon zu hören bekommen. Oftmals müssten sich die jungen VeganerInnen im Alltag für ihre vegane Lebensführung sogar rechtfertigen und verteidigen. Diskussionen möchten die meisten der GesprächspartnerInnen im Alltag und in angenehmer Gesellschaft vermeiden, denn sie meinen, es wäre „*immer das gleiche*“, trotzdem versuchen sie weitestgehend, ihr Umfeld für die vegane Lebensführung zu begeistern. So sind Aufklärung, Information und Verbreitung der veganen Lebensweise grundsätzlich für alle interviewten VeganerInnen ein wichtiges Anliegen, wobei die Art und Weise wie dies umgesetzt wird, unterschiedlich sein kann. Es wurde mehrfach erwähnt, dass eine positive und wertschätzende Vermittlung der Inhalte des Veganismus bevorzugt und Aufklärung nur dann betrieben werde, wenn Interesse von den anderen Personen gezeigt würde. Einige InterviewpartnerInnen fühlen sich sogar dazu verpflichtet, ihr neu erworbenes Wissen und ihre Erfahrungen zu teilen. Manche konnten Personen aus ihrem sozialen Umfeld dazu bewegen, ebenfalls auf eine vegane Lebensweise umzustellen oder zumindest gewisse Schritte in diese Richtung zu tätigen.

Prominente, vegan lebende Persönlichkeiten wurden mehrmals erwähnt, denn durch sie wird Veganismus einerseits „normal“ und zum „Trend“, andererseits bieten sie eine Vorbildfunktion und Legitimierung für das abweichende Verhalten.

Einige VeganerInnen versuchen, Traditionen beim Essen beizubehalten, indem sie traditionelle Gerichte „veganisieren“ und bestimmte pflanzliche Alternativprodukte verwenden – so müssten sie aus ihrer Sicht auf nichts verzichten – andere wiederum wollen Neues entdecken und zeigen Experimentierfreude.

In Bezug auf die subjektive Deutung von Veganismus ist häufig die Rede von einem veränderten Bewusstsein. Bewusster Konsum und bewusste Entscheidungen stellen ein wichtiges Anliegen der GesprächspartnerInnen dar, wobei dies allgemein formuliert wird, was zeigt, dass die vegane Ernährung weitere Bewusstseinsbildung nach sich ziehen kann. Wichtige Themen und Werte sind für VeganerInnen mitunter Frieden und Respekt.

Wie die Entscheidung zum Veganismus den Alltag und das Sozialleben beeinflusst, ist letztendlich abhängig von der jeweiligen Person selbst sowie von deren sozialen Umfeld, allerdings kann festgemacht werden, dass diese Entscheidung Auswirkungen auf den sozialen Alltag hat – wie tiefgreifend dahingehende Veränderungen sind, hängt jedoch auch davon ab, wie weitgehend das erwünscht und zugelassen wird. Da Veganismus nicht nur eine simple Ernährungsumstellung darstellt, sondern mit komplexen Themenbereichen zusammenhängt und sich gegen die vorherrschenden Normen, Traditionen und Werte in der Gesellschaft stellt und diese auch häufig offen kritisiert, kann es zu kleinen Konflikten oder aber heftigen Auseinandersetzungen mit dem sozialen Umfeld kommen. Dies ist jedoch bei den InterviewpartnerInnen eher dann der Fall, wenn das Umfeld ländlich ist oder Vorurteile, Kritik und Witze in Bezug auf eine vegane Lebensweise bereit hält. IP6 und IP8 verteidigen sich dann meist, indem sie „zurückschlagen" und selbst Witze über FleischesserInnen entgegnen oder schlagfertige, provokative Äußerungen an den Tag legen.

Wie bereits erwähnt, stellt offenbar insbesondere ein ländliches Umfeld eine größere Herausforderung im Alltag dar als ein urbanes Umfeld, sowohl was die Verfügbarkeit veganer Nahrungsmittel und Speisen, als auch die soziale Komponente betrifft.

Insgesamt erwähnen alle interviewten VeganerInnen dass sie gerne selbst kochen und befinden diesen Umstand als einen wichtigen Bestandteil der veganen Lebensführung. Einige erwähnen auch, dass es als junge Person für sie ein Hindernis dargestellt hätte, nicht selbst kochen und sich somit besser vegan ernähren zu können.

Ich schließe mich Weick (2013) darin an, dass neben den Rahmenbedingungen auch individuelle Ressourcen für den und in dem Entscheidungsprozess zu einer veganen Lebensführung von entscheidender Bedeutung sind (ebd.: 104f).

Viele InterviewpartnerInnen erwähnen, dass sie zukünftig vielleicht noch weitere Schritte unternehmen werden, wie beispielsweise bei der Kleidung verstärkt auf faire Arbeits- und Produktionsbedingungen zu achten oder die eigenen Haustiere pflanzlich zu ernähren. Dem Veganismus sind hier grundsätzlich keine Grenzen gesetzt und unterliegt der Definition der jeweiligen Person. Einige VeganerInnen meinen, dass es in der Praxis für sie immer wieder Kompromisse geben würde und müsste. Es wurde auch erwähnt, dass der perfekte Veganismus gar nicht möglich wäre und man sich nur möglichst gut, vollständig annähern könnte. Hier exisitieren, wie sich herausstellte, einige Grauzonen.

Der Experte ist ebenfalls der Meinung, „*in der Praxis muss es jeder für sich selbst entscheiden*" und findet, dass solche Grenzthemen nicht so wichtig wären: „*Jeder Konsum ist auch in Wahrheit auch verbunden mit ahm negativen Folgewirkungen wenn der Weizen ah abgeerntet wird sterben auch irgendwelche Wühlmäuse und so weiter aber deswegen glaube ich sucht man sich dann eine Definition die halt, in der Praxis das aller allermeiste was eben möglich ist, ohne das man selbst daran zugrunde geht beinhaltet, aber ich finde*

*das auch gar nicht **so** wichtig unbedingt, weil […] wenn alle nur sozusagen in dem Spektrum sich bewegen dann hätten wir auch schon eine sehr viel tierfreundlichere Welt*".

Im Hinblick auf die im Theorieteil diskutierte Vergemeinschaftung der Szene zeigte sich in den Interviews, dass das Internet tatsächlich eine zentrale Rolle bei der Vernetzung spielt und im Rahmen des Veganismus von den InterviewpartnerInnen stark frequentiert wird. Besonders die Plattform *Facebook* wurde häufig erwähnt und betont, dass Facebook für die Entscheidung, als auch für die Umstellung wichtig war und im Alltag gerne genutzt wird. Bei der Vernetzung von VeganerInnen in der „Realität" gibt es bei den untersuchten neuen VeganerInnen hingegen Unterschiede, wobei auch die Personen, die wenig bis keinen Kontakt zu Gleichgesinnten haben, sich dies sehr wohl wünschen würden.
Aus der Literatur geht zum Teil hervor, dass sich VeganerInnen bzw. posttraditionale Gemeinschaften vernetzen und dadurch gleichzeitig nach außen abgrenzen (vgl. Hitzler 1998; Hitzler/Pfadenhauer 1998; Pfadenhauer 2013; Schwarz 2010). Hitzlers und Pfadenhauers Argumentation (1998) ist, dass eine Vergemeinschaftung und Integration zugleich auf eine Distinktion angewiesen ist. Die vorliegende Analyse ergab allerdings, dass eine Abgrenzung vor allem innerhalb der veganen Gruppe vorgenommen wird, insbesondere von solchen VeganerInnen, die Omnivoren verurteilen und beleidigen. Besonders interessant ist vor diesem Hintergrund die Tatsache, dass sich die interviewten VeganerInnen ihren Aussagen zufolge häufig stärker innerhalb der Szene (von anderen VeganerInnen) als nach außen (von Omnivoren) abgrenzen und distanzieren, indem sie andere VeganerInnen kritisieren und sich dadurch selbst im Feld positionieren. Die verhältnismäßig schwache Vergemeinschaftung kann jedoch auf die unterschiedlichen und vielfältigen Zugänge zum Veganismus sowie auf die wenig festgelegte allgemein akzeptierte Definition dieser Lebensführung zurückzuführen sein. Aufgrund dessen scheinen sich innerhalb der Veganer-Szene unterschiedliche Gruppierungen mit verschiedenem Fokus herauszubilden. Trotzdem muss festgehalten werden, dass bei allen GesprächspartnerInnen Kontakt zu Mitgliedern der veganen Gemeinschaft besteht – wenn auch nur über soziale Medien wie *Facebook* – und der Wunsch, nach mehr Kontakt zu Gleichgesinnten mehrfach geäußert wurde.
Ich schließe mich daher der Schlussfolgerung von Ammer (2012: 177f) an, dass sich VeganerInnen durch ihr Konsumverhalten, dass sie zur Differenzierung instrumentalisieren, zwar abgrenzen, jedoch Omnivoren deswegen nicht ausgrenzen oder abwerten. Die Abgrenzung erfolgt vielmehr von unhinterfragten omnivoren Konsumpraktiken und -normen mit negativen Auswirkungen auf Mensch, Tier und Umwelt.
Dass, so die Argumentation Hitzlers, die posttraditionale Vergemeinschaftung „prinzipiell unbeständig und kurzlebig" sowie „vorübergehend" sei, kann anhand der Interviews ebenfalls nicht bestätigt werden. Zutreffend ist hingegen, dass die vegane Gemeinschaft als global gesehen wird und fließende, unklar definierte Grenzen besitzt. Auf die Frage, wie trotz

der starken Ausdifferenzierung innerhalb des Veganismus von einer veganen *Szene*, *Community* oder *Gemeinschaft* gesprochen werden kann, gibt das Konzept „Zusammenhalt durch Vielfalt“ (Pries 2013) eine Antwort.

Eigene vegane Supermärkte – davon gibt es momentan zwei in Wien – können im Sinne von Hitzler (1998) und Schwarz (2010) zugleich als Vergemeinschaftung, Distinktion, Kommerzialisierung und Treffpunkt gedeutet werden, denn diese veganen Supermärkte werden von dem Großteil der interviewten VeganerInnen regelmäßig besucht.
IP1 kam zum Interview mit einem grünen T-Shirt mit einem großen Aufdruck der Vegan-Blume – dies kann als *Symbol* der veganen Gemeinschaft interpretiert werden, das, wie bereits erklärt, einerseits zur Inszenierung der Mitgliedschaft nach außen hin dient, andererseits intern „Realität konstruiert“ (vgl. Berger/Luckmann 1969, zit. nach Hitzler 1998: 86).
Die Teilnahme an veganen *Events* und *Ritualen*, die meines Erachtens, nur schwer voneinander zu trennen sind, wie es bei Schwarz (2010) beschrieben wird, konnte zum Teil festgestellt werden. Das Spektrum umfasst Mitgliedschaften und ehrenamtliche Aktivitäten beim Verein VGT (z.B. Tierrechtstreffen, Infostände, Aktivismuscamp), Teilnahme an Demonstrationen, Veganmania, Tierrechtskongress, Tierschutzlauf, Stammtisch, Vorträge, gemeinsames Kochen und Flyer verteilen. Gemeinsame Aktivitäten und Treffpunkte, Events, Medien und Vereine sind demnach für die neuen VeganerInnen in Österreich von Bedeutung im Alltag.

Fleisch und tierliche Produkte zu essen ist, wie die Literatur und die Erfahrungsberichte von den neuen VeganerInnen zeigen, stark mit soziologischen Kernthemen wie Kultur, Tradition, Normen, Werten, Rollen und Gender verknüpft. Mit der Ernährung ist folglich weitaus mehr verbunden als lediglich Nahrungsaufnahme und es handelt sich dabei oftmals um keine rein individuelle Wahl. Diese Erkenntnis hatte bereits der französische Kultursoziologe Pierre Bourdieu der dies in seinem auf umfassenden Studien basierenden Werk „Die feinen Unterschiede“ (1982) als zentrale These postuliert. Neu ist jedoch, dass diese sozialen Normen häufig erst dann stark zum Vorschein kommen, wenn eine Person von dem normierten Verhalten – in diesem Fall durch die Wahl von Lebensmitteln und Konsumgütern – abweicht.

Es bestätigt sich in den Gesprächen mit den neuen VeganerInnen, dass es sich beim Veganismus um einen aktiven Prozess und eine Praxis handelt – wie in den Konzepten *doing vegetarianism* und *alltägliche Lebensführung* postuliert wurde – denn die Entscheidung muss im Alltag immer wieder von Neuem hergestellt werden.

Nachdem die Umstellung anfangs großen Aufwand, starke Verhaltenskontrolle und Reflexion erfordert, kann es, laut Pudel (2007), zu hoher Rückfälligkeit kommen, was sich allerdings nur bei einer Interviewpartnerin gezeigt hat – die Versuchung besteht jedoch bei mehreren InterviewpartnerInnen. Der theoretische Lösungsweg, die Bedürfnisse zu ändern, konnte in der Praxis beobachtet werden. Auch trägt die Änderung der Verhältnisse (in diesem Fall das soziale Umfeld), wie Pudel denunziert, nachhaltiger zum Gelingen der Umstellung und zur Aufrechterhaltung bei, was ebenfalls von den VeganerInnen geschildert wurde. Die von Pudel betonte wesentliche Bedeutung der Lebenssituation geht somit auch aus den Interviews hervor, wenn berichtet wird, dass die Ustellung bei bestehender Möglichkeit schon früher erfolgt wäre.

Die Ausführungen zum *Speziesismus* und *Karnismus* erklären, weshalb rationale Argumente für Veganismus meist keine große Wirkung erzielen und klären auf, woher der Spott gegenüber VeganerInnen rührt. In den Interviews offenbart sich eindeutig, dass dieser neben Vorurteilen zu den alltäglichen Erfahrungen der VeganerInnen zählt. Die Schilderungen zeigen somit, dass sich VeganerInnen im Alltag, vor allem am Anfang ihrer veganen Lebensführung „ein dickes Fell“ zulegen müssen, um sich gegen Witze, Verurteilungen und Kritik durchzusetzen. Die interviewten neuen VeganerInnen scheinen in ihrer Überzeugung jedoch sehr gefestigt zu sein und lassen sich, wie sie berichten, von Rückschlägen oder mangelnder Akzeptanz in ihrem sozialen Umfeld nicht verunischern. Wie die interviewten Personen damit im Alltag umgehen ist unterschiedlich. Teilweise haben Meinungsverschiedenheiten und Schwierigkeiten mit dem Umfeld bei den InterviewpartnerInnen sogar so weit geführt, dass sie Freunde verloren, weniger Kontakt zu manchen Personen oder ein schlechteres Verhältnis zu ihrem engerem sozialen Umfeld haben und infolgedessen oder unabhängig davon einen neuen Freundeskreis gewonnen haben.
Mit Grube (2009) gesprochen, übernehmen diverse *Facebook*-Gruppen für VeganerInnen demnach eine Orientierungs- und Unterstützungsfunktion, die vom sozialen Umfeld oft nicht gegeben ist. Gleichgesinnte können dort sehr leicht gefunden werden, was gerade in der Umstellungsphase für neue VeganerInnen wichtig sein kann. Die Internetplattform dient den interviewten VeganerInnen als Austausch, Orientierungshilfe, Informationsquelle und wird vor allem für Fragen in Bezug auf den Alltag genutzt. Innerhalb der *social community* gibt es eigene Gruppen oder Foren die sich jeweils spezifischen Themen widmen. Bei der Recherche wurde auch ein *Anti-Vegan-Forum* entdeckt, dass von einem VeganerInnen-feindlichen, spöttischen Grundton gekennzeichnet ist, jedoch keinen spezifischen Zweck verfolgt.

In den Interviews hat sich herausgestellt, dass keine homogene legitime Idee von Veganismus existiert, sondern vielmehr eine individuelle Interpretation und Umsetzung der

Grundidee charakteristisch ist. Da sich jedoch bei allen VeganerInnen die Sichtweise verschiebt oder stärker gelebt wird, kann der Alltag nicht einfach wie gewohnt weitergelebt werden. Viele zuvor als Selbstverständlichkeiten wahrgenommene gesellschaftliche Realitäten werden plötzlich hinterfragt oder lösen sich zugunsten neuer Einstellungen auf. Die Ausbeutung und das Leiden der Tiere in der Tradition des *Speziesismus* bzw. *Karnismus* stellt eine ständige Konfrontation im Alltag der VeganerInnen dar, die aufgrund neu gewonnener Informationen ständig beobachtet wird – man könnte sagen „die rosarote Brille" wurde abgelegt. Aufgrund dessen ist es VeganerInnen häufig ein drängendes und persönliches Anliegen, diese Zustände zu beseitigen und andere dahingehend aufzuklären und zu überzeugen.

Aus dieser ethischen Motivation heraus handelnd und grundlegende moralische Werte berührend, kann bei dieser Gruppe von VeganerInnen, die den Großteil der veganen Szene bilden, nicht davon ausgegangen werden, dass es sich lediglich um eine vorübergehende individuelle Entscheidung und somit – allgemeiner – kurzfristige soziale Erscheinung handelt. Die Erzählungen der GesprächspartnerInnen machten zudem deutlich, dass deren eigene Entscheidung Rückwirkungen auf deren soziales Umfeld dahingehend entfaltet, dass auch viele ihrer Angehörigen beginnen, ihr Konsumverhalten zu hinterfragen und zu adaptieren.

Auf die Frage, ob und wie Veganismus ihr Leben oder ihren Alltag verändert hätte, kamen nachfolgende Antworten[144] zustande, die abschließend einen Gesamteindruck vermitteln sollen:

IP1: *„Ja ich habe auch viele neue Leute kennengelernt ich ich habe dadurch Kochen gelernt ich habe dadurch viel ah ich habe auch dafür dadurch viel besser diskutieren und argumentieren gelernt weil ich habe dann in, im Zuge dadurch dass ich viel darüber geredet habe habe ich mich auch mit mit ahm mit Diskussionskultur beschäftigt oder mit Argumentation und mit Logik der Argumentation also, das damit tue ich mir jetzt auch leichter und auch irgendwie, charakterlich wird man dadurch irgendwie auch gestärkt […] ich habe mir auch immer schwer getan mit <Nein> sagen und das habe ich dadurch auch, zumindest ein Stück weit gelernt, ja, und auch dass ich jetzt beim beim VGT bin und auch wieder, zu ganz anderen Leuten gekommen bin und in ein ganz anderes Umfeld gekommen bin das wäre sonst auch nie passiert, ja*".

IP2: *„Mein Leben seit der Entscheidung', ahm ich befasse mich noch mehr mit Ernährung als früher, und:, bin körperlich viel gesunder gesünder ja, ahm, ich denke mehr über das nach was jetzt so hinter verschlossenen Türen passiert eben mit so Schlachthäusern und so das habe ich früher nicht gemacht für mich war einfach ein Schlachthaus ein Schlachthaus das ist halt so wie ein, Klo oder sonst irgendwas ((leicht lachend)) aber dass da wirklich sowas*

[144] Von B6 und B8 ist leider kein Zitat vorhanden

passiert so und das denke ich jetzt eher nach so, wie die Tiere behandelt werden ahm, so hat sich irgendwie schon einiges verändert man denkt intensiver ( ) auch so bei so medizinischen Experimenten und so ja".

IP3: „*Überhaupt nicht es hat sich bei mir überhaupt nichts verändert ich habe eigentlich immer, immer genau das gemacht was ich jetzt auch mache ich schütte halt jetzt mittlerweile in der Früh statt normaler Milch eine Tasse Soja- einen Schluck Sojamilch in meinen Tee und, beim Einkaufen brauche ich manchmal ein bisschen länger aber eigentlich nicht viel ich glaube es liegt eher daran dass ich in Wien so viel vegane Auswahl habe dass ich noch viel mehr schauen kann*".

IP4: „*Mmh also ich habe abgenommen was aber wahrscheinlich auch weniger mit dem Thema Vegan also ich habe vorher schon sehr vegan gegessen also wenig Milch wenig Ei, es hat sich eher dahingehend verändert dass ich halt jetzt bewusster lebe und einen sehr hohen ah also einen sehr hohen Gemüse und Gemüse und Obstanteil habe und ich trinke auch keinen Alkohol mehr eben jetzt seit, sieben Monaten sieben Monaten so ungefähr ich rauche auch also ich habe ich habe wenig geraucht ich habe halt irgendwie ab und zu zwischendurch mal eine oder so also schon ein Packerl im Monat, und: das ist jetzt komplett weg […] ich mache auch jetzt mehr Sport*".

IP5: „*Ja ((lachend)) voll, vorher sind wir immer zum [Lebensmittelkette] Großeinkauf gegangen und alle Regale durch ((lachend)) und jetzt gehen wir zum Gemüse kaufen uns unsere Äpfel und unsere nur Gemüse und Obst und sind wieder draußen also irgendwie brauchst du viel weniger Zeit im Supermarkt oder wir kaufen fast nichts mehr mit Verpackungen weil wir jetzt auch einen Gemüsegreissler gefunden haben wo wir alles direkt einfach abnehmen, das ist irgendwie das ist uns erst aufgefallen dass das voll witzig ist dass wir, fast gar nicht mehr zum [Lebensmittelkette] gehen ab und zu zum [Lebensmittelkette] weil wir Studenten sind und weil es günstig ist und meistens eigentlich nur zum Gemüsehändler*".

IP7: „*Ja es dreht sich doch immer sehr viel um das Essen ((lacht)) (noch was was mir) aufgefallen ist ja bei Veganern geht es immer um Essen irgendwie also, aber das ist das einzige ja sonst, Anekdoten aus dem veganen Leben gibt es viele aber ((lachend)) so jetzt sozial keine Ahnung nein*".

IP9: „*Ja, ich bin, ich stehe v-, also ich bin viel mehr bei mir, weil ich viel mehr das lebe was ich empfinde, ahm ich bin viel mehr stolz auf mich, ich, ich muss kein schlechtes Gewissen mehr haben ‚oder viel weniger schlechtes Gewissen haben', ich kann Tieren wieder in die Augen schauen also jetzt nicht Hunden sondern ja wenn ich irgendwo Schweinen oder so begegne, ich kann mir jetzt Bilder von Tiertransporten anschauen und mir denken, es ist schlimm aber ich beteilige mich zumindest nicht mehr daran, also für mich ist es extrem erleichternd dass ich Fleisch nicht mehr vermisse, ganz extrem erleichternd ‚das habe ich mir immer gewünscht' ahm, und: ich bin immer sehr froh wenn ich mich rein vegan ernähre ja und ich*

habe auch immer ein schlechtes Gewissen wenn ich es nicht mache, weil es für mich einfach ja, also eine sehr hohe Wertigkeit hat, ja, also für mich hat es sich sicher positiv verändert, allein schon durch die Leute die man kennenlernt und s- und auch dass man irgendwie auf die Gesundheitsschiene mehr kommt und, das Körperbewusstsein verändert sich finde ich, und es verändert sich meiner Meinung nach, also zumindest bei mir hat es sich verändert, ich bin:, ich bin weniger aggressiv glaube ich, aber nicht weil ich jetzt kein Fleisch mehr esse und dadurch also nicht aus aus aus irgendwie (nur meine eigenen Geschichten) sondern ich habe mehr so dieses: Leben und leben lassen und möglichst niemanden verletzten, das hat sich mehr über mein ganzes Leben jetzt gezogen, weil ich jetzt niemanden mehr verletzte oder eben weniger verletze zumindest, ja, ich kenne aber wenig- also ich glaube wenn es mehr Veganer auf der Welt gäbe, gäbe es um einiges mehr Frieden auf der Welt, ja, ja".

11.1. Diskussion und Reflexion

Ziel dieser Arbeit war es, den Verlauf des individuellen Entscheidungsprozesses sowie die Umsetzung des Veganismus im Alltag zu untersuchen und mögliche Hindernisse dabei zu erfassen. Dazu wurde ein sprachlicher Zugang verwendet. Alternativ hätte auch ein ethnographischer Zugang gewählt und daraus gewonnene Beobachtungsdaten ausgewertet werden können. Aufgrund der gängigen sich dadurch eventuell ergebender Schwierigkeiten wurden allerdings Gesprächsdaten als zweckmäßiger und informativer erachtet. Viele Fragen hätten durch Beobachtung alleine nicht – beziehungsweise nicht in einem hier angemessenen Rahmen – beantwortet werden können. Um jedoch trotzdem eine relativ offene Vorgehensweise zu garantieren, wurde das problemzentrierte Interview als geeignete Methode gewählt. Ergänzt wurden die neun Interviews mit neuen VeganerInnen durch ein Experteninterview mit dem Obmann der Veganen Gesellschaft Österreich.

Ein Schwachpunkt ergibt sich womöglich aus zwei Interviews (IP6, IP8) die aufgrund technischen Versagens nicht zur Gänze aufgezeichnet werden konnten. Für den Fall, dass ein Interview nicht gut verlaufen würde, wurden jedoch von Anfang an zur Sicherheit acht Interviews geplant, um ausreichend Material zu sammeln. Während des Forschungsprozesses wurde wegen des doppelten Ausfalls spontan entschieden, ein weiteres Interview durchzuführen. Trotzdem wurde das gesamte Material zur Auswertung soweit dies möglich war, herangezogen.
Ein weiterer Kritikpunkt könnte mein nicht völlig unvoreingenommener Ausgangspunkt als Forscherin sein, da ich selbst seit einiger Zeit vegan lebe. Allerdings ergibt sich diese Herausforderung in jeder Forschung und muss stets durch Gütekriterien qualitativer Forschung[145] kontrolliert werden. Zudem wird die eigene Position zum Thema vielmehr als Vorteil denn als Nachteil gesehen.

[145] Siehe Kapitel 9

Insgesamt konnte die Forschung ordnungsgemäß durchgeführt werden und zur Erweiterung des aktuellen Forschungsstands beitragen.

11.2. Conclusio und Ausblick

Im Zuge der vorliegenden Arbeit haben sich folgende Faktoren als besonders relevant für die vegane Lebensführung herauskristallisiert: Kontakt und Austausch mit Gleichgesinnten, soziale Medien (insbesondere Facebook), ein förderliches soziales Umfeld, der Wohnort (urban), die Fähigkeit und Leidenschaft zum Kochen, die Persönlichkeit und das Alter.

Die Sozialisation spielte bei den interviewten Personen eine eher untergeordnete Rolle, da viele mit „traditionellen" Fleischgerichten aufgewachsen sind – ein Interviewpartner ist sogar Sohn eines Landwirts. Dadurch wird klar, wie stark der Einfluss des späteren sozialen Umfelds, der Erfahrungen, der sozialen Medien und der Persönlichkeit im Hinblick auf die Entscheidung zur veganen Lebensführung sein kann. Zu den Erfahrungen zählen in diesem Kontext sogenannte Schlüsselerlebnisse, die zum Teil bei den InterviewpartnerInnen eine Umstellung auslösten. Eine Reise kann vermutlich insofern als Auslöser fungieren, da man in einem fremden Land grundsätzlich offener ist und neue Eindrücke intensiver verarbeitet und reflektiert. Im Alltag verbleibt für intensive Reflexion dagegen oft keine Zeit und Energie. Auch können Lebensumbruchsituationen wesentlich für den Entscheidungsprozess sein.
Das Geschlecht scheint heutzutage nicht mehr allzu determinierend für die Ernährung zu sein, da zwei der InterviewpartnerInnen männlich sind und einige der weiblichen Gesprächspartnerinnen berichteten, dass ihre Partner bzw. Ex-Partner oder männliche Freunde mittlerweile ebenfalls vegan leben oder zumindest offen dafür sind. Nichtsdestotrotz können es männliche Veganer im Alltag und mit dem sozialen Umfeld oft schwerer erleben als weibliche Veganerinnen.
Die Persönlichkeit ist insofern von Bedeutung, da es wichtig ist, sich als VeganerIn über soziale Normen und Traditionen hinwegsetzen, die eigene Lebensführung im Alltag zu planen, Rückschläge verkraften, alleine neue Wege zu gehen und sich gegebenenfalls verteidigen zu können. Eine gewisse Stärke, Motivation, Selbstbewusstheit und Offenheit scheint hier notwendig und vorteilhaft zu sein. Denn es wurde sowohl in der Literatur, als auch in der Empirie, deutlich, dass man sich als VeganerIn im Alltag rechtfertigen müsse und immer wieder Kritik, Vorurteile und Witze einstecken können müsse – oftmals von den eigenen Eltern. Vermutlich auch deshalb wird Unterstützung unter Gleichgesinnten – häufig auf *Facebook* – gesucht und zum Teil sogar der Freundeskreis um VeganerInnen erweitert oder gewechselt.
Die Interaktion des veganen Kollektivs vollzieht sich in sozialen Medien (z.B. eigene Foren auf *Facebook*), in NGOs aber auch bei Stammtischen und diversen Veranstaltungen.

Die Abwendung von der omnivoren und die Zuwendung zu einer vegetabilen Lebensweise wird von den InterviewpartnerInnen als notwendig, dringend erforderlich und logische Konsequenz der Auseinandersetzung mit und der Reflexion von heutigen gängigen Produktionsprozessen und damit verbundenen globalen Auswirkungen dargestellt. Die eigene vegane Lebensführung wird dementsprechend mit bewusstem Handeln assoziiert, das auf ethischen Grundsätzen basiert, wovon auch die zugrundeliegende Handlungsmotivation stammt. Infolgedessen werden nach Möglichkeit ethisch vertretbare Konsumalternativen in allen Lebensbereichen gesucht. Die Denk- und Handlungsweisen von VeganerInnen (zumindest von den InterviewpartnerInnen) können somit als Resultat eines umfassenden Reflexionsprozesses der vorherrschenden sozialen, kulturellen, politischen, ökologischen und ökonomischen Strukturen interpretiert werden.
Die heutige Gesellschaft wird in der Soziologie unter anderem als Informationsgesellschaft, Konsumgesellschaft, Risikogesellschaft oder Wohlstandsgesellschaft bezeichnet, wobei alle diese Entwicklungen die Hinwendung zur veganen Lebensführung begünstigen können. Beispielsweise ermöglichen der Zugang zu Wissen und insbesondere zu Hintergrundinformationen zu Produktions- und Konsumweisen und der Informationsaustausch über Internet ein Hinterfragen und selbstständiges Beurteilen gegenwärtiger Entwicklungen. Lebensmittelskandale, steigendes Gesundheitsbewusstsein und wachsende KonsumentInnenaufklärung tragen ebenfalls dazu bei, dass Ernährungsgewohnheiten und -konventionen hinsichtlich des Konsums stärker hinterfragt werden und sich (vegane) Konsumalternativen etablieren. Der virtuelle oder persönliche Kontakt mit vegan lebenden Personen kann zudem das bisherige Weltbild erschüttern und für diese grundlegende Umstellung förderlich sein.

Veganismus kann weiters in Beziehung gesetzt werden mit soziologischen Theorien der Individualisierung, mit Becks Theorie der Risikogesellschaft (1986), mit Ritzers Theorie der McDonaldisierung der Gesellschaft (1997), mit Elias‘ Theorie über den Prozess der Zivilisation (1976) oder mit Simmels Theorie über die Mode (1986). An dieser Stelle ist bedauerlicherweise nicht genug Raum, um darüber zu diskutieren, jedoch sollen ein paar kurze Gedanken dazu festgehalten werden.
Postmoderne Individualisierungsprozesse gehen oftmals mit Erfahrungen von Entwurzelung und Isolation einher, weshalb neue Formen der Zugehörigkeit und Vergemeinschaftung gesucht werden (vgl. Hitzler 1998).
Insofern wir heute in einer Risikogesellschaft leben, könnte die Entscheidung, vegan zu leben, einen Versuch darstellen, mehr Kontrolle und Sicherheit im Leben zu gewinnen.

Vor dem Hintergrund der Globalisierung und dem von Ritzer postulierten Prozess der *McDonaldisierung*[146] der Welt, erscheint die Hinwendung zum Veganismus als Gegenbewegung, die sich der „Entmenschlichung" (Ritzer: 2006) und Standardisierung entgegenstellt und ein Zeichen für eine gerechte, mitfühlende und nachhaltige Zukunft für alle Lebewesen setzt.

Elias eröffnete eine historische Perspektive auf den Zivilisationsprozess und setzt dabei bei alltäglichen Praktiken im Horizont natürlicher Vorgänge von Nahrungsaufnahme und Ausscheidungsprozessen an mit dessen Wandel er gesellschaftlichen Wandel erklärt. Die Hinwendung zum Veganismus könnte aus dieser Perspektive als logischer Entwicklungsschritt im Prozess der Zivilisation gesehen werden (vgl. Wicks 2008: 299).

Simmels Theorie über die Mode zufolge suchen Menschen einerseits nach individuellem Ausdruck und gleichzeitig nach Zugehörigkeit – dieser Gegensatz vereint sich in der ständig wechselnden Mode. In diesem Fall würde sich Mode nicht nur auf Kleidung beziehen, sondern auch das Konsumverhalten generell berücksichtigen. Zwar ist in den Interviews davon die Rede, dass Veganismus derzeit ein Trend – also eine Mode – ist, allerdings wird auch argumentiert, dass es sich dabei möglicherweise um einen tiefergreifenden Wandel in der Gesellschaft handele.

Vegan zu leben könnte demnach mehrere heutige Bedürfnisse erfüllen. Auch wenn große Unterschiede in der Motivlage sowie in der Praxis von VeganerInnen bestehen – klar ist, dass es beim Veganismus um weitaus mehr geht als lediglich um eine Vorliebe bei der Wahl der Nahrung und soziologische Aspekte dabei eine zentrale Rolle spielen. Soziale Normen sind, wie sowohl in der Literatur als auch in den Interviews deutlich wird, auch beim Essen von großer Bedeutung und geraten oftmals mit einer veganen Lebensführung in Konflikt.

Angelehnt an Bourdieu komme ich in meiner Forschung über Veganismus zu dem Schluss, dass Essen bzw. Ernährung – oder allgemeiner Konsum – keine (rein) individuelle Entscheidung und Praxis ist, sondern stark von sozialen Konstrukten wie Normen, Traditionen und Kultur geprägt ist. Anders als Bourdieu jedoch, der konstatiert, dass die Klasse – in diesem Fall der soziale Hintergrund, die Sozialisation und die gesellschaftliche Position – den Geschmack und die Praxis bestimmt und determiniert, gehe ich aufgrund meiner Analyse davon aus, dass die Persönlichkeit und die Erfahrungen ebenso oder sogar stärker dazu beitragen. VeganerInnen sind der Beweis dafür, dass es möglich ist, den gesellschaftlich geprägten Konsumzwängen zu entkommen und eine eigene Konsumdefinition und Praxis zu entwickeln. Dabei bekommen diese Personen die vorherrschenden sozialen Normen oftmals voll zu spüren – meist in negativer Weise. In Zeiten der Individualisierung erlebt jedoch auch der Veganismus einen Aufschwung und eine neue Bedeutung.

[146] Laut Ritzer beruht die *McDonaldisierung* der Gesellschaft auf einem Rationalisierungsprozess – in der Tradition von Max Weber – der sich immer stärker durch sämtliche Lebensbereiche zieht.

Im Hinblick auf die Entscheidung sind es, so kann resümiert werden, meistens mehrere ineinander greifende Gründe und Motive die zu einer Umstellung der sozialisationsbedingten Gewohnheiten führen und mit einer umfassenden Bewusstseinsbildung einhergehen. Es gibt daher im Alltag, wie gezeigt wurde, verschiedene Ausprägungen des Veganismus, die auf diesen unterschiedlichen Zugängen und Beweggründen beruhen. Die Gestaltung der alltäglichen Lebensführung von Veganismus ist infolgedessen stark vom Individuum abhängig und von dessen subjektiver Deutung geprägt. Der Stellenwert des Veganismus im Leben geht bei den InterviewpartnerInnen über die Ernährung und den Konsum weit hinaus, denn VeganerInnen hinterfragen für gewöhnlich die Voraussetzungen und Folgen ihres Konsumverhaltens und ziehen daraus praktische Konsequenzen im Alltag. Das heißt, sie stellen einen Zusammenhang zwischen globalen, öffentlichen Problematiken (bspw. Massentierhaltung, Lebensmittelskandale, Ressourcenknappheit, Klimaerwärmung, Welthunger) und dem individuellen Konsumverhalten her und versuchen, durch ihre alternativen Konsumpraktiken einen als sinnvoll und notwendig erachteten Beitrag zu leisten und persönliche Verantwortung für Mensch, Tier und Umwelt zu übernehmen.

Das sicherlich überraschendste Ergebnis der vorliegenden Untersuchung war, dass sich die neuen VeganerInnen vielmehr innerhalb als von außerhalb abzugrenzen scheinen. Hierbei wäre es deshalb besonders interessant zu erfahren, wie sich ihre sozialen Beziehungen in einigen Jahren gestalten, das heißt, ob nach wie vor nach außen hin wenig Abgrenzung besteht oder ob sich das Verhältnis dahingehend verschiebt, dass sich die Personen verstärkt nach außen abgrenzen.
Spannend wäre, die GesprächspartnerInnen in einigen Jahren erneut zu interviewen, um zu untersuchen, ob und wie sich die subjektive Deutung des Veganismus sowie die Alltagspraxis verändert haben.
Eine weitere anschlussfähige Forschung wäre eine ethnographische Studie, bei der gezielt alltägliche Praktiken der VeganerInnen beobachtet werden oder die Dynamik bei veganen Events und Treffpunkten untersucht wird.
Weitere Untersuchungen könnten sich zudem im Speziellen auf vegane Familien oder auf Partnerschaften zwischen VeganerInnen und Omnivoren fokussieren.

In Bezug auf einen möglichen derzeitigen Trend oder eine neue Bedeutungszuschreibung des Veganismus werden zahlreiche Hinweise in den Interviews gefunden, von denen exemplarisch einige an dieser Stelle skizziert werden sollen.
So meint beispielsweise IP5: *„Also Trend ist es aktuell sicher auf jeden Fall aber das hängt auch mit dem zusammen weil ich glaube dass in unserem Umfeld besonders in Österreich dass da ein gewisser Wandel vom Bewusstsein über unseren Lebensstil stattfindet gerade, und das fallt mir schon auf dass viele wieder zurück zu den Wurzeln wollen irgendwie dass*

sie nicht mehr so viele Produkte und Lebensmittel haben wollen wo so viele verschiedene Sachen drinnen sind was sie gar nicht kennen".
IP9 ist sich „*sicher dass das nicht nur ein Trend ist, sondern dass sich der Trend irgendwo festigt*".
Auch IP1 denkt, dass mehr als ein Trend erwartet werden könnte: „*Aber ich glaube auch nicht dass es nur Trend ist, weil das ist zumindest die die das vollauf verstanden haben haben und ich glaube auch viele die das eigentlich zuerst wegen dem Trend machen beschäftigen sich dann näher damit weil dann ist einmal die Tür geöffnet […] vielleicht ist jetzt auch die Zeit reif geworden weil jetzt sind so so so Umweltfragen sind halt und solche Sachen sind jetzt auch so aktuell wie noch nie und es geht ja auch immer so schrittweise vor 20 Jahren war quasi der Bio-Boom und vegan ist für mich quasi das nächste große Ding und ist auch für mich irgendwie das das Nächste der nächste logische Schritt weil halt gerade so im im jungen urbanen Kreis ist halt dieses dieses nachhaltige Leben bewusster Leben sind halt sehr groß sehr große Sachen und ist das ist halt sehr wichtig*".

Der Experte äußert sich hierzu wie folgt: „*Es sind halt mehr jetzt [VeganerInnen, Anm. d. Verf.], weil sich die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen gebessert haben, und ich glaube also manche schreiben einen auch so sozusagen <Ja die sind ja alle nur weil es cool ist und so oder weil sie glauben es ist hipp> also das habe ich wirklich erst sehr selten erlebt also ich glaube die meisten die das versuchen erhoffen sich wirklich davon mehr Lebensqualität oder einen bewussteren Konsum und so richtige Trend-Veganer, die habe ich jetzt eigentlich noch nicht gesehen*".

Abschließen möchte ich diese Arbeit mit einigen von den interviewten VeganerInnen geäußerten Wünschen und Vorstellungen zur Zukunft des Veganismus:

> „*Was ich mir auch wünschen würde wenn wenn die Leute die die veganen Sportler mehr anerkennen würden […] zum Beispiel Leute wie der wie der Carl Lewis der weiß ich nicht Silber bei Olympia gewonnen hat oder so oder, oder es gibt Ironman Athleten der der Patrick Baboumian und und die ganzen Sachen oder so viele vegane Bodybuilder die es mittlerweile gibt, und, das finde ich ist noch nicht so in den Köpfen der Menschen angelangt […] weil ich denke mir dann auch die sehen da zum Beispiel den den Carl Lewis und sehen wie schnell der rennt und dann haben sie irgendwie im Hinterkopf aber das geht nur mit Fleisch weil sie es sonst halt gar nicht wissen dass der Veganer ist und wenn wenn die das wissen würden würden sie vielleicht auch einen anderen Blick haben*" (Interview 1).

„Ahm, ja dass sich der Mensch von Haus aus mehr Gedanken macht einfach was er tut nicht alles so ***selbstverständlich*** *sieht sondern darüber nachdenkt nicht einfach das von der Gesellschaft aufgedrängt wird das ist einfach so, sondern sich selbst Gedanken macht, so das Individuelle irgendwie, ‚mehr in Vorschein kommt' dass man selbst darüber nachdenkt was tue ich da eigentlich ist das eigentlich richtig jetzt nicht nur weil es 100 000 Leute machen sondern ist es* ***wirklich*** *richtig oder so und das ist irgendwie für mich auch ein bisschen Veganismus, weg von dem stupiden Alltag einfach ah wie ein Roboter herumgehen seine Arbeit machen wieder heimgehen sich ein Leberkäsesemmerl kaufen sondern wirklich bewusst einmal nachdenken was mache ich eigentlich allgemein so*" (Interview 2).

„Ich würde mir erhoffen dass es eine Wende ist" (Interview 3).

„Ich würde es mir wünschen also es wäre, es wäre mein starker Wunsch dass er [Sohn; Anm. d. Verf.] zumindest vegetarisch ist, und es wäre mein noch stärkerer Wunsch dass er vegan lebt aber, ah außer mit gutem Beispiel voranzugehen kann ich da nicht nicht viel tun sozusagen" (Interview 4).

„Meine Hoffnung wäre dass Fleisch essen immer mehr verpönt wird und dass Fleisch essen als primitiver angesehen wird und Fleisch das Essen der Armen sein wird und nicht so wie es sehr lange nach dem Krieg war das das Essen der reichen Leute, ja, also ich glaube dass es sich auf jeden Fall in eine positive Richtung bewegt ‚für das', und das das in das in einem Fleischland wie Österreich" (Interview 9).

„Dann glaube ich dass diese, das Interesse an der veganen Berichterstattung abnehmen wird relativ bald jetzt ist es halt noch neu und jetzt gibt es halt das erste vegane Restaurant das erste vegane Hotel den ersten veganen Weihnachtsmarkt blablabla aber irgendwann wird das so normal sein dass das jedem wurscht ist so wie heute Bio, insgesamt würde ich sagen ein sehr prägnantes Motto ist „Vegan ist das neue Bio" ich glaube dass also nicht alle werden vegan nicht alle werden vegetarisch nicht einmal ein Großteil, aber alle die Fleisch essen werden mehr vegan essen zum Beispiel heutzutage Bio niemand isst 100 Prozent Bio oder zumindest ganz wenige aber alle kaufen Bio wenn es billig ist und wenn es verfügbar ist und wenn es das gerade gibt, oder zumindest sehr viele und und so wird es in die Richtung wird es sich entwickeln, denke ich vegane Lebensmittel werden stärker verkauft Fleisch wird zurückgedrängt, aber es wird sicher nicht so sein dass also plötzlich alle Menschen vegetarisch leben (4) das ist meine Prognose, also, realistisch ist sie glaube ich aber jetzt auch nicht so überdrüber optimistisch" (Experte).

Anhang

Literaturverzeichnis

Adams, Carol J. 1990: The Sexual Politics of Meat: A Feminist-Vegetarian Critical Theory. New York: Continuum.

Adams, Carol J. 1995: Comment on George's 'Should Feminists be Vegetarians. In: Signs 22 (1), 221-241

Adams, Carol J. 1998: Eating Animals. In: Scapp, Ron/Seitz, Brian (Hg.): Eating Culture. Albany, NY: State University of New York Press.

Adams, Carol J. 2002 [1990]: Zum Verzehr bestimmt. Eine feministisch-vegetarische Theorie. Wien und Mülheim a. d. Ruhr: Guthmann-Peterson.

Adams, Carol J. 2008: Überleben unter Fleischessern: Tipps und Strategien für VegetarierInnen. Wien: Guthmann-Peterson.

Adams, Carol J. 2010: Why feminist-vegan now? In: Feminism & Psychology 20 (3), 302-317

Amato, Paul R./Partridge Sonia A. 1989: The New Vegetarians: Promoting Health and Protecting Life. New York, NY: Plenum Press.

Ammer, Elisabeth 2012: Veganthropology: eine anthropologische Untersuchung des Veganismus und seiner kulturellen und sozio-politischen Ausprägungen in Form von Konsumkritik, Wissenstransfer und Gestaltung von Lebensstilkonzepten. Wien. Masterarbeit.

Andorka, Rudolf 2001: Einführung in die soziologische Gesellschaftsanalyse. Ein Studienbuch zur ungarischen Gesellschaft im europäischen Vergleich. Opladen: Leske + Budrich, 415-439

Antiveganforum. Abrufbar unter: https://www.antiveganforum.com/forum/ (28.10.2014)

Barlösius, Eva 2011: Soziologie des Essens. Eine sozial- und kulturwissenschaftliche Einführung in die Ernährungsforschung. Weinheim: Juventa Verlag.

Baroni L./Cenci L./Tettamanti M./Berati M. 2007: Evaluating the environmental impact of various dietary patterns combined with different food production systems. In: European Journal of Clinical Nutrition 61 (2), 279-86

Bastian, Brock/Loughnan, Steve/Haslam, Nick/Radke, Helena R. M. 2012: Don't Mind Meat? The Denial of Mind to Animals Used for Human Consumption. In: Personality and Social Psychology Bulletin 38, 247-256

Beardsworth, Alan 1992: The vegetarian option: varieties, conversions, motives and careers. In: The Sociological Review 40 (2), 253-293

Beardsworth, Alan 2004a: Understanding Vegetarianism. A Sociological Perspective on the Abstension from Meat in the Contemporary West. In: Rassegna Italiana di Sociologia 45 (4), 543-569

Beardsworth, Alan/Bryman, Alan 1999: Meat consumption and vegetarianism among young adults in the UK An empirical study. In: British Food Journal 101 (4), 289-300

Beardsworth, Alan/Bryman, Alan 2004b: Meat Consumption and Meat Avoidance Among Young People An Eleven Year Longitudinal Study. In: British Food Journal 106 (4), 313-327

Beardsworth, Alan/Bryman, Alan/Keil, Teresa 2002: Women, men and food: The significance of gender for nutritional attitudes and choices. In: British Food Journal 104, 470-491

Beardsworth, Alan/Keil, Teresa 1991a: Health-related beliefs and dietary practices among vegetarians and vegans. A qualitative study. In: Health Education Journal 50 (1), 38-42

Beardsworth, Alan/Keil, Teresa 1991b: Vegetarianism, veganism and meat avoidance. Recent trends and findings. In: British Food Journal 93 (4), 19-24

Beardsworth, Alan/Keil, Teresa 1993: Contemporary vegetarianism in the UK - Challenge and incorporation. In: Appetite 20 (3), 229-234

Beardsworth, Alan/Keil, Teresa 1997: Sociology on the Menu: Invitation to the Study of Food and Society. London: Routledge.

Beck, Ulrich 1986: Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Becvar, Wolf Dieter/Radojicic, Nedeljko 2008: „How Vegan Are You?" Ein kultursoziologisches Portfolio der veganen Community im Wandel zwischen Konsumverweigerung und Lebensstilkonzepten. Wien. Magisterarbeit.

Belasco, Warren 2008: Food: The Key Concepts. Oxford: Berg Publishers.

Bentham, Jeremy 2000: Eine Einführung in die Prinzipien der Moral und Gesetzgebung. In: Linnemann, Manuela (Hg.): Brüder – Bestien – Automaten. Das Tier im abendländischen Denken. Erlangen: Harald Fischer, 134-135
Berger, Leonie 2004: Weder Fleisch noch Fisch. Vegetarier und Veganer. In: Thimm, Utz (Hg.): In aller Munde: Ernährung heute. Frankfurt am Main: Suhrkamp, 91-102
Berger, Peter L./Luckmann, Thomas 1969: Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit. Frankfurt am Main: Fischer.
Berndsen, M./Van der Pligt, J. 2001: Attitudes towards the consumption of meat. Unpublished raw data. University of Amsterdam, The Netherlands.
Berndsen, M./Van der Pligt, J. 2004: Ambivalence towards meat. In: Appetite 42 (1), 71-78
Bock, Caroline 2014: Nach Burnout. Vom Top-Manager zum Tofu-Verkäufer. In: Karriere Spiegel. 15.04.2014. Abrufbar unter: http://www.spiegel.de/karriere/berufsleben/burnout-daimler-manager-bredack-gruendet-veganen-supermarkt-a-964409.html (05. 09. 2014)
Bogner, Alexander/Littig, Beate/Menz,Wolfgang (Hg.) 2002: Das Experteninterview: Theorie, Methode, Anwendung. Opladen: Leske + Budrich.
Bosworth, Brendon 2013: Spreading the word: Communicating about veganism. Ann Arbor, MI, ProQuest. Masterarbeit.
Bourdieu, Pierre 1982: Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Boyle, Joseph E. 2008: Becoming vegetarian: An analysis of the vegetarian career using an integrated model of deviance. In: Dissertation Abstracts International, A: The Humanities and Social Sciences 68 (10), 4485
Boyle, Joseph E. 2011: Becoming vegetarian. The eating patterns and accounts of newly practicing vegetarians. In: Food and Foodways 19 (4), 314-333
Bratanova, Boyka/Loughnan, Steve/Bastian, Brock 2011: The effect of categorization as food on the perceived moral standing of animals. In: Appetite 57, 193-196
Breyvogel, Wilfried (Hg.) 2005: Eine Einführung in Jugendkulturen: Veganismus und Tattoos. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
Brillat-Savarin, Jean Anthelem 1994 [1826]: The Physiology of Taste, or Mediations on Transcendental Gastronomy. Transl. Mary Frances Kennedy Fisher. Wahsington, DC: Counterpoint.
Brooks, R./Kemm, J.R. 1979: Vegan diet and lifestyle. A preliminary study by postal questionnaire. In: Proceedings of the Nutrition Society 38 (1), 15A.
Brucker, Renate/Bujok, Melanie/Mütherich, Birgit/Seeliger, Martin/Thieme, Frank (Hg.) 2015: Das Mensch-Tier-Verhältnis. Eine sozialwissenschaftliche Einführung. Wiesbaden: Springer.
Brunner, Karl-Michael 2000: Soziologie der Ernährung und des Essens - die Formierung eines Forschungsfeldes. Soziologische Revue, Vol.23(2), Oldenbourg Wissenschaftsverlag, 173-184
Brunner, Karl-Michael 2006: Risiko Lebensmittel? Lebensmittelskandale und andere Verunsicherungsfaktoren als Motiv für Ernährungsumstellungen. Wien. Abrufbar unter: http://konsumwende.de/Dokumente/Risiko%20Lebensmittel.pdf (20.09.14)
Brunner, Karl-Michael 2008: Essenskulturen in sozialen Wandel. In: Engel, G. u. Scholz, S.: Essenskulturen. Berlin: Trafo.
Brunner, Karl-Michael 2011: Der Ernährungsalltag im Wandel und die Frage der Steuerung von Konsummustern. In: Ploeger, Angelika/Hirschfelder, Gunther/Schönberger, Gesa (Hrsg): Die Zukunft auf dem Tisch. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 203-218
Brunner, Karl-Michael et al. 2007: Ernährungsalltag im Wandel: Chancen für Nachhaltigkeit. Wien: Springer.
Bujok, Melanie 2007: Zur Verteidigung des tierlichen und menschlichen Individuums. Das Widerstandsrecht als legitimer und vernünftiger Vorbehalt des Individuums gegenüber dem Sozialen. In: Witt-Stahl, Susann (Hg.): Das steinerne Herz der Unendlichkeit erweichen. Beiträge zu einer kritischen Theorie für die Befreiung der Tiere. Aschaffenburg: Alibri, 310-343
Calkins, A. 1979: Observations on vegetarian dietary practice and social factors. The need for further research. In: Journal of the American Dietetic Association 74 (3), 353-355

Campbell, T. Colin/Campbell, Thomas M. 2011: China Study: Die wissenschaftliche Begründung für eine vegane Ernährungsweise. Systemische Medizin, 2. Auflage.
Carmichael, Richard 2002: Becoming Vegetarian and Vegan: Rhetoric, Ambivalence and Repression in Self-Narrative. Loughborough University. Doktorarbeit.
Cherry, Elizabeth 2006: Veganism as a Cultural Movement: A Relational Approach. Social Movement Studies 5 (2), 155-170
Cherry, Elizabeth 2015: I was a teenage vegan: Motivation and maintenance of lifestyle movements. In: Sociological Inquiry: 85 (1), 55-74
Chimaira – Arbeitskreis für Human-Animal Studies (Hrsg.) 2011: Human-Animal Studies. Über die gesellschaftliche Natur von Mensch-Tier-Verhältnissen. Bielefeld: Transcript Verlag.
Ciocchetti, Christopher 2011: Veganism and Living Well. In: Journal of Agricultural and Environmental Ethics 24, 1-13
Clements Kath 2008: Vegan. Über Ethik in der Ernährung und die Notwendigkeit eines Wandels. Göttingen: Echo Verlag, 6. aktualisierte und ergänzte Auflage.
Cohen, Stanley 2001: States of Denial: Knowing about Atrocities and Suffering. Cambridge: Polity Press.
Cole, Matthew/Morgan, Karen 2011a: Veganism contra speciesism: Beyond debate (Special Issue: Animals in Human Societies). In: The Brock Review 12 (1), 144-163
Cole, Matthew/Morgan, Karen 2011b: Vegaphobia: derogatory discourses of veganism and the reproduction of speciesism in UK national newspaper. In: British Journal of Sociology 61 (1), 134-153
Cole, Matthew/Stewart, Kate 2009: The conceptual separation of food and animals in childhood. In: Food, Culture & Society 12 (4), 457-476
Cole, Matthew 2011: From 'animal machines' to 'happy meat'? Foucault's ideas of disciplinary and pastoral power applied to 'animal-centred' welfare discourse. In: Animals 1 (1), 83-101
Cole, Matthew/Morgan, Karen 2009: "... a faddish, fanatical diet cult" Anti-vegan bias in UK newspaper. The Vegan. In: The magazine of the Vegan Society (2 Summer), 6-7
Coulter, Jeff 1989: Mind in Action, Cambridge: Polity Press.
Craig W. J./Mangels A. R. 2009: Position of the American Dietetic Association: vegetarian diets. In: Journal of the American Dietetic Association 109 (7), 1266-82
Diaz Carmona, Estela 2012: Profile of the Vegan Animal Rights Activist in Spain. In: Revista Espanola de Investigaciones Sociologicas 139, 175-187
Die grüne Revolution. Von Küche bis Kosmetik – der Vegan-Boom erobert immer mehr Lebensbereiche. In: Kurier. 30.03.2014. Abrufbar unter: http://kurier.at/lebensart/leben/die-gruene-revolution/58.230.718 (22.05.2014)
Diekmann, Andreas 2008: Empirische Sozialforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen. Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt ,19. Auflage.
Diezinger, Angelika 2008: Alltägliche Lebensführung: Die Eigenlogik alltäglichen Handelns. In: Becker, Ruth/Kortendiek, Beate (Hrsg.) 2008: Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung. Theorie, Methoden, Empirie. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 2., erweiterte und aktualisierte Auflage, 221- 226
Dunayer, Joan 2004: Speciesism. Derwood, Maryland: Ryee Publishing.
Dwyer, Johanna T./Mayer, Laura/Kandel, Randy F./Mayer, Jean 1973: The new vegetarians: Who are they? In: Journal of the American Dietetic Association 62, 503-509
Dwyer, Johanna T./Mayer, Laura/Dowd, Kathryn/Kandel, Randy F./Mayer, Jean 1974a: The New Vegetarians: The Natural High? In: Journal of the American Dietetic Association 65, 529-536
Dwyer, Johanna T./Mayer, Laura/Kandel, Randy F./Mayer, Jean 1974b: The "new" vegetarians. Group affiliation and dietary strictures related to attitudes and life style. In: Journal of the American Dietetic Association 64, 376-382
Dyett, Patricia A./Sabate, Joan/ Haddad, Ella/Rajaram, Sujatha/Shavlik, David 2013: Vegan lifestyle behaviors. An exploration of congruence with health-related beliefs and assessed health indices. In: Appetite 67, 119-124
Eberle, Ulrike et al. 2006: Ernährungswende. Eine Herausforderung für Politik, Unternehmen und Gesellschaft. München: Oekom Verlag.

Elias, Norbert 1976: Über den Prozeß der Zivilisation. Soziogenetische und psychogenetische Untersuchungen. Band 1: Wandlungen des Verhaltens in den weltlichen Oberschichten des Abendlandes, Band 2: Wandlungen der Gesellschaft: Entwurf zu einer Theorie der Zivilisation. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
Eurobarometer. Abrufbar unter: http://ec.europa.eu/food/animal/welfare/euro_barometer25_volA_en.pdf (04. 09. 2014)
Fiddes, Nick 1993: Fleisch. Symbol der Macht. Frankfurt am Main: Zweitausendeins.
Fischer, Michael 2007: Tiere als Rechtssubjekte: Vom Tierprozess zum Tierschutzgesetz. In: Witt-Stahl, Susann (Hg.): Das steinerne Herz der Unendlichkeit erweichen. Beiträge zu einer kritischen Theorie für die Befreiung der Tiere. Aschaffenburg: Alibri, 142-163
Fitzgerald, Amy J./Kalof, Linda /Dietz, Thomas 2009: Slaughterhouses and Increased Crime Rates: An Empirical Analysis of the Spillover From "The Jungle" into the Surrounding Area. In: Organization and Environment 22 (2), 158-184
Fleischatlas 2014: Daten und Fakten über Tiere als Nahrungsmittel. Abrufbar unter: http://www.bund.net/fileadmin/bundnet/publikationen/landwirtschaft/140108_bund_landwirtschaft_fleischatlas_2014.pdf, 1-52 (14.05.15)
Fleischatlas Österreich. Zurück zum Sonntagsbraten. Abrufbar unter: https://www.global2000.at/sites/global/files/import/content/fleisch/Sonntagsbraten_Hintergrundpapier4.pdf_me/Sonntagsbraten_Hintergrundpapier4.pdf (19.08.2015)
Flick, U./von Kardoff, E./Steinke, I. 2010: Was ist qualitative Forschung? Einleitung und Überblick. In: Flick, U./von Kardoff, E./Steinke, I. (Hrsg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 13-29
Food Ethics. Universität Wien. Abrufbar unter: http://foodethics.univie.ac.at/home/ (14.05.2015)
Fox, Nick/Ward, Katie 2008: Health, ethics and environment: A qualitative study of vegetarian motivations. In: Appetite 50, 422-429
Francione, Gary L. 2012: Animal Welfare, Happy Meat, and Veganism as the Moral Baseline. In: Kaplan, David M. (Ed.): The Philosophy of Food. Berkeley, CA, University of California Press: 169-189
Freegan. Abrufbar unter: http://www.freegan.at/ (12.08.2015)
Friedl, Daniela 2011: Mitleid unangebracht. Vegan leben in Österreich. Hamburg: tredition.
Friedman, Stanley 1975: On Vegetarianism. In: Journal of the American Psychoanalytic Association 23, 396-406
Friedrichs, Jürgen 1997: Die gewaltsame Legitimierung sozialer Normen. Das Beispiel der Tierrechtler/Veganer. In: Trotha, Trutz von (Hg.): Soziologie der Gewalt. In: Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie, Sonderheft 37. Opladen u.a.: Westdt. Verl., 327-354
Froschauer, Ulrike/Lueger, Manfred 2003: Das qualitative Interview. Wien: Facultas. WUV.
Fuchs-Heinritz, Werner/Lautmann, Rüdiger/Rammstedt, Otthein/Wienold, Hanns (Hrsg.) 2007: Lexikon zur Soziologie. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 4., grundlegend überarbeitete Auflage.
Future Food. Fleisch ohne Tierhaltung. Abrufbar unter: http://futurefood.org/index_de.php (14.05.2015)
George, Kathryn Paxton 1994a: Discrimination and Bias in the Vegan Ideal. In: Journal of Agricultural and Environmental Ethics 7 (1), 19-28
George, Kathryn Paxton 1994b: Should Feminists be Vegetarians? In: Signs 19 (2), 405-34
George, Kathryn Paxton 2000: Animal, Vegetable, or Woman? A Feminist Critique of Ethical Vegetarianism. Albany: State University of New York Press.
Grauel, Jonas 2013 : Gesundheit, Genuss und gutes Gewissen. Über Lebensmittelkonsum und Alltagsmoral. Bielefeld: transcript Verlag. Abrufbar unter: http://www.transcript-verlag.de/media/pdf/ef5cfeda445311ea160c9c8dd3d06818.pdf (13.10.2014)
Greenebaum, Jessica 2012a: Veganism, Identity and the Quest for Authenticity. In: Food, Culture & Society 15, 129-144
Greenebaum, Jessica 2012b: Managing Impressions: “Face-Saving” Strategies of Vegetarians and Vegans. In: Humanity and Society 36, 309-325
Grossman, Jeff 2004: Vegan with a vengeance. In: Psychology Today 37 (2), 16. Abrufbar unter: http://www.psychologytoday.com/articles/200404/vegan-vengeance (28.11.14)

Grube, Angela 2009: Vegane Lebensstile - diskutiert im Rahmen einer qualitativen/quantitativen Studie. Stuttgart: Ibidem Verlag. 3., überarbeitete Auflage.
Grube, Angela 2010: Vegane Biografien: Narrative Interviews und biografische Berichte von Veganern. Stuttgart: Ibidem Verlag. 2., überarbeitete Auflage.
Gruber, Manuela 2012: Ernährungsverhalten im Wandel. Die Zukunft is(s)t Vegetarisch. In: Epikur Journal (1). Abrufbar unter: http://www.epikur-journal.at (12.09.14)
Gruber, Manuela 2013: Die Zukunft is(s)t vegetarisch. Der Wandel von einer fleischdominierten Esskultur zu einer vegetarischen Ernährungsweise. Hamburg: Diplomica- Verlag.
GV Nachhaltig 2015. Abrufbar unter: http://www.gv-nachhaltig.at/start.html (03.09.2015)
Hacker, Herbert 2014: Vegan: Radikale Einstellung wird zum Mega-Trend. In: Falstaff. 01.06.2014. Abrufbar unter: http://www.falstaff.at/gourmetartikel/vegan-radikale-einstellung-wird-zum-mega-trend-8170.html (05. 09. 2014)
Hahn, Laura /Bruner, Michael 2010: Politics on Your Plate: Building and Burning Bridges across Organic, Vegetarian and Vegan Discourse. Paper presented at the annual meeting of the NCA 96th Annual Convention. Abrufbar unter: http://www.allacademic.com/meta/p420293_index.html (25.10.2014)
Harper, A. Breeze 2012: Going beyond the Normative White Post-Racial Vegan Epistemology. In: Counihan, Carole/Williams-Forson, Psyche (eds.): Taking Food Public: Redefining Foodways in a Changing World. New York, NY: Routledge, 155-175
Hellmann, Kai-Uwe 2010: Konsumsoziologie. In: Kneer, Georg/Schroer, Markus: Handbuch Spezielle Soziologien. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 179-195
Herrmann, Sebastian 2012: Psychologie und Ernährung. Warum Fleischesser Vegetarier anfeinden. In: Süddeutsche Zeitung. 03.02.2012. Abrufbar unter: http://www.sueddeutsche.de/wissen/psychologie-und-ernaehrung-warum-fleischesser-vegetarier-anfeinden-1.1274443
Herzog, Harold A. 2010: Some We Love, Some We Hate, Some We Eat: Why It's So Hard to Think Straight About Animals. New York, NY: Harper & Row.
Herzog, Harold A. 2012 [2010]: Wir streicheln und wir essen sie: Unser paradoxes Verhältnis zu Tieren. München: Hanser.
Hirschauer, Stefan 2004: Praktiken und ihre Körper. Über materielle Partizipanden des Tuns. In: Hörning, Karl/Reuter, Julia (Hg.): Doing Culture. Zum Begriff der Praxis in der gegenwärtigen soziologischen Theorie. Bielefield: Transkript, 73-91
Hitzler, Ronald 1998: Posttraditionale Vergemeinschaftung. Über neue Formen der Sozialbindung. In: Berliner Debatte Initial 9 (1) 81-89
Hitzler, Ronald/Pfadenhauer Michaela 1998: Eine posttraditionale Gemeinschaft. Integration und Distinktion in der Techno-Szene. In: Hillebrandt, Frank/Kneer, Georg/Kraemer, Klaus (Hg.): Verlust der Sicherheit? Opladen: Westdeutscher, 83-102
Hnat, Felix 2006: Agrarsubventionen in Österreich aus einer tierrechtlerischen Perspektive. Wien: Wirtschaftsuniversität. Masterarbeit.
Hnat, Felix 2013: Neueste IFES Studie bestätigt Veggie-Boom: 9% VegetarierInnen in Österreich! In: Apa Ots. 21. 08. 2013. Abrufbar unter: http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20130821_OTS0142/neueste-ifes-studie-bestaetigt-veggie-boom-9-vegetarierinnen-in-oesterreich (05. 09. 2014)
Hoffman, Sarah R./Stallingsa, Sarah F./Bessingera, Raymond C./Brooks, Gary T. 2013: Differences between health and ethical vegetarians: strength of conviction, nutrition knowledge, dietary restriction, and duration of adherence. Research report. In: Appetite 65, 139-144
Ifes Studie 2013: Verbreitung der vegetarischen Lebensweise. Abrufbar unter: http://archiv.veggie-planet.at/warumvegan/tierrechte/Veggie.pdf (07.09.2014)
Isifo: Alltägliche Lebensführung. Wenn der Alltag zur Arbeit wird. Abrufbar unter: http://www.arbeitenundleben.de/alf-start.htm (13.07.2015)
Jabs, Jennifer/Devine, Carol M./Sobal, Jeffery 1998: Maintaining Vegetarian Diets: Personal Factors, Social Networks, and Environmental Resources. In: Canadian Journal of Dietetic Practice and Research 59 (4), 183-9
Jacobsson, Kerstin/Lindblom, Jonas 2013: Emotion work in animal rights activism: A moral-sociological perspective. In: Acta Sociologica 56 (1), 55-68

Joy, Melanie 2010: Why We Love Dogs, Eat Pigs, and Wear Cows: An Introduction to Carnism: The Belief System That Enables Us to Eat Some Animals and Not Others. San Francisco: CA, Conar Press.
Joy, Melanie 2013 [2010]: Warum wir Hunde lieben, Schweine essen und Kühe anziehen. Karnismus – Eine Einführung. Münster: compassion media. 3. Auflage.
Kaplan, Helmut F. 1988: Philosophie des Vegetarismus: Kritische Würdigung und Weiterführung von Peter Singers Ansatz. Frankfurt am Main: Peter Lang.
Kaplan, Helmut F. 1989: Warum Vegetarier? Grundlagen einer universalen Ethik. Frankfurt am Main: Peter Lang.
Kaplan, Helmut F. 1991: Sind wir Kannibalen? : Fleischessen im Lichte des Gleichheitsprinzips. Frankfurt am Main: Peter Lang.
Kaplan, Helmut F. 1993: Leichenschmaus. Ethische Gründe für eine vegetarische Ernährung. Reinbek: Rowohlt.
Kaplan, Helmut F. 2003: Die Ethische Weltformel: Eine Moral für Menschen und Tiere. Neukirch: Vegi-Verlag.
Kaplan, Helmut F. 2007: Der Verrat des Menschen an den Tieren. Neukirch: Vegi-Verlag. 2. Auflage.
Kattinger, Anita 2014: Herr Professor Liessmann, dürfen wir Tiere essen? Philosoph Konrad Paul Liessmann antwortet jenen Tierschützern und Veganern, die universelle Rechte für Tiere verlangen. Analog zu den Menschenrechten. In: Kurier. 30.03.2014. Abrufbar unter: http://kurier.at/lebensart/genuss/herr-professor-liessmann-duerfen-wir-tiere-essen/57.926.473 (02.07.2014)
Kleinspehn, Thomas Soziologie.Konsumverhalten und Moral. In: Deutschlandfunk. 23.03.2014. Abrufbar unter: http://www.deutschlandfunk.de/soziologie-konsumverhalten-und-moral.700.de.html?dram%3Aarticle_id=280679 (05. 09. 2014)
Koerber, Karl W. von/Männle, Thomas/Leitzmann, Claus 2004: Vollwert-Ernährung: Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung. Stuttgart: Haug. 10., vollständig neu bearbeitete und erweiterte Auflage.
Koneswaran, Gowri/ Nierenberg, Danielle 2008: Commentary: Global Farm Animal Production and Global Warming: Impacting and Mitigating Climate Change. In: Environmental Health Perspectives 116 (5), 578 – 582
Kopp, Johannes/Schäfers, Bernhard (Hrsg.) 2010: Grundbegriffe der Soziologie. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 10. Auflage.
Korte, Hermann/Schäfers, Bernhard (Hrsg.) 2008: Einführung in die Hauptbegriffe der Soziologie. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 7., grundlegend überarbeitete Auflage.
Kröll, Friedhelm 2014: Soziologie. Im Labyrinth der Modelle. Eine Orientierung. Wien: New Academic Press.
Kwan, Samantha /Neal, Rachael 2005: Doing Vegetarianism: Counter-Hegemonic Discourses and Pathways to Meat Avoidance. Paper presented at the annual meeting of the American Sociological Association. Abrufbar unter: http://www.allacademic.com/meta/p20655_index.html (11.06.2015)
Kwan, Samantha 2003: Consuming the Other: Ethnic Food, Identity Work, and the Appropriate of the Authentic Self. Paper presented at the 2003 Annual Meetings of the American Sociological Association. Abrufbar unter: http://www.allacademic.com/meta/p108203_index.html (11.06.2015)
Larsson, C. L./Rönnlund, U./Johansson, G./Dahlgren, L. 2003: Veganism as status passage: The process of becoming a vegan among youths in Sweden. In: Appetite 41, 61-67
Lau, Peter 2013: Das kleine ABC des Veganismus. In: brand eins (10), 122. Abrufbar unter: http://www.brandeins.de/archiv/2013/normal/das-kleine-abc-des-veganismus.html (04.07.14)
Leitzmann, Claus 2001: Vegetarismus. Grundlagen, Vorteile, Risiken. München: Verlag C. H. Beck, oHG.
Leitzmann, Claus/Keller, Markus/Hahn, Andreas 2005: Alternative Ernährungsformen. Stuttgart: Hippokrates Verlag, 2., überarbeitete Auflage.
Leneman, Leah 1999: No animal food: The road to veganism in Britain, 1909-1944. In: Society and Animals 7 (3), 219-228

Liessmann, Konrad Paul (Hrsg.) 2013: Tiere. Der Mensch und seine Natur. Wien: Paul Zsolnay Verlag.
Lindeman, Marjaana 2001: Food choice ideologies: the modern manifestations of normative and humanist views of the world. In: Appetite 37 (3), 175-184
Loeper, Eisenhardt von 2007: Tierrechte. Entwicklungsdynamik und in der Praxis entschiedene Konflikte. In: Interdisziplinäre Arbeitsgemeinschaft Tierethik (Hg.): Tierrechte. Eine interdisziplinäre Herausforderung. Erlangen: Harald Fischer.
Loughnan, Steve/Bastian, Brock/Haslam, Nick 2014: The Psychology of Eating Animals. Current Directions in Psychological Science 23 (2), 104-108
Loughnan, Steve/Haslam, Nick/Bastian, Brock 2010: The role of meat consumption in the denial of moral status and mind to meat animals. In: Appetite 55, 156-159
MacNair, Rachel M.: Bibliography on the Psychology and Sociology of Becoming or Remaining Vegetarian and/or Vegan. Abrufbar unter: http://www.rachelmacnair.com/
MacNair, Rachel M. 1998: The psychology of becoming a vegetarian. In: Vegetarian Nutrition: An International Journal 2, 96-102
MacNair, Rachel M. 2001: Commentary: McDonald's "Empirical Look at Becoming Vegan." In: Society and Animals 9, 63-69
Mannheim, Karl 1985: Ideology and Utopia: An Introduction to the Sociology of Knowledge. San Diego: Harcourt, Inc.,192-3
Marcus, Erik 2001: Vegan. The New Ethics of Eating. Ithaca, NY: McBooks Press.
Mayring, P. 2002: Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken. Weinheim und Basel: Beltz, 5., überarbeitete und neu ausgestattete Auflage.
Mayring, Philipp 2000: Qualitative Inhaltsanalyse. In: Forum Qualitative Sozialforschung/Forum: Qualitative Social Research, 1 (2), Art. 20. Abrufbar unter: http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/1089/2383 (22.08.14)
Mayring, Philipp 2007: Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. Weinheim: Beltz, 9. Auflage.
McDonald, Barbara 2000: Once you know something, you can't not know it: An empirical look at becoming vegan. In: Society and Animals 8, 1-23
McMcMichael, Anthony J./Powles, John W./Butler, Colin D./Uauy, Ricardo 2007: Food, livestock production, energy, climate change, and health. In: The Lancet 370 (9594), 1253 – 1263
McPherson, Tristram 2013: A Case for Ethical Veganism. Intuitive and methodological considerations. In: Journal of Moral Philosophy 10, 1-27
Mellinger, Nan 2000: Fleisch. Ursprung und Wandel einer Lust. Eine kulturanthropologische Studie, Frankfurt am Main u.a.: Campus Verlag.
Mendes, Elisabeth 2013: An Application of the Transtheoretical Model to Becoming Vegan. In: Social Work in Public Health 28 (2), 142-149
Menzies, Ken/Sheeshka, Judy 2012: The Process of Exiting Vegetarianism: An Exploratory Study. In: Canadian Journal of Dietetic Practice and Research 73 (4), 163-168
Meuser, Michael/ Nagel, Ulrike 2009: Das Experteninterview. Konzeptionelle Grundlagen und methodische Anlage. In: Pickel, Susanne/Pickel, Gert/Lauth, Hans-Joachim/Jahn, Detlef (Hg.): Methoden der vergleichenden Politik- und Sozialwissenschaft. Neue Entwicklungen und Anwendungen. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 1. Auflage, 465-480
Ministerium für ein lebenswertes Österreich: Österreichischer Fußabdruck-Rechner. Abrufbar unter: http://www.mein-fussabdruck.at/ (20.09.2015)
Minson, Julia A. /Monin, Benoit 2012: Do-Gooder Derogation: Disparaging Morally Motivated Minorities to Defuse Anticipated Reproach. In: Social Psychological and Personality Science 3 (2), 200-207
Munro, Lyle 2012: The Animal Rights Movement in Theory and Practice: A Review of the Sociological Literature. In: Sociology Compass 6 (2), 166-181
Muniz, Albert M. Jr./O'Guinn, Thomas C. 2001: Brand Community. In: Journal of Consumer Research 27, 412-532
Münch, P./Walz, R. (Hg.) 1998: Tiere und Menschen. Geschichte und Aktualität eines prekären Verhältnisses. Paderborn u.a.: Schöningh.

Mütherich, Birgit 2000: Die Problematik der Mensch-Tier-Beziehung in der Soziologie. Weber, Marx und die Frankfurter Schule. Münster: Lit Verlag.
Mütherich, Birgit 2003a: Das Fremde und das Eigene. Gesellschaftspolitische Aspekte der Mensch-Tier-Beziehung. In: Brenner, Andreas (Hg.): Tiere beschreiben, Erlangen: Fischer, 16–42
Mütherich, Birgit 2003b: Die soziale Konstruktion des Anderen - zur soziologischen Frage nach dem Tier. In: BDS-Berufsverband Deutscher Soziologinnen und Soziologen (Hrsg.): PraxisSoziologie: Zwischen angewandter Sozialforschung und neuen Organisationskulturen. Dokumentations-CD zur XII. Tagung für angewandte Soziologie des Berufsverbandes Deutscher Soziologinnen und Soziologen in Dortmund, 4.–6. April 2003. CD-ROM. Recklinghausen.
Mütherich, Birgit 2005: Soziologische Aspekte des Speziesismus. In: Ach, Johann S. / Stephany, Martina (Hg.): Die Frage nach dem Tier. Interdisziplinäre Perspektiven auf das Mensch-Tier-Verhältnis, Münster: Lit Verlag, 75–94
Mütherich, Birgit 2014: Die soziale Konstruktion des Anderen. Zur soziologischen Frage nach dem Tier. Abrufbar unter: http://www.vegan.at/inhalt/die-soziale-konstruktion-des-anderen (10.09.2015)
Navarro, Marilisa C. 2011: Decolonizing our plates: Analyzing San Diego and vegans of color food politics. Ann Arbor, MI, ProQuest. Masterarbeit.
Neckel, Sighard/Miji'c, Ana/von Scheve, Christian/Titton, Monica (Hg.) 2010: Sternstunden der Soziologie. Wegweisende Theoriemodelle des soziologischen Denkens. Frankfurt am Main: Campus Verlag.
Nibert, David 2002: Animal Rights/Human Rights. Entanglements of Oppression and Liberation. Lanham, MD: Rowman & Littlefield Publishers.
Otterstedt, Carola/Rosenberger, Michael (Hg.) 2009: Gefährten, Konkurrenten, Verwandte. Die Mensch-Tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
Pfadenhauer, Michaela 2013: Konsumtive Sozialität. In: Journal of New Frontiers in Spatial Concepts 5, 99-102
Pfau-Effinger, Birgit/Buschka, Sonja (Hrsg.) 2013: Gesellschaft und Tiere. Soziologische Analysen eines ambivalenten Verhältnisses. Wiesbaden: Springer VS.
Piazza, J./Ruby, M.B./Loughnan, S./Luong, M./Kulik, J./Watkins, H.M./ Seigerman, M. 2015: Rationalizing meat consumption. The 4Ns. In: Appetite 91, 114-128
Pickel, Susanne/Pickel, Gert/Lauth, Hans-Joachim/Jahn, Detlef (Hg.) 2009: Methoden der vergleichenden Politik- und Sozialwissenschaft. Neue Entwicklungen und Anwendungen. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 1. Auflage.
Plessner, Helmuth 1981: Die Stufen des Organischen und der Mensch. Gesammelte Schriften, Bd. IV. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Pollan, M. 2006: The Omnivore's Dilemma. New York, NY: The Penguin Press.
Potts, Annie/Parry, Jovian 2010: Vegan Sexuality: Challenging Heteronormative Masculinity through Meat-free Sex. In: Feminism & Psychology 20 (1), 53-72
Preece, Rod 2008: Sins of the Flesh: A History of Ethical Vegetarian Thought. Vancouver, B.C., University of British: Columbia Press.
Pressekompass: Vegane Ernährung - moralisch, aber ungesund? In: Spiegel Online. 07.09.2014. Abrufbar unter: http://www.spiegel.de/gesundheit/ernaehrung/pressekompass-vegane-ernaehrung-a-990281.html (05. 09. 2014)
Pries, Ludger 2013: Zusammenhalt durch Vielfalt? Bindungskräfte der Vergesellschaftung im 21. Jahrhundert. Wiesbaden: Springer.
Pudel, V. 2007: Anmerkungen zur Ernährungspsychologie. In: Ernährung – Wissenschaft und Praxis 4. Göttingen: Springer Gesundheits- und Pharmazieverlag, 162-166
Rappoport, L./Peters, G. R./Downey, R./McCann, T. 1993: Gender and age differences in food cognition. In: Appetite 20, 33–52
Regan, Tom 1983: The Case for Animal Rights. Berkeley, CA: University of California Press.
Reitmeier, Simon 2013: Warum wir mögen, was wir essen: eine Studie zur Sozialisation der Ernährung. Bielefeld: Transcript.

Richardson, N. J./Shepherd, R./Elliman, N. A. 1993: Current attitudes and future influences on meat consumption in the UK. In: Appetite 21, 41–51
Richter 2012: Verstehende Soziologie. Wien: Facultas.
Rinas, Bernd-Udo 2000. (Art)gerecht ist nur die Freiheit. Geschichte, Theorie und Hintergründe der veganen Bewegung. Giessen: Focus Verlag.
Rinas, Bernd-Udo 2012: Veganismus. Ein postmoderner Anarchismus bei Jugendlichen?. Archiv der Jugendkulturen. Berlin: Verlag KG.
Ritzer, George 2006 [1997]: Die McDonaldisierung der Gesellschaft. Konstanz: UVK/UTB. 4., völlig neue Auflage.
Rosenthal Gabriele 2014: Interpretative Sozialforschung. Eine Einführung. Weinheim u.a.: Beltz Juventa, 4. Auflage.
Rothgerber, H. 2013: Real men don't eat (vegetable) quiche. Masculinity and the justification of meat consumption. In: Psychology of Men & Masculinity 14, 363–375
Rozin, P./Hormes, J. M./Faith, M. S./Wansink, B. 2012: Is meat male? A multimethod framework to establish metaphoric or symbolic relationships. In: Journal of Consumer Research 39, 629–643
Rozin, P./Markwith, M./Stoess, C. 1997: Moralization and becoming a vegetarian: The transformation of preferences into values and the recruitment of disgust. In: Psychological Science 8, 67-73
Ruby, Matthew B. 2012: Vegetarianism. A blossoming field of study. In: Appetite 58, 141–150
Ruby, Matthew B./Heine, Steven J./Kamble, Shanmukh/Cheng, Tessa K./ Waddar, Mahadevi 2013: Compassion and contamination: Cultural differences in vegetarianism. In: Appetite 71, 340-348
Ruby, Matthew B./Heine, Steven 2011: Meat, morals, and masculinity. In: Appetite 56 (2), 447-450
Ruby, Matthew B./Heine, Steven 2012: Too close to home. Factors predicting meat avoidance. In: Appetite 59, 47-52
Rückert-John, J./John, R. 2009: Essen macht Geschlecht. Zur Reproduktion der Geschlechterdifferenz durch kulinarische Praxen. In: Ernährung im Fokus, 9 (5), 174-179
Rützler, Hanni 2005: Was essen wir morgen? 13 Food Trends der Zukunft. Wien: Springer.
Rützler, Hanni/Reiter, Wolfgang 2010: Food Change. 7 Leitideen für eine neue Esskultur. Wien: Krenn.
Sacks, Harvey 1984: On Doing 'Being Ordinary'. In: Atkinson, John, M./Heritage, John (Hg.): Structures of Social Action, Cambridge, New York: Cambridge University Press, 413-429
Schernthaner, Angelika 2012: Veganismus als Lebenskonzept. Innsbruck. Diplomarbeit.
Schiekiera, Kirsten 2013: Vegane Küche. Die neue Lust am Verzicht. In: Manager Magazin. 05.11.2013. Abrufbar unter: http://www.manager-magazin.de/lifestyle/genuss/vegan-kochen-der-trend-wird-mainstream-a-929064.html (05. 09. 2014)
Schlatzer, Martin 2011: Tierproduktion und Klimawandel. Ein wissenschaftlicher Diskurs zum Einfluss der Ernährung auf Umwelt und Klima. Wien: Lit Verlag.
Schleinzer, Philip 2012: Veganismus unter besonderer Berücksichtigung des Lebensstilkonzeptes und der Tierrechtsbewegung. Eine qualitative Untersuchung. Wien. Diplomarbeit.
Schmidinger, Kurt 2012: Worldwide Alternatives to Animal Derived Foods – Overview and Evaluation Models-Solutions to Global Problems caused by Livestock. Wien. Dissertation.
Schreier, Margrit 2014: Varianten qualitativer Inhaltsanalyse: Ein Wegweiser im Dickicht der Begrifflichkeiten. In: Forum Qualitative Sozialforschung /Forum: Qualitative Social Research, 15 (1), Art. 18. Abrufbar unter: http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/2043/3635 (10.08.2014)
Schwarz, Thomas 2005: Veganismus und das Recht der Tiere. Historische und theoretische Grundlagen sowie ausgewählte Fallstudien mit Tierrechtlern bzw. Veganer aus musikorientierten Jugendszenen. In: Breyvogel, Wilfried (Hrsg.): Einführung in Jugendkulturen, Veganismus und Tattoos, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 69–157
Schwarz, Thomas 2010: Veganer. In: Hitzler, Ronald /Niederbacher, Arne (Hg.): Leben in Szenen. Formen juveniler Vergemeinschaftung heute. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, Springer Fachmedien, 3. vollständig überarbeitete Auflage, 170-176

Schweizerische Vereinigung für Vegetarismus 2010: Klimaschutz durch verantwortungsbewusste Ernährung. Abrufbar unter: http://www.vegetarismus.ch/klimaschutz/ (04.09.2015)
Sebastian, Marcel 2012 [2011]: Conference Review. Eating Meat. The Social Relationship of Humans and Animals and the Meaning of Meat. Conference Organized by the Group for Society and Animals Studies at the University of Hamburg, July 2011. In: Journal for Critical Animal Studies 10 (1), 160-162. Abrufbar unter: http://www.wiso.uni-hamburg.de/projekte/animals-and-society/projekte/tagung-fleisch-essen/tagungsbericht/ (20.09.2015)
Setzwein, Monika 2002: Sex & Food & Hierarchy. Überlegungen zum Zusammenhang von Ernährung, symbolischer Geschlechterordnung und sexueller Ideologie. In: Jahn, I./Voigt, U. (Hrsg.): Essen mit Leib und Seele. Bremen: Edition Temmen, 75-98
Setzwein, Monika 2004: Ernährung - Körper - Geschlecht. Zur sozialen Konstruktion von Geschlecht im kulinarischen Kontext. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. Dissertation.
Shame on Austria. Political prosecution of activists. Abrufbar unter: http://www.shameonaustria.org/ (03. 09. 2015)
Simmel, Georg 1986: Die Mode. In: Bovenschen, Silvia (Hrsg.): Die Listen der Mode. Frankfurt am Main: Suhrkamp, 179-208.
Singer, Peter 1975: Animal Liberation: A New Ethics for Our Treatment of Animals. New York: Avon Books.
Skriver, Carl Anders 1960: Die Regel der Nazoräer im zwanzigsten Jahrhundert. Berlin: Ansgar Skriver.
Sneijder, Petra /te Molder, H. 2009: Normalizing ideological food choice and eating practices. Identity work in online discussions on veganism. In: Appetite 52, 621-630
Sneijder, Petra 2005: Moral logic and logical morality. Attributions of responsibility and blame in online discourse on veganism. In: Discourse & Society 16 (5), 675-696
Sneijder, Petra/Te Molder, Hedwig 2004: Health should not have to be the problem: Talking Health and Accountability in an Internet Forum on Veganism. In: Journal of Health Psychology 9, 599-616
Spiekermann, U. 2002: Das Deftige für den Mann, das Leichte für die Frau? Über den Zusammenhang von Ernährung und Geschlecht im 20. Jahrhundert. In: Jahn, I./Voigt, U. (Hrsg.): Essen mit Leib und Seele. Bremen: Edition Temmen, 51-74
Sprondel, Walter M. 1986: Cultural Modernization by Cultural Protest: The Case of Lebensreform Vegetarians. In: Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie 38, 314-330
Statistik Austria 2015: Versorgungsbilanzen für den tierischen Sektor. Abrufbar unter: http://www.statistik.at/web_de/statistiken/wirtschaft/land_und_forstwirtschaft/preise_bilanzen/versorgungsbilanzen/index.html#index2 (04.08.2015)
Steinfeld, Henning 2006: Livestock's Long Shadow. Environmental Issues and Options. Rome: FAO. Abrufbar unter: ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/010/a0701e/a0701e.pdf (05.09. 2015)
Taureck, Bernhard H.F. 2015: Manifest des veganen Humanismus. Paderborn: Wilhelm Fink.
Taylor, Sunaura 2013: Vegans, Freaks, and Animals. Toward a New Table Fellowship. In: American Quarterly 65 (3), 757-764
Theuer, Eberhart/Lengauer, Erwin 2011: Forschungsprojekt zur Frage der Einschränkung zivilgesellschaftlichen Engagements durch Organisationsstraftatbestände am Beispiel des Tierschützer-Prozesses in Wiener Neustadt. Abrufbar unter: http://fewd.univie.ac.at/forschungsprojekt-theuer-lengauer-tierschuetzerprozess// (07.08.15)
The Vegan Society. History. Abrufbar unter: http://www.vegansociety.com/society/history (02.08.2015)
Twigg, Julia 1979: Food for thought: Purity and vegetarianism. In: Religion 9, 13-35
Twigg, Julia 1983: Vegetarianism and the meanings of meat. In: Murcott, Anne (ed.): Sociology of Food and Eating: Essays on the Sociological Significance of Food. Aldershot: Gower: 18-30
Urteil: Sind Affen auch nur Menschen? Ein New Yorker Gericht spricht zwei Schimpansen das Recht auf persönliche Freiheit zu. In: Kurier, 22.04.2015. Abrufbar unter:

http://kurier.at/politik/weltchronik/historisches-urteil-zu-tierrechten-in-den-usa-affen-mit-persoenlicher-freiheit/126.516.025 (22.09.2015)
Veblen, Thorstein 2011 [1899]: Der demonstrative Konsum. In: Ders., Theorie der feinen Leute. Eine ökonomische Untersuchung der Institutionen. Frankfurt am Main: Fischer, 2. Auflage, 79 – 107
Vegane Gesellschaft Österreich: Tierrechtskongress 2014: Wien.
Vegane Gesellschaft Österreich: Vegan Gender. 29.04.2014. Abrufbar unter: http://neu.vegan.at/content/vegan-gender (09.09.2014)
Veganer fühlen sich schikaniert. Fleisch- und tierproduktfreie Ernährung wird laut Umfragen als Provokation erlebt. In: Der Standard. 17.09.2014. Abrufbar unter: http://derstandard.at/2000005693036/Veganer-werden-schikaniert (22.09.2014)
Veganes Informationsportal. Abrufbar unter: http://www.vegan.eu/ (22.09.2015)
Vegan Research Panel: Vegan Statistics. Abrufbar unter: http://www.imaner.net/panel/statistics.htm (06. 09. 2014)
Vegucation. Abrufbar unter: http://vegucation.eu/de/ (03.09.2015)
Visak, Tatjana 2006: How animal friendly should our agricultural practice become? A moral anti-realist argumentation for veganism. In: Kaiser, Matthias (ed.). Ethics and the Politics of Food. Wageningen: Wageningen Academic Publishers, 301-305
Von Taube, Annika 2013: Veganismus – Ethik oder Dogma? In: Zeit Online. 22.10.2013. Abrufbar unter: http://www.zeit.de/kultur/2013-10/leseraufruf-themenwoche-veganismus (05. 09. 2014)
Voß, Gerd-Günter 1991: Lebensführung als Arbeit. Über die Autonomie der Person im Alltag der Gesellschaft. Stuttgart: Ferdinand Enke Verlag.
Walker, Polly/Rhubart-Berg, Pamela/McKenzie, Shawn/Kelling, Kristin/Lawrence, Robert S. 2005: Public health implications of meat production and consumption. In: Public Health Nutrition 8 (4), 348 – 356
Warkentin, Traci 2012: Must Every Animal Studies Scholar Be Vegan? In: Hypatia 27 (3), 499-504
Wayne, Katherine 2013: Permissible Use and Interdependence: Against Principled Veganism. In: Journal of Applied Philosophy 30 (2), 160-175
Weick, Sabine 2013: Jung, männlich, vegan. Warum junge Männer zu Veganern werden. Eine essbiografische Fallstudie. Stuttgart: Ibidem Verlag. Masterarbeit.
West, Candace/Zimmerman, Don H. 1987: Doing Gender. In: Gender & Society 1, 125-151
Wicks, Deidre 2008: Humans, Food and Other Animals: The Vegetarian Option. In: Germov, John/Williams, Lauren (Hg.): A Sociology of Food and Nutrition. The Social Appetite. Oxford: Oxford University Press, 3. Auflage, 281-306
Wiedenmann, R. E. 2002: Die Tiere der Gesellschaft. Studien zur Soziologie und Semantik von Mensch-Tier-Beziehungen. Konstanz: UVK.
Wiedenmann, Rainer E. 2009: Tiere, Moral und Gesellschaft. Elemente und Ebenen humanimalischer Sozialität. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
Wie vegan bist Du? – eine Auseinandersetzung mit dem Begriff Veganismus. 02.08. 2014. Abrufbar unter: http://www.vegan-news.de/wie-vegan-bist-du-eine-auseinandersetzung-mit-dem-begriff-veganismus/ (06. 09. 2014)
Wie viele Menschen leben vegetarisch oder vegan? Abrufbar unter: http://archiv.veggie-planet.at/wieviele/ (06. 09. 2014)
Witt-Stahl, Susann 2007: Das steinerne Herz der Unendlichkeit erweichen. Beiträge zu einer kritischen Theorie für die Befreiung der Tiere. Aschaffenburg: Alibri.
Witzel, Andreas 2000: Das problemzentrierte Interview. In: Forum Qualitative Sozialforschung /Forum: Qualitative Social Research 1 (1), Art. 22. Abrufbar unter: http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/%201132/2519 (10.08.2014)
Witzel, Andreas/Reiter, Herwig 2012: The problem-centred interview. Principles and Practice. London u.a.: SAGE Publ.
Wrenn, Corey Lee 2013: A Critique of Single-issue Campaigning and the Importance of Comprehensive Abolitionist Vegan Advocacy. In: Food, Culture and Society 16 (4), 651-668
WWF 2012: Klimawandel auf dem Teller. Abrufbar unter: http://www.wwf.de/fileadmin/fm-wwf/Publikationen-PDF/Klimawandel_auf_dem_Teller.pdf (19.03.2015)

Yeh, Hsin-Yi 2013: Boundaries, Entities, and Modern Vegetarianism: Examining the Emergence of the First Vegetarian Organization. In: Qualitative Inquiry 19, 298-309
York, Richard 2004: Humanity and inhumanity - Toward a sociology of the slaughterhouse. In: Organization and Environment 17 (2), 260-265
Zamir, Tzachi 2004: Veganism. Journal of Social Philosophy 35 (3), 367-379

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Balluch‘sches Trägheitsmodell 1

Abbildung 2: Balluch‘sches Trägheitsmodell 2

Abbildung 3: Balluch‘sches Trägheitsmodell 3

Abbildung 4: Balluch‘sches Trägheitsmodell 4

InterviewpartnerInnen für Masterarbeit gesucht

Ich bin Studentin am Institut für Soziologie an der Universität Wien und arbeite gerade an meiner Masterarbeit zum Thema **Veganismus**.
Mein Interesse richtet sich auf den **Entscheidungsprozess für eine vegane Lebensweise und die damit verbundenen Erfahrungen und Sichtweisen der interviewten Personen**.
Dazu suche ich InterviewpartnerInnen, die bereit sind, mit mir über ihre Geschichte der Entscheidungsfindung zu sprechen. Einzige Voraussetzung ist, dass du seit maximal zwei Jahren vegan lebst und dich selbst als VeganerIn bezeichnest.

Ich bin mir darüber im Klaren, dass mein gewähltes Thema einem oftmals emotional stark aufgeladenem ideologischen „Kampf" entspringt, bei dem sich zwei soziale Gruppen gegeneinander „aufhetzen" und möchte daher betonen, dass es mir hierbei nicht um eine Bewertung der jeweiligen Lebensweisen geht, sondern vielmehr um relevante Personen/Institutionen/Organisationen, die in der Phase der Entscheidung und Umsetzung eine zentrale Rolle spielen.

Die Interviews werden in etwa eine Stunde dauern. Selbstverständlich werde ich deine Daten mit Diskretion behandeln und diese anonymisieren.
Bezüglich Ort und Zeit der Interviews richte ich mich ganz nach deinen Wünschen.

Ich bitte daher interessierte VeganerInnen sich mit mir in Verbindung zu setzen:
Sarah Wohlfarter, e-mail: sarahwohlfarter@hotmail.com
Gerne auch telefonisch unter: 0660 21 620 33

Wenn du selbst nicht in Frage kommst, aber VeganerInnen kennst, bitte ich dich diese zu informieren.

Besten Dank im Voraus!
Sarah Wohlfarter

INTERVIEWLEITFADEN

Befragte/r: Datum:

Gesprächseinstieg: Wiederholung Kontaktaufnahme, Tonbandaufnahme (Begründung, Materialverwendung), Rahmenbedingungen (Dauer, Vorgangsweise), Rückfragen

Frau/Herr …vielen Dank erst einmal, dass du dir für dieses Gespräch Zeit genommen hast. Damit ich mich ganz auf das Gespräch konzentrieren kann, würde ich es gerne aufzeichnen. Ist das in Ordnung?
Wie bereits besprochen, untersuche ich im Rahmen meiner Masterarbeit im Soziologiestudium das Thema „Veganismus". Insbesondere interessieren mich der Entscheidungsprozess für eine vegane Lebensweise und der Alltag von VeganerInnen. Ich werde dir erst einmal nur zuhören und mir einige Notizen machen um später zu bestimmten Aspekten nachzufragen. Im Laufe des Interviews werde ich deine Aussagen immer wieder zusammenfassen. Damit will ich sicher gehen, dass ich auch wirklich alles richtig verstanden habe. Bitte mache mich darauf aufmerksam, falls ich etwas wiedergebe, was du nicht so gemeint hast.
Alles, was du mir erzählst, werde ich anonym behandeln und ich werde deine Daten und die anderer Personen selbstverständlich auch nicht weitergeben.

Hast du noch Fragen bzw. ist dir noch etwas unklar?

Kurzfragebogen:

Alter:

Wohnort:

Familienstand:

Höchste abgeschlossene Schulbildung:

Beruf/Ausbildung:

Seit wann vegan:

Hauptgespräch: narrative Einstiegsfrage, gesprächsimmanentes Nachfragen (Klärungen, Vertiefungen), Ergänzungsfragen, Ergänzungen durch befragte Person

- **Erzähle mir bitte wie es dazu kam, dass du vegan geworden bist.**

  AF: Wie ist es dazu gekommen dass du VeganerIn bist?

Themenbereich Entscheidung

- Zu welchem Zeitpunkt wurde die Entscheidung getroffen?
- Mit welchen Ereignissen war die Entscheidung verknüpft?
- Gab es ein bestimmtes Erlebnis im Zusammenhang mit deinem Umstieg auf die vegane Lebensweise?
- Welche Beweggründe gab es für dich?
- Wer oder was war bei der Entscheidung für dich besonders wichtig?
- Hast du davor speziell auf Ernährung geachtet?
- Wie hast du von Veganismus erfahren?
- Was bedeutet Veganismus für dich?

Themenbereich Umstellung

Kannst du mir näheres über die Phase der Umstellung berichten?

- Hattest du bestimmte Erwartungen und/oder Befürchtungen vor der Umstellung? Wenn ja, welche?
- Wenn ja, haben sich diese bewahrheitet?
- Wie hast du die Umstellung vorgenommen?
- Wie hast du die Umstellung erlebt?
- Gab es dabei Schwierigkeiten oder Probleme?
- Gab es besondere Momente?
- Fallen dir bestimmte Erlebnisse/Situationen ein?
- Hast du dich vor der Umstellung (viel) informiert?
- Wenn ja, woher hast du Informationen bezogen?
- Wie hat dein Umfeld reagiert?
- Wie weit definierst du vegan leben?
- Gibt es dabei Grenzen/Ausnahmen für dich?
- Hat sich dein Alltag seit der Umstellung verändert? Wenn ja, inwiefern?

Themenbereich Erfahrungen und veganer Alltag

Kannst du mir nun konkrete Erfahrungen aus deinem Alltag erzählen?

- Gibt es bestimmte Erfahrungen die du im Zusammenhang mit Veganismus gemacht hast? Wenn ja, welche?
- Fallen dir bestimmte aussagekräftige Situationen ein?
- Unterscheidet sich dein Leben insgesamt im Vergleich zu vorher? Wenn ja, inwiefern?
- Informierst du dich regelmäßig über Veganismus? Wenn ja, woher beziehst du Informationen?
- Haben sich die anfänglichen Gründe für deine vegane Lebensweise im Laufe der Zeit verändert oder erweitert?
- Haben sich deine Grenzen/dein Umgang in/mit der veganen Lebensweise verschoben? Wenn ja, inwiefern und warum?
- Tauscht du dich mit anderen VeganerInnen über Themen im Zusammenhang mit Veganismus aus? Wenn ja, wie/wo?
- Besuchst du Events zum Thema Veganismus?
- Bist du persönlich aktiv in diesem Bereich?
- Gehst du regelmäßig in vegane Supermärkte und/oder Restaurants?
- Ist Veganismus ein großes Thema im Alltag?
- Fühlst du dich manchmal ausgegrenzt als VeganerIn?
- Grenzt du dich von Nicht-VeganerInnen ab?
- Gibt es Situationen in denen es dir schwer fällt vegan zu sein?
- Welche Rolle spielt Geld?
- Welche Rolle spielt Geschmack?
- Welche Rolle spielt Gesundheit?

Themenbereich Soziales Umfeld

Kannst du mir etwas über dein soziales Umfeld erzählen?

- Leben Personen in deinem engeren sozialen Umfeld vegan?
- Wie geht dein soziales Umfeld, z.B. PartnerIn, FreundInnen, Familie, KollegInnen mit deiner neuen Lebensweise um?
- Gab es schon Auseinandersetzungen/Konflikte wegen deiner neuen Lebensweise?
- Hast du deswegen schon Freunde/Bekannte verloren bzw. neue gefunden?
- Versuchst du andere zu überzeugen auch vegan zu werden? Wenn ja, wie sind die Reaktionen?
- Ist dir Bestätigung/Akzeptanz aus dem sozialen Umfeld wichtig?

- Hast du das Gefühl akzeptiert zu werden?
- Fühlst du dich von jemandem in irgendeiner Form besonders beeinflusst?

Nachgespräch: weitere Abklärungen, informeller Austausch, nochmalige Fixierung der eventuell im Interview getroffenen Abmachungen, Verabschiedung, Bedanken

- Zum Abschluss würde ich noch gerne wissen, wie wichtig dein soziales Umfeld für deine Entscheidung war?

  AF: Hatte dein soziales Umfeld Einfluss auf deine Entscheidung?
- Wir sind bereits am Ende angelangt, wurde etwas aus deiner Sicht noch nicht angesprochen?
- Gibt es noch etwas worüber du reden möchtest?
- Frau/Herr … vielen Dank für dieses Gespräch und dass du mit mir so offen über deine persönliche Geschichte gesprochen hast.

Kategoriensystem

Code	Kategorie	Definition	Ankerbeispiele	Kodierregeln
1	Entscheidung	Alle Aspekte, welche die Entscheidung zum Veganismus betreffen und wie sich diese gestaltet.	„Ja bei mir ist es ein extrem langer Prozess gewesen, aber mir aber es stand schon vor eineinhalb Jahren fest wie ich das gesehen habe, dass irgendwann werde ich vegan werden egal wie schwierig das ist als Sohn von einem Milchbauern aber irgendwann werde ich das machen“	In dieser Kategorie wird gegebenenfalls auch die Entscheidung zum Vegetarismus erfasst.
1a	Schlüsselerlebnis	In dieser Kategorie sollen sogenannte „Schlüsselerlebnisse“ erfasst werden. Diese können für die Entscheidung zur veganen Lebensweise ausschlaggebend sein oder dabei stark mitwirken.	„Dann habe ich so gesucht im Internet und habe dann gefunden von Gary Yourofsky die Rede über Veganismus (…) und, da war auch so eine so eine Szene wo man einen Videoausschnitt sieht wo ein wo ein Mann eine Milchkuh mit so einer Eisenstange auf den Kopf schlägt und das hat mich irgendwie so erinnert an den Film mit den Schweinen und damals habe ich mir gedacht ich will dass das aufhört, ich will das nicht mehr unterstützen müssen und deshalb bin ich Vegetarier und dann, vier Jahre später sehe ich dasselbe mit der Milchkuh und dann habe ich mir gedacht wie blöd ((leicht lachend)) war ich eigentlich ich habe die ganze Zeit gedacht ich ((stutzend)) jetzt verursache ich sowas nicht mehr aber es ist immer noch dasselbe es ist immer noch dasselbe das heißt ich muss jetzt noch einen Schritt weitergehen um das Ziel zu erreichen das ich erreichen wollte also dass keine Tiere	Diese Kategorie beinhaltet mitbestimmende, auslösende oder prägende Aspekte die im Zusammenhang mit der Entscheidungsfindung erwähnt werden. Dabei kann es sich bspw. um bestimmte Informationen, Gespräche, Medienberichte oder Erlebnisse handeln die bei der jeweiligen Person einen Denkprozess anstoßen. Dieser kann durch rationale Überlegungen und/oder (negative) Emotionen begleitet sein, das bisherige Weltbild erschüttern oder eine weitere Auseinandersetzung mit

			mehr für mich leiden müssen“	der Thematik bewirken.
2	Umstellung	Hier wird erfasst, wie die jeweilige Person auf eine vegane Lebensführung umstellt und wie sie diese Umstellung erlebt.	„Eher schleichend also bei mir war es nie so so jetzt esse ich das letzte Mal Käse oder so das das war es für für mich nicht aber aber ich glaube so so Milch pur habe ich seit den eineinhalb Jahren wirklich nie getrunken und ich habe sie nur wenn sie wo verarbeitet war **hingenommen** oder habe dann nicht extra nachgefragt aber so, und auch eine eine einzelne Käsescheibe oder so, oder ein, auf das habe ich vom ersten Tag an verzichtet, also zuerst in der reinen Form quasi und bei den verarbeiteten Produkten habe ich es noch länger hingenommen“	Alle Aussagen zum Umstellungsprozess fallen in diese Kategorie.
2a	Orientierung und Unterstützung	Diese Kategorie untersucht woran oder an wem sich die Person orientiert oder sich Unterstützung holt. Anhaltspunkte können bspw. vegane Personen aus dem Umfeld, Vereine, prominente Personen oder Bücher sein.	„Ja ich denke es also mir hätte das vor allem am Anfang sehr geholfen also, ich denke vor allem am Anfang wenn man umsteigt ah, wäre es sehr hilfreich wenn man von von anderen Leuten Rückhalt bekommt und Informationen bekommt also so eh gibt es eh dieses Buddy System mittlerweile von der VGÖ, das finde ich ist eine tolle Sache wo man quasi einen Ansprechpartner hat den man jederzeit fragen kann weil, eh von einen Tag auf den anderen das geht einfach nicht auf 100 Prozent“	Alle Aussagen dazu, wer oder was die Person motiviert, unterstützt, inspiriert oder ihr zur Orientierung dient werden hier erfasst.
3	Alltag	Diese Kategorie analysiert wie Veganismus im Alltag praktiziert und erlebt wird.	„Also ich habe schon gesehen wie wichtig die Information ist und und je weiter die Information weg ist desto eher wird man wieder rückfällig habe ich auch gemerkt“	

3a	Positive Erfahrungen	Positive Erfahrungen aus allen Bereichen in Bezug auf Veganismus werden hier erfasst.	„Ja ich habe auch viele neue Leute kennengelernt ich ich habe dadurch Kochen gelernt ich habe dadurch viel ah ich habe auch dafür dadurch viel besser diskutieren und argumentieren gelernt“	Alle Aussagen zu Erfahrungen die positiv bewertet werden fallen in diese Kategorie.
3b	Negative Erfahrungen	Negative Erfahrungen aus allen Bereichen in Bezug auf Veganismus werden hier erfasst.	„Ja ganz schlimm, also eines der schlimmsten Sachen war in dem Jahr also nicht 2000 also 2013 das Ostern also das war das war eines der schlimmsten Sachen weil da war die versammelte Verwandtschaft“	Alle Aussagen zu Erfahrungen die negativ bewertet werden fallen in diese Kategorie.
3c	Konsum und Konsumkritik	Diese Kategorie beinhaltet das Konsumverhalten der Person sowie die individuelle Bedeutung und Auseinandersetzung damit.	„Ich versuche das echt so so streng wie möglich zu machen (…) bei der Kleidung achte ich auch darauf dass sie auch wenn es eigentlich eh pflanzlich ist aber, durch den Veganismus sind irgendwie auch andere Ansprüche an den Konsum gekommen also ich will auch darauf achten dass es zum Beispiel Bio-Baumwolle ist oder dass es sogar aus Hanf ist oder so und so und sogar irgendwie aus Europa ist und bei Kosmetik achte ich auch darauf, dass es tierversuchsfrei ist“	Diese Kategorie beinhaltet Aussagen zum vergangenen, aktuellen und zukünftigen Konsum der Person. Auch Aussagen zum Konsum anderer Personen oder allgemeine Aussagen hierzu werden hier erfasst. Äußerungen zur Zukunft des Veganismus zählen hingegen zur Kategorie 3n.
3d	Entwicklung und Trend in Österreich	Die gegenwärtige Entwicklung sowie die aktuelle Situation des Veganismus in Österreich werden hier untersucht. Mögliche Hinweise auf einen Trend zum Veganismus und Meinungen dazu sollen ebenfalls erfasst werden.	„Aber ich glaube auch nicht dass es nur Trend ist, weil das ist zumindest die das vollauf verstanden haben haben und ich glaube auch viele die das eigentlich zuerst wegen dem Trend machen beschäftigen sich dann näher damit (…) also ich glaube schon dass es nicht nur ein Trend ist“	Zu dieser Kategorie zählen allgemeine Aussagen und Meinungen zum Thema Veganismus bezogen auf Österreich. Es werden lediglich Aussagen zur Vergangenheit und Gegenwart kodiert, zukunftsbezogene Aussagen werden in der Kategorie 3n erfasst.

3e	Kultur, Traditionen, Normen und Werte	Aspekte von Kultur, Traditionen, Normen und Werten in Österreich und im Zusammenhang mit Veganismus sowie die Rückwirkungen des Veganismus darauf werden in dieser Kategorie untersucht.	„Und es war einfach die Norm dass jeder Fleisch isst und es wäre nie jemand auf die Idee gekommen dass jetzt jemand Vegetarier ist“	Diese Kategorie ist abzugrenzen von der Kategorie 4a, jedoch sind Überschneidungen möglich.
3f	Gender und Rollen	In dieser Kategorie werden Aussagen zu Genderthemen (Gender= soziales Geschlecht) und sozialen Rollen gesammelt.	„Und gerade beim Männern irgendwie, ist es oft gerade, gilt es halt immer oft immer noch als unmännlich jetzt kein Fleisch zu essen“	Aussagen zu Vorstellungen und Rollen von Männlichkeit und Weiblichkeit im Zusammenhang mit Veganismus fallen in diese Kategorie.
3g	Vorurteile	Hier sollen mögliche Vorurteile gegenüber Veganismus und VeganerInnen und der Umgang damit erfasst werden.	„Es gibt **extrem** viele Vorurteile also es (ist) ich kenne fast nichts wo es mehr Vorurteile geben würde ((lachend))“	Auch Vorurteile der Personen bspw. vor der Umstellung fallen in diese Kategorie.
3h	Erklärung, Verteidigung und Rechtfertigung	Diese Kategorie untersucht, inwiefern VeganerInnen ihre Lebensweise im Alltag erklären, verteidigen und rechtfertigen müssen und wie sie damit umgehen.	„Na ich finde es immer so unangenehm dass man immer der ist der sich rechtfertigen muss also i-, für mich ist es eigentlich, ahm ich ich ich finde ich finde ja eher dass dass man dass man sich rechtfertigen muss dass man immer noch Tierausbeutung unterstützt aber in unserer Gesellschaft muss man sich dafür rechtfertigen wenn man dagegen ist, weil es halt nicht die Allgemeinmeinung ist, und das das finde ich schon immer unangenehm dass immer dieses rechtfertigen müssen“	Diese Kategorie beinhaltet lediglich Reaktionen der Person die von ihr als Rechtfertigung bzw. Verteidigung deklariert werden oder zur Erklärung dienen. Aktive Aufklärung zählt zur Kategorie 3i, wobei Überschneidungen möglich sind.
3i	Aufklärung, Engagement und Motivation	Hier geht es darum, ob und wie die Person versucht, andere aufzuklären über Hintergründe, Zustände und Zusammenhänge in Bezug auf Veganismus oder sich in irgendeiner Weise dafür engagiert oder versucht andere zu einer veganen Lebensführung zu motivieren und wie	„Ja schon also mir ist das schon ein großes Anliegen das ist auch so wieder sowas was schwankt es gibt wieder Phasen wo wo ich mich halt eher für andere Sachen interessiere aber dann gibt es wieder Phasen wo das quasi mein	Zu Aufklärung zählt bspw. die gezielte Verbreitung von Informationen und Überzeugungsarbeit – dies kann mündlich oder schriftlich, persönlich oder

		die Reaktionen darauf sind.	Hauptanliegen ist, und wo ich schon wenn es sich halt ergibt also ich versuch nicht penetrant zu sein aber wenn jemand fragt dann fühle ich mich irgendwie dazu verpflichtet das so genau wie möglich abzuhandeln und die Leute auch nicht anzulügen“	virtuell, allein oder in Gruppen geschehen. Diese Kategorie ist abzugrenzen von der Kategorie 3h insofern Aufklärung eher aktiv geschieht während 3h als Reaktion eher eine passive Form darstellt.
3j	Persönlichkeit	Persönlichkeitsmerkmale in Bezug auf soziale Handlungen sollen hier erfasst werden. Unter Persönlichkeit wird hier Individualität verstanden.	„Also das ist nicht meine Art da den Leuten jetzt irgendwas an den Kopf zu werfen“	Alle Selbstbeschreibungen der Person fallen in diese Kategorie. Im Gegensatz zur Kategorie 3e in der die Intersubjektivität erfasst wird, wird hier auf Individualität abgezielt.
3k	Speziesismus	Diese Kategorie analysiert die Bedeutung von und den Umgang mit Tieren in unserer Gesellschaft anhand der Erfahrungen der interviewten Person sowie ihrer eigenen Einstellung.	„Ein Milchbauer jetzt der jetzt wirklich sein Geld damit verdient und, und da ist auch dieses Nutzverhältnis zum Tier viel stärker wenn man jetzt wirklich Tag für Tag sein sein tägliches Brot mit Tieren verdient dann, ja, dann dann sieht man halt in in Tieren eher nur den Nutzen und also meine Mutter sieht selbst in den Katzen keine Haustiere sondern Nutztiere die sagt halt <Ja die fangen halt Mäuse wenn sie keine Mäuse fangen würden dann dann wären sie ja nutzlos und wenn ein Tier das nichts macht wofür füttere ich das> also und da merkt man auch dass wie wie tief das drinnen ist in den Leuten das das das kriegt man auch sehr schwer raus“	Zu dieser Kategorie zählen alle Äußerungen zum Mensch-Tier-Verhältnis.
3l	Vegane Institutionen und Organisationen	Diese Kategorie erfasst vegane Institutionen und Organisationen (Supermärkte, Gastronomie, Veranstaltungen, NGOs wie bspw. VGÖ, VGT)	„Ich bin ja jetzt seit zwei Wochen beim Verein gegen Tierfabriken beim VGT“	Hier werden alle Äußerungen zu veganen Institutionen erfasst.

		in erster Linie in Österreich. Deren Rolle, Nutzung und Bewertung wird hier untersucht.		
3m	Subjektive Deutung	Diese Kategorie beinhaltet die subjektive Deutung von Veganismus. Dazu zählen die Bedeutungszuschreibung, die persönliche Definition und der Sinngehalt von Veganismus für die Person.	„Ja Veganismus ist halt nicht nur eine Ernährung oder das ist halt wirklich eine ganze Lebenseinstellung das heißt halt dass man dass kein ander- dass man kein anderes Lebewesen für einen ausbeutet und dass dass kein anderer leiden muss für seinen Lebensstil und und (‚in allen Facetten halt') und halt nicht nur materiell sondern auch auch von der Einstellung her"	In dieser Kategorie werden alle subjektiven Aussagen zum Veganismus gesammelt.
3n	Zukunft und Wünsche	Die Kategorie umfasst Aussagen und Einschätzungen bezüglich der Zukunft von Veganismus sowie individuelle Wünsche der Person.	„Was ich mir auch wünschen würde wenn wenn die Leute die die veganen Sportler mehr anerkennen würden"	Diese Kategorie fasst lediglich Aussagen die auf die Zukunft bezogen sind, Aussagen zur gegenwärtigen Situation fallen in die Kategorie 3d.
4	Soziales Umfeld	Diese Kategorie untersucht die Rolle des sozialen Umfeldes (bspw. Familie, Freunde, Bekannte) in allen Aspekten der Entscheidung, der Umstellung und des Alltags und damit verbundene mögliche Wechselwirkungen.	„Ja mit meinen Eltern mit meinem Vater ist es schon öfter lauter geworden weil der halt Milchbauer ist und wenn ich dann erzähle dass (ich sage) dass ich es nicht richtig finde dass man der Mutter das Kalb wegnimmt dann sagt er halt <Wie wie blöd man eigentlich sein kann und dass das immer schon so war und dass man halt auch von irgendwas leben muss> und, dass, und ja, also sehr oft wird wird man dann irgendwie so werde ich dann irgendwie so als weinerlich oder überempfindlich dargestellt"	Alle Aussagen zu sozialen Beziehungen und Interaktionen in Bezug auf Veganismus werden hier gesammelt. Lediglich Aussagen zum Partner/zur Partnerin werden in der Kategorie 4c erfasst.
4a	Sozialisation	Diese Kategorie beinhaltet Aussagen zum sozialen Hintergrund der Person und Hinweise auf ihren Sozialisationsprozess.	„Okay, also ich komme vom Land und mein mein Vater ist Landwirt das heißt es war ein sehr, pflanzenfresserfeindliches Umfeld sozusagen"	Alle Äußerungen zur primären und sekundären Sozialisation der Person werden kodiert.

4b	Vergemeinschaftung	Die Kategorie untersucht, ob und welcher Kontakt mit anderen vegan lebenden Personen besteht. Begriffe wie vegane „Szene“ oder vegane „Community“ deuten auf eine Vergemeinschaftung hin.	„Aber ich habe auch sehr viele Freunde gewonnen also ich habe eigentlich mehr Freunde dadurch gewonnen ‚als ich verloren habe‘, und ich merke auch wie viele in meinem Umfeld jetzt sich auch dafür interessieren und zumindest Vegetarier werden und das ist schon, also ja, also ich habe jetzt mehr vegetarische oder vegane Freunde als als nicht nicht vegetarisch, ja,“	Alle Aussagen die darauf hindeuten, dass sich VeganerInnen untereinander vernetzen werden hier kodiert.
4c	Partnerschaft	Wenn die Person in einer Partnerschaft lebt, wird die Bedeutung der veganen Lebensführung in der Partnerschaft untersucht.	„Wenn mein Liebster in der Arbeit was essen will weil also er arbeitet sowieso in einem Bürokomplex da haben sie eine Kantine angeschlossen und wenn er dort Fleisch isst ich sage auch eigentlich nichts also, wir diskutieren manchmal darüber aber ich denke mir dann immer, ich habe meinen Standpunkt er hat seinen Standpunkt“	In diese Kategorien fallen alle Äußerungen zur Partnerschaft hinsichtlich Veganismus.
4d	Soziale Medien	Diese Kategorie analysiert die Rolle und die Nutzung von sozialen Medien in Bezug auf Veganismus.	„Wir haben halt sehr viel über Facebook geschrieben und uns ausgetauscht“	Alle Aussagen in denen soziale Medien erwähnt werden fallen in diese Kategorie.
5	Sonstiges	In dieser Kategorie werden alle sonstigen als wichtig erachteten Aussagen gesammelt die sich nicht anderweitig einordnen lassen.	„Ich mache auch gerade ein Kochbuch ich weiß nicht ob das da relevant ist“	Äußerungen, die interessant erscheinen oder sich nicht eindeutig einer Kategorie zuordnen lassen werden hier gefasst.

Interview 1 Transkript

Kurzfragebogen:

Alter: 19

Geschlecht: männlich

Wohnort: Wien

Familienstand: ledig

Höchste abgeschlossene Schuldbildung: Matura

Beruf/Ausbildung: Studium

Seit wann vegan: 1,5 Jahre (Entscheidung) aber 100% erst seit Jänner 2014, Entscheidung war aber eigentlich schon früher

---

I: So: lieber [Name] danke dass du dir Zeit nimmst für das [Gespräch],

B1: [Ja bitte ((lachend))],

I: Das freut mich sehr und ich hoffe das ist in Ordnung dass ich das Gespräch aufzeichne damit ich mich auf das Gespräch gut konzentrieren kann und ich werde ahm erst mal nur zuhören, also das Thema ist Veganismus wie du weißt und du kannst frei darüber erzählen, ich werde vielleicht zwischendurch ahm deine Aussagen zusammenfassen ahm damit ich sichergehe ob ich es richtig verstanden habe und du kannst mich dann korrigieren wenn ich etwas falsch sage und es ist natürlich alles anonym, ich werde die Daten auch nicht an andere Personen weitergeben und wenn du keine Fragen mehr hast dann würde ich sagen fangen wir an,

B1: Okay gut, also ich komme [vom Land],

I: [Aso warte],

B1: Aso aso, also fängt es schon mit einer Frage an ((fragend)),

I: Ja,

B1: Okay, ich habe gedacht es fangt einfach an und ich sage jetzt, nein, aso passt,

I: Aso nein es gibt schon noch ein Frage, gut, also erzähle mir einfach wie es dazu gekommen ist dass du vegan geworden bist,

B1: Kann ich mit dem mit auch erzählen wie es dazu gekommen ist dass ich Vegetarier geworden bin oder wirklich vegan ((nachfragend)),

I: Ahm du kannst ganz von Anfang an anfangen, also alles was dazugehört,

B1: Okay, okay, also ich komme vom Land und mein mein Vater ist Landwirt das heißt es war ein sehr, pflanzenfresserfeindliches Umfeld sozusagen und es war einfach die Norm dass jeder Fleisch isst und es wäre nie jemand auf die Idee gekommen dass jetzt jemand Vegetarier ist, aber dann in der, in der dritten Klasse Unterstufe hat unser Biologielehrer uns einen Film gezeigt vom VGT der heißt „Keine Gnade für Lucy“ und da sieht man zuerst wie Schweine in einem Projekt in Schweden, sind und die sind halt sich selber überlassen und dürfen machen was sie wollen und da sieht man halt wie glücklich die sind und sonst sieht man halt das Schicksal eines bestimmten eines Schweines in Österreich in der Massentierhaltung von der Geburt bis zur Schlachtung und das war quasi der erste Impuls wo ich mir gedacht habe he was ist denn das und, wie kann man das verhindern und das und warum habe ich das jetzt so lange unterstützt mit dem dass ich Fleisch gegessen habe und da war quasi der erste Gedanke gefasst ich will das nicht mehr, ich will kein Fleisch mehr essen und das war natürlich immer sehr schwer mit meinem Elternhaus weil mein Vater hat halt die Vorstellung sein Sohn muss groß und

stark werden und muss und muss halt Fleisch essen weil sich das so gehört und das ist halt überhaupt nicht vorgesehen dass jemand kein Fleisch isst oder, ich bin auch im Musikverein und da gab es nach jedem Auftritt eine Jause und die Jause war halt Würstel, und das heißt da ist man auch immer leer ausgegangen, genau und und meine Mutter hat jetzt auch nicht großartig gekocht für mich und deshalb, habe ich dann manchmal immer nachgegeben aber eigentlich also wenn ich die Möglichkeit gehabt hätte schon mit 13 wäre ich wahrscheinlich da schon Vegetarier geworden, und ja und dann was mir auch eingefallen ist was mich sehr geprägt hat war so ein Buch das heißt „Die Superhenne Hanna" das das ist halt aus der Perspektive einer Henne die auf einem Bauernhof ist und dann kommt sie in eine in eine Legebatterie und ‚ist ein Kinderbuch' und sieht wie schlecht es den Käfighühnern dort geht und am Schluss befreit sie sie halt, und das das hat glaube ich auch einen bleibenden Eindruck hinterlassen, beim zweiten Teil geht es halt darum dass sie zu Tieren kommt an denen Tierversuche durchgeführt werden und das hat auch einen bleibenden Eindruck hinterlassen,

I: Wo hast du das Buch gesehen ((fragend)),

B1: Das hat einfach die Bücherei gehabt von der Gemeinde ich habe halt sehr viel gelesen und war da jede Woche in der Bücherei und habe mir Bücher genommen und das habe ich halt gesehen und habe es auch gelesen und dann den zweiten Teil auch, genau und dann war ein zweites Buch, das heißt irgendwie „Taubenjagd" oder so, das, es spielt von einem Jungen in einer kleinen amerikanischen Stadt wo wo es halt diese Tradition gibt einmal im Jahr alle Tauben abzuschießen, und das fängt halt mit der ersten Taubenjagd und wie schlecht es ihm dabei geht und dass er halt immer ein Außenseiter ist und irgendwann kriegt er auch die Gelegenheit da mitzumachen und eigentlich ist das eine Ehre für jemanden und zeigt dass jemand in der Hierarchie aufsteigt aber jetzt aber letztendlich entscheidet er sich halt dagegen und und rettet halt die Tauben und dann kommt halt raus und und dann hört halt dieses Fest irgendwann auf das boykottieren immer mehr Leute und so weiter, das hat mich irgendwie auch sehr bewegt das Buch, so und dann wie ich dann nach der Unterstufe war ich dann im Internat, und da ist auch ein vegetarisches Essen angeboten worden also da war ich unter der Woche Vegetarier eigentlich und zu Hause halt, da habe ich schon öfter noch Fleisch gegessen weil es halt keine Möglichkeit gegeben hat oder ich bin da so genötigt worden oder so, genau und dann war, wie ich dann wie ich dann 17 war war ich in der Schule beim beim (Fairtrade Point) also das war das haben zwei engagierte Schüler initiiert und da haben sie vom örtlichen Weltladen Produkte also Produkte vom Weltladen immer in der großen Pause verkauft und ich habe dort auch mitgemacht und wir waren halt alle Vegetarier und das war super und ich konnte mich mit denen austauschen und endlich hatte ich vegetarische Freunde sozusagen und irgendwann ist halt einer durch den großen Bruder von ihm Veganer geworden und hat mir das erzählt und ich habe mir zuerst gedacht hm vegan das ist ja gar nicht notwendig ich esse eh schon keine Tiere und die Kühe geben eh schon die Milch und wo ist das Problem ((fragend)) aber andererseits habe ich von dem sehr viel gehalten und habe mir gedacht der wird das nicht ohne Grund machen, und dann habe ich so gesucht im Internet und habe dann gefunden von Gary Yourofsky die Rede über Veganismus und habe mir das angeschaut und habe auch immer wieder gestoppt und habe auch mitgeschrieben und habe das für mich verarbeitet und und nachgedacht was was das dann eigentlich heißen kann und dann das Folgevideo auch noch wo er Fragen beantwortet, und ja, und, da war auch so eine so eine Szene wo man einen Videoausschnitt sieht wo ein wo ein Mann eine Milchkuh mit so einer Eisenstange auf den Kopf schlägt und das hat mich irgendwie so erinnert an den Film mit den Schweinen und damals habe ich mir gedacht ich will dass das aufhört, ich will das nicht mehr unterstützen müssen und deshalb bin ich Vegetarier und dann, vier Jahre später sehe ich dasselbe mit der Milchkuh und dann habe ich mir gedacht wie blöd ((leicht lachend)) war ich eigentlich ich habe die ganze Zeit gedacht ich ((stutzend)) jetzt verursache ich sowas nicht mehr aber es ist immer noch dasselbe es ist immer noch dasselbe das heißt ich muss jetzt noch einen Schritt weitergehen um das Ziel zu erreichen das ich erreichen wollte also dass keine Tiere mehr für mich leiden müssen und dann habe ich halt Schritt für Schritt umgestellt im Internat war halt auch veganes Essen nicht vorgesehen aber ich habe, zum Beispiel beim Frühstück habe ich immer schon Sojamilch gekauft und immer schon selber Haferflocken und immer versucht so so gut es geht das immer das zu machen und diese Freunde haben mir dann auch immer Essen gegeben weil sonst hätte ich es sowieso nicht geschafft im Internat weil es hat ja auch keine Küche gegeben und so, ja und dann war das ja war dann das Internat eigentlich vorbei ((leicht lachend)) quasi und dann der Sommer war dann auch nicht so leicht weil ich konnte halt überhaupt nicht kochen und und am Land hat es auch nicht so die die typischen Produkte gegeben die die Umstände leichter machen also im im Sommer,

war es essenstechnisch auch sehr schwierig und wie ich dann endlich nach nach Wien gekommen bin ist ist es dann ist es dann leichter geworden, und dann habe ich auch dann so bin ich auch zum Maranvegan gegangen und habe mich so gefreut was es jetzt alles gibt und dass man eigentlich auf nichts verzichten muss und ja, und habe dann auch langsam kochen gelernt und habe dann langsam das für mich entdeckt was es alles für Möglichkeiten gibt, und mittlerweile kann ich eigentlich auch gut daheim vegan kochen, ja, und koche auch manchmal für alle und zum Abendessen nur für mich und meine kleine Schwester ‚die ja auch Vegetarierin ist, und ja' genau und ich habe ich immer ab und zu noch noch Ausnahmen gemacht zum Beispiel manchmal im Internat wenn es wirklich nichts anderes gegeben hat oder, wenn wenn die Oma irgendwas gebacken hat oder dann zuallerletzt zu zu Weihnachten bei der Weihnachtsbäckerei oder so, und dann habe ich aber noch jemanden kennengelernt die eigentlich eh mit mir in der Schule war in [Ort] aber die ich vorher nie wahrgenommen habe aber wir haben halt sehr viel über Facebook geschrieben und uns ausgetauscht und deswegen (wir dann auch mal), da ist das noch mal vertieft worden und dann und das hat für mich eigentlich klargemacht was das eigentlich heißt und dass man und dass auch Ausnahmen zu viel ist und dass es eh und ja, und das hat auch für mich gezeigt wie wichtig es für mich ist dass ich immer Gleichgesinnte habe also beim beim Umstieg überhaupt so also dass der Gedanke mal da war dass ich (vegan werden will) hatte ich diese zwei Freunde und dann wie es endgültig geworden ist hatte ich hatte ich dann auch diese eine Freundin und ja also ich ich für mich ist es immer sehr wichtig mich mit anderen auszutauschen und zu sehen welche Argumente werden dir an den Kopf geschmissen und wie machst du das im Alltag und ja ( ),

I: Das heißt es ist ein sehr langer Prozess schon bei dir ((nachfragend)),

B1: ((unterbricht)) Ja bei mir ist es ein extrem langer Prozess gewesen, aber mir aber es stand schon vor eineinhalb Jahren fest wie ich das gesehen habe, dass irgendwann werde ich vegan werden egal wie schwierig das ist als Sohn von einem Milchbauern aber irgendwann werde ich das machen und ich kann ja auch selber auch nur vegan kochen also ich ich glaube auch nicht dass ich jetzt noch einmal quasi rückfällig werde weil das für mich eben ab dem Moment feststand und, ich habe mich schon so an das gewöhnt mittlerweile und es ist schon so selbstverständlich, ja, und es war ja so ein harter Kampf darum dass ich das jetzt nicht wegwerfen will einfach was ich jetzt so hart erkämpft habe eigentlich ((lachend)),

I: Also das heißt für dich war das so ein ein ahm kann man sagen Schlüsselereignis dass wie du die die Rede gesehen hast ((nachfragend)),

B1: Die Rede genau,

I: Über Veganismus ((nachfragend)),

B1: Genau vom Gary Yourofsky, der zieht das halt wirklich von vorne bis hinten durch sagt sagt alle Sachen, geht geht alle einzelnen Tierarten durch, was ist falsch an an Milch, was ist falsch an Eiern auch Honig handelt er auch ganz kurz ab, sagt halt es ist Bienenkotze und es ist nicht notwendig und eben dann gibts auch ein Video, einen Videoausschnitt und am Schluss kommt aber auch dass er selber auch gern so gerne Fleisch gegessen hat und dass ihm das auch so geschmeckt hat aber dass man auf nichts auf nichts verzichten muss dass es so viele Ersatzprodukte gibt und es ist auch so viel von anderen Küchen so viele Gerichte gibt die sowieso schon vegan sind wo man nichts veganisieren muss, also ist halt wirklich das Komplettpaket in eineinhalb Stunden kompakt und ja,

I: Und dein Freund war auch wichtig für die Entscheidung ((fragend)),

B1: Es waren zwei waren zwei Freunde,

I: Zwei Freunde ((fragend)),

B1: Genau, ja sicher war ich ich habe ja auch am Anfang die typischen Veganseiten nicht gewusst und habe mir halt viele Infos über die geholt und auch viele so was das argumentieren betrifft wenn Leute sagen <Ja aber da fallen dir alle Zähne aus> oder weiß ich nicht was was man alles so hört und das habe ich immer denen gesagt und und und sie gefragt wie das wirklich ist und was man da am besten sagt und wie man am besten damit umgeht, also es war halt wichtig für mich, natürlich man kann im

Internet alles sehen aber es ist halt wichtig für mich jetzt schnell jemanden zu haben den man schnell fragen kann wenn man sich wo unsicher ist also den habe ich sogar einmal auch angerufen beim Kochen wo ich nicht wusste wie binde ich jetzt dieses Laibchen, also so so ist es halt für mich wichtig dass man quasi so einen Vegan Buddy hat, der einem da hilft,

I: Okay, und die Umstellung hast du dir dann von einen Tag auf den anderen oder eher schrittweise vorgenommen ((fragend)),

B1: Eher schleichend also bei mir war es nie so so jetzt esse ich das letzte Mal Käse oder so das das war es für für mich nicht aber aber ich glaube so so Milch pur habe ich seit den eineinhalb Jahren wirklich nie getrunken und ich habe sie nur wenn sie wo verarbeitet war **hingenommen** oder habe dann nicht extra nachgefragt aber so, und auch eine eine einzelne Käsescheibe oder so, oder ein, auf das habe ich vom ersten Tag an verzichtet, also zuerst in der reinen Form quasi und bei den verarbeiteten Produkten habe ich es noch länger hingenommen,

I: Mhm, und hast du davor speziell auf Ernährung geachtet ((fragend)),

B1: Ja schon also ich war schon immer gerne beim [Drogeriemarkt] und habe immer gerne so Sachen wie Haferflocken oder Reiswaffeln und sowas ((lachend)) gekauft und ja, und mir war mir war auch beim Essen immer auch die Gesundheit wichtig und und nicht immer nur der Geschmack also, [Fast Food Kette] und sowas habe ich immer eher gemieden, also mir war ja,

I: Und was würdest du sagen was bedeutet Veganismus für dich ((fragend)),

B1: Ja Veganismus ist halt nicht nur eine Ernährung oder das ist halt wirklich eine ganze Lebenseinstellung das heißt halt dass man dass kein ander- dass man kein anderes Lebewesen für einen ausbeutet und dass dass kein anderer leiden muss für seinen Lebensstil und und (‚in allen Facetten halt') und halt nicht nur materiell sondern auch auch von der Einstellung her (5) und auch dass dass dass jedes Geschöpf auch zählt und und seine eigenen Interessen hat es ist nicht nur dass quasi und dass es quasi sowas wie Nutztiere nicht gibt sondern dass dass die Kuh für Milch auch das Interesse hat einfach zu leben und auch auf der Wiese zu sein und auch bei ihren Verwandten und Freunden quasi, da sein kann und dass es ein dass es ein autonomes Lebewesen ist das das auch das auch Interessen hat die geschützt werden müssen und die auch Rechte haben, also das ist für mich auch beim konsequenten Veganismus dann dabei dass man für Tierrechte auch ist, also nicht nur für Tierschutz sondern auch für Tierrechte,

I: Also kann man sagen dass die die Tiere im Vordergrund stehen dabei für dich ((fragend)),

B1: Ja es ist schon der der der ethische Aspekt [der im Vordergrund steht],

I: [Der ethische Aspekt] ((wiederholend)),

B1: Aber natürlich das das andere kommt alles dazu, zuerst bin ich Vegetarier geworden weil weil sie mir halt leid getan haben und dann dann habe ich auch gesehen es ist plötzlich für das Klima dann habe ich gesehen es ist es es ist auch sehr gesund es es kann unter Umständen die gesündeste Ernährung überhaupt sein und dann habe ich mir auch so so grundlegende Überlegungen gemacht dass es halt dass es genauso fühlende Wesen sind und, dass es falsch ist sie so auszunutzen und zu töten auch ganz egal ob man jetzt mit denen Mitleid hat aber allein schon von der allein schon die Moral verbietet das eigentlich,

I: Und hast du dich ahm viel informiert im Vorfeld oder währenddessen in der Umstellungsphase oder auch heute noch ((fragend)),

B1: Ja es ist eh immer noch ein laufender Prozess also ich ich man lernt jeden Tag was dazu und und gerade am Anfang natürlich und bei mir ist es so ich habe so Phasen wo es mich wieder mehr interessiert und wo ich voll in dem drinnen bin und wo ich auch wenn ich mit jemandem diskutieren müsste fitter bin quasi und dann gibt es wieder so Phasen wo wo ich zwar auch vegan lebe wo aber wo das jetzt nicht mein mein Hauptfokus ist und wo ich ja, also das schwankt ‚noch so ein bisschen', aber ich merke auch dass es wichtig ist dass man sich das immer ins Gedächtnis ruft wie wichtig das

eigentlich ist weil wie ich Vegetarier war gab es auch Phasen wo ich wieder mehr Fleisch gegessen habe und dann habe ich habe ich wieder bewusster gedacht so B1 jetzt siehst du dir wieder was an und dann habe ich wieder wieder weniger Fleisch gegessen oder wieder kein Fleisch gegessen weil ich halt wieder gesehen habe was das eigentlich für Tiere sind und wie intelligent die eigentlich sind (4) also ich habe schon gesehen wie wichtig die Information ist und und je weiter die Information weg ist desto eher wird man wieder rückfällig habe ich auch gemerkt, gerade das im Hintergrund verschwindet,

I: Und fallt es dir manchmal in manchen Situationen im Alltag schwer vegan zu leben ((fragend)),

B1: Ja zu Hause war es schon sehr lange sehr schwer, aber, und selbst jetzt habe ich halt auch will ich habe ich jetzt auch nicht jeden Tag die Lust jeden Tag zu kochen auch oder also zwei- dreimal selber zu kochen auch daheim und da ist dann wieder ein Tag wo wo es dann weniger gibt oder ich ich bin eh immer noch in der Blaskapelle von meinem Ort und da ist sind auch immer die Auftritte und da habe ich nach wie vor nichts zum Essen aber da nehme ich mir mittlerweile auch was mit ‚also ja' genau das habe auch noch vorher am Anfang fühlt man sich so hilflos und man denkt sich ja man kann ja nichts mehr essen und man kann, wie wird denn das sein aber irgendwann wird man da lockerer und denkt sich ja ich ich muss jetzt nicht sterben wenn ich ein paar Stunden lang nichts esse und dann nehme ich mir halt was mit und da geht jetzt die Welt nicht unter wenn ich nur das habe weil, es gibt einfach wichtigere Dinge als jetzt in dem Moment ‚das und das zu essen' (4) also es ist schon manchmal schwierig aber ich nehme es mittlerweile leichter und ich sehe es auch nicht mehr so als, als Verlust weil ich einfach mittlerweile bin ich froh dass ich das nicht mehr essen muss und nicht mehr mit mitmachen muss bei dem, es ist glaube ich auch eine Einstellungssache, wenn man das so sieht <Ah ich muss jetzt unbedingt auf das verzichten das ist so schlimm> dann sieht man natürlich überall die Gelegenheiten wo einem was entgeht aber wenn man das umdreht und sieht <Ich bin so froh dass ich da nicht mehr mitmachen muss bei dieser Tierausbeutungsmaschinerie> dann fällt es einem glaube ich auch leichter, das ist viel Kopfsache (5) ‚hast du noch noch Fragen oder' ((fragend)) ((lachend)),

I: Ja: ((lachend)), jede Menge,

B1: Okay ((lachend)) so schnell komme ich nicht davon ((lachend)),

I: ((Lachend)) Ähm hat es sonst irgendwelche Schwierigkeiten oder Probleme gegeben ((fragend)), im Alltag, mit dem sozialen Umfeld ((fragend)),

B1: Ja ganz schlimm, also eines der schlimmsten Sachen war in dem Jahr also nicht 2000 also 2013 das Ostern also das war das war eines der schlimmsten Sachen weil da war die versammelte Verwandtschaft, Leute die du eh nur alle einmal im Jahr siehst teilweise und alle essen halt ihre Eier und ihren Osterspeck und alles Mögliche und dann dann habe ich und die meisten wussten das halt nicht sonst habe ich das habe ich es ihnen irgendwie noch nicht sagen müssen und da habe ich es ihnen dann halt gesagt <Ich esse keine Eier und ich esse das nicht und das nicht> und dann haben sie mich alle so angeschaut <Aber das isst aber schon und das aber schon aber das kannst schon essen> und das war irgendwie wenn wenn man sich vorstellt wenn wenn 30 Augen auf einen gerichtet sind und ich man sowieso schon eher der Außenseiter in der Verwandtschaft ist und dann ist das noch verstärkter und das war schon extrem unangenehm und dann wird man so bombardiert dann mit und und mit mit den ganzen Anschuldigungen und und den ganzen Sachen dass man eher dass man eher sterben wird weil das so ungesund ist und dass man dann ja nichts mehr essen kann und auch wenn man es insgeheim besser weiß wenn man wenn man einfach so bombardiert wird dann dann ist das schon schwierig und man kann es auch nicht seiner Oma die ich könnte auch nie meiner Oma jetzt die ganzen Argumente sagen wo das das das solche solche Sachen erzählen die sind echt und da ich ich glaube auch bei solchen Leute kann man kann man nicht mehr viel bewirken ‚glaube ich' man kann ihnen schon zeigen jetzt ja man kann das auch ohne tierische Produkte machen aber jetzt so wirklich die Einstellung, dass man jetzt Tiere nicht mehr **benutzt** und nicht mehr ausnutzt das ist halt für die Spinnerei das das kriegt man halt in die Leute nicht mehr rein ‚glaube ich', und ja, und auch es ist auch oft so wenn es auch Situationen gibt wo ich überhaupt nicht darüber reden will wenn wenn ich einfach mit Freunden bin und dann sagt jemand <Ja essen wir einen Kuchen> oder so und jeder kriegt ein Stück Kuchen und ich sage <Ich will keines> und dann sagen und dann fragen sie <Warum> und dann sage ich <Ja weil ich vegan bin> und dann fangt fangt es wieder an und es prasseln wieder die

ganzen Fragen und Anschuldigungen auf einen ein und und wenn man **nichts** sagen würde dann würden sie sagen <Ja der macht das halt weil er, weiß ich nicht weil er blöd ist und eh keinen Grund dazu hat> und wenn man die Gründe nennt und sich eigentlich nur rechtfertigt auf die Anschuldigungen dann tun sie so als wäre man jetzt ein Missionar der alle missioniert obwohl man sich ja eigentlich nur wehrt gegen Anschuldigungen die gekommen sind weil ich habe ja nicht gesagt <Ich will euch jetzt alles über Veganismus erzählen> ich habe ja nur gesagt <Ich will jetzt den Kuchen jetzt nicht den Kuchen haben> und ja, und das ist dann schon sehr unangenehm wenn es jetzt eigentlich eine lockere gesellige Situation ist und dann dann muss man sich wieder rechtfertigen und dann (müsste man wieder) über das reden, und ja, natürlich ist es ein schweres Thema und dann sagen die Leute <Ja ich will jetzt nicht darüber reden> aber, sie fangen ja damit an ( ),

I: Und wie gehst du dann in solchen Situationen damit um ((fragend)),

B1: Mittlerweile sage ich mache sage ((stutzend)) fasse ich es dann immer kurz oder ich sage immer <Ja reden wir wann anders darüber> oder ich sage dann immer ich <Können wir einmal in Ruhe darüber reden unter vier Augen> oder so und mit mit Leuten einzeln oder ich oder ich sage frage sie ob ich ihnen irgendwas schicken soll wo sie sich das zu Hause in Ruhe durchlesen können, ja, damit damit ist es nicht mehr, und ich sage dann meistens einmal kurz <Warum ich vegan bin ist weil weil ich das warum warum ich vegetarisch bin, ah ich ah ((stutzend)) da da sage ich bin bin ja Vegetarier geworden damit kein Tier für mich leiden muss aber dann habe ich irgendwann rausgefunden dass es nur dass es eigentlich nur durch vegan geht und deshalb bin ich eben vegan geworden weil das mein Ziel war> und dass habe ich jetzt vor zwei Tagen bin ich wieder weggegangen mit Leuten und da habe ich das gesagt und das haben sie akzeptiert und dann haben wir wieder das Thema wechseln ((leicht lachend)) können und ja, also das funktioniert glaube ich ganz gut wenn man das so so kurz erklärt aber dann sagt wenn sie es <Wenn es euch wirklich interessiert wenn dann kann ich ja noch einmal darauf eingehen>,

I: Fühlst du dich da manchmal ausgegrenzt ((fragend)),

B1: Na ich finde es immer so unangenehm dass man immer der ist der sich rechtfertigen muss also i-, für mich ist es eigentlich, ahm ich ich ich finde ich finde ja eher dass dass man dass man sich rechtfertigen muss dass man immer noch Tierausbeutung unterstützt aber in unserer Gesellschaft muss man sich dafür rechtfertigen wenn man dagegen ist, weil es halt nicht die Allgemeinmeinung ist, und das das finde ich schon immer so unangenehm das immer dieses rechtfertigen müssen (4) aber so dass ich jetzt generell ich bin, habe immer schon oft andere Meinungen vertreten als die Mehrheit also das, das war ich ja gewohnt, also einerseits war war es auch fast leichter aber andererseits, gibt es kaum ein Thema mit dem man so:, aneckt wie mit Veganismus das muss man auch dazu sagen, also auch wenn man schon gewohnt ist anzuecken, das sind dann schon nochmal neue Dimensionen quasi ((leicht lachend)), ja wenn es um das Essen geht ist das das Essen ist scheinbar für die Leute nochmal, eins wichtiger weil, ja wir essen das, essen ist ja eines der Sachen die wir am häufigsten machen die man, drei drei oder öfter am Tag machen das ist halt, deshalb ist es auch so wichtig für die Leute, ja, und ich glaube manche Leute empfinden das auch einen ein als einen Angriff auf sie weil weil ich ich weil dann weil dann (7) ‚wie sage ich das am besten' weil dann glauben sie man will so tun als wäre man ein ein besserer Mensch und dann, und dann sagen sie immer <Ja aber du bist ja auch nichts besseres deshalb> und sie sie fühlen sich immer angegriffen also was ihre Werte betrifft und auch was was ihr Essen betrifft das wollen sie sich halt nicht nehmen lassen (so quasi),

I: Hast du da auch schon einmal gröbere Auseinandersetzungen oder Konflikte erlebt ((fragend)),

B1: Ja mit meinen Eltern mit meinem Vater ist es schon öfter lauter geworden weil der halt Milchbauer ist und wenn ich dann erzähle dass (ich sage) dass ich es nicht richtig finde dass man der Mutter das Kalb wegnimmt dann sagt er halt <Wie wie blöd man eigentlich sein kann und dass das immer schon so war und dass man halt auch von irgendwas leben muss> und, dass, und ja, also sehr oft wird wird man dann irgendwie so werde ich dann irgendwie so als weinerlich oder überempfindlich dargestellt, weil es ja eh so normal ist und, es eh nichts bringt dagegen zu sein,

I: Und hast du ahm, deswegen Freunde verloren oder neue Freunde gefunden oder Bekannte ((fragend)),

B1: Mmh (5) ah nochmal zu dem ob ob schon ein ein gröberer Streit war auch, auch auch eine sehr gute Freundin von mir die eigentlich auch Vegetarierin ist und mit der habe ich mich auch immer gut verstanden aber ich wie ich dann vegan geworden bin dann haben wir auch einmal länger darüber geredet und dann dann ist es aber auch zu einem sehr großen Streit gekommen weil sie hat das dann so aufgefasst dass ich es, dass ich sie dann als schlechte Person, hinstelle was eigentlich gar nicht so gemeint war, weil ich weil ich ich habe dann so gesagt <Ja jetzt wenn man Milch trinkt und Eier isst dann tötet man trotzdem Tiere> und sie hat sich dann quasi als so so hingestellt gefühlt als würde ich sagen <Ja du du bist auch eine Mörderin> quasi so ist so ist das dann halt für sie rübergekommen und, und ich kann mit ihr nach wie vor nicht darüber reden also wir verstehen uns immer noch gut aber das ist halt so ein Gebiet was quasi tabu ist, also ich habe sie nicht verloren deshalb aber es ist halt nicht mehr so wie vorher ‚quasi' aber ich habe auch sehr viele Freunde gewonnen also ich habe eigentlich mehr Freunde dadurch gewonnen ‚als ich verloren habe', und ich merke auch wie viele in meinem Umfeld jetzt sich auch dafür interessieren und zumindest Vegetarier werden und das ist schon, also ja, also ich habe jetzt mehr vegetarische oder vegane Freunde als als nicht nicht vegetarisch, ja,

I: Und versuchst du auch andere davon zu überzeugen oder davon zu erzählen ((fragend)),

B1: Ja schon also mir ist das schon ein großes Anliegen das ist auch so wieder sowas was schwankt es gibt wieder Phasen wo wo ich mich halt eher für andere Sachen interessiere aber dann gibt es wieder Phasen wo das quasi mein Hauptanliegen ist, und wo ich schon wenn es sich halt ergibt also ich versuch nicht penetrant zu sein aber wenn jemand fragt dann fühle ich mich irgendwie dazu verpflichtet das so genau wie möglich abzuhandeln und die Leute auch nicht anzulügen wenn die zwei Freunde vom (Fairtrade Point) mich angelogen hätten und gesagt hätten <Ja ist eh alles okay kannst eh weiter Vegetarier sein das ist super> dann wäre ich wahrscheinlich jetzt nicht vegan also und die haben da auch riskiert dass ich dann böse auf mich bin und jetzt fühle ich mich quasi verpflichtet das bei anderen auch zu machen dass dass ich auch riskiere dass sie böse auf mich sind aber ich ihnen zumindest mal das ganze Bild vermitteln weil das finde finde ich es hat zumindest jeder verdient einmal zu erfahren wie es ist und dann können sie immer noch entscheiden und das bleibt eh ihnen überlassen, ja, aber ich will ihnen zumindest mal weil sie sie können sich eigentlich ja nur frei entscheiden wenn sie mal alle Möglichkeiten haben und wenn sie mal alles darüber wissen, ja,

I: Wie sind dann meistens die Reaktionen darauf ((fragend)),

B1: Aja noch was was man vielleicht dazu sagen muss ich bin ja jetzt seit zwei Wochen beim Verein gegen Tierfabriken beim VGT (‚kennst du eh') ja und da bin ich jetzt war ich jetzt auch schon dreimal bei Infoständen und das ist natürlich das Leute davon überzeugen wollen in in Reinform eigentlich weil da macht das ist ja darum deshalb, ja (4) was wolltest du vorher noch fragen zu dem was ((fragend)),

I: Wie die Reaktionen sind wenn du jetzt andere so aufklärst, oder darüber erzählst über Veganismus,

B1: ((unterbricht)) Das ist ganz unterschiedlich die meisten sagen halt dann immer <Ja das ist halt meine Sache und ich lebe mein Leben und du lebst dein Leben und und lass mich und das das geht dich nichts an quasi und das ist meine Privatsache> und ja, oder oder s- und dann dann sagen auch viele Leute <Ja ich kaufe eh nur Bio> oder <Ich esse eh nur ganz wenig Fleisch> ‚und das was man halt hört so, ja' und beim beim VGT ist es halt eine besondere Situation weil da da kommen halt dann auch Leute hin die ((stutzend)) die halt wirklich lautstark äußern dass sie dass sie dagegen der Meinung sind und die auch sagen <Ja was seid denn ihr für Deppen und wie blöd seid ihr eigentlich dass ihr dafür seid> oder **sehr** oft also ja beim VGT (ist das öfters dass man das hört) <Ich bin ja für Tierschutz und ich mag ja dass es den Tieren gut geht aber Veganismus das ist übertrieben das ist zu viel> also das ist glaube ich jetzt seit ich beim VGT bin ist das die Nummer eins Antwort, also quasi Tierschutz ja aber Tierrechte nein, ‚herunter gebrochen',

I: ‚Interessant',

B1: ((lachend)),

I: Ah (5) hast du das Gefühl akzeptiert zu werden, mit deiner Lebenseinstellung ((fragend)),

B1: Nicht immer also es ist auch, die Leute zu Hause immer machen auch, fast fast bei jedem Essen auch wenn ich mein veganes Essen habe und sie haben halt irgendwas mit Fleisch <Und für den [Name] eine große Portion vom Schnitzel> und das ist fast jeden Tag dass sie diesen blöden Spruch reißen also sie meinen es natürlich nicht ernst aber es ist trotzdem immer der Versuch da mich quasi wieder zu verführen dass ich dass ich wieder tierische Produkte konsumiere, also das ist und auch auch im Freundeskreis eigentlich also die sagen dann auch <Ja das ist ja aber eh nur ganz wenig> oder <Komm, springe einmmal über deinen Schatten und probiere das wieder> also es ist also wenn ich nicht wenn man nicht hart wäre dann, dann ja, dann wäre ich schon längst wieder rückfällig geworden (3) aber andere andere sagen zu mir ja sie finden das voll super was ich mache sie sagen dann zwar sie könnten das selber nicht weil sie zum Beispiel mein Mitbewohner der ist Flexitarier, der sagt es wäre ihm selber zu viel Aufwand obwohl ich immer versuche ihn zu überzeugen aber er sagt, ihm fehlt irgendwie das das Engagement dazu aber er bewundert das halt dass dass ich das so mache, also das ist wieder die andere Seite,

I: Ahm, gehst du oft in vegane Supermärkte oder Restaurants, besuchst vegane Events ((fragend)),

B1: Ja schon also, zum zum MaranVegan dadurch dass es relativ weit weg ist gehe ich halt einmal im Monat oder so und kaufe mir halt Sachen die man wirklich sonst nirgends kriegt oder, und aber aber Bio-Supermärkte haben ja da auch fast ein vergleichbares, Sortiment eigentlich oder Naturkostläden haben auch fast ein vergleichbares Sortiment, beim Veganz war ich auch bei der Eröffnung und bei der Eröffnung von I love Veggie Burger war ich auch und bei der Veganmania war ich auch und jetzt ist ja der Tierrechtskongress da werde ich auch hingehen am fünften Oktober ist der Tierschutzlauf da werde ich auch hingehen also nicht als Läufer sondern als als Streckenposten weil ich ja beim VGT bin und ja, aber so in Restaurants gehe ich eigentlich nicht so viel muss ich sagen, ich ich muss auch sagen ich war durch den VGT kommt das jetzt erst weil die Leute sind eher so die die gerne Essen bestellen oder die gerne in Restaurants gehen und, genau durch das kommt das jetzt stärker aber sonst bin eher der der eher in die veganen Supermärkte geht wenn auch selten und dann eher selber kocht und nicht so in Restaurants (7) also was die Restaurants betrifft da habe ich bin ich noch bei weitem nicht im Bilde was da also, es gibt wahrscheinlich schon viel mehr als mir überhaupt bewusst ist und, ah und das das vegane Eis finde ich auch super das ist halt auch relativ weit weg das habe ich mir auch noch nicht so oft geholt aber ja ‚das ist auch eine super Möglichkeit‘,

I: Ahm dazu eine Frage, wie weit definierst du vegan also gibt es für dich Grenzen oder Ausnahmen ((fragend)),

B1: Ich versuche das echt so so streng wie möglich zu machen also ich, ich trinke auch nicht mehr den normalen S- Orangensaft oder so vom Supermarkt weil der ja auch geklärt ist oder, man müsste bei jeder Einzelmarke nachfragen was ich noch nicht gemacht habe also, ich versuche das schon so genau wie möglich zu machen und ich, ich habe auch noch ein paar Lederschuhe aber das trage nicht mehr gerne ich trage lieber die Schuhe die eigentlich schon kaputt sind ((lachend)) als die Lederschuhe aber ich werde die jetzt auch nicht wegschmeißen und ich irgend- und bald werde ich mir auch neue Schuhe kaufen und bei der bei der Kleidung achte ich auch darauf dass sie auch wenn es eigentlich eh pflanzlich ist aber, durch den Veganismus sind irgendwie auch andere Ansprüche an den Konsum gekommen also ich will auch darauf achten dass es zum Beispiel Bio-Baumwolle ist oder dass es sogar aus Hanf ist oder so und so und sogar irgendwie aus Europa ist und bei Kosmetik achte ich auch darauf, dass es tierversuchsfrei ist ‚so was gibt es noch‘ ((fragend)),

I: Zoobesuche ((fragend)),

B1: Hm ((fragend)),

I: Zoobesuche zum Beispiel,

B1: Nein in den Zoo will ich will ich auch nicht mehr gehen, das und das mit dem Zoo ist auch interessant das ist auch erst gekommen wie die das wirklich, tiefer geworden ist am Anfang habe ich gar nicht so realisiert dass es eigentlich dazugehört also ich bin seitdem nicht mehr in den Zoo gegangen weil niemand mehr in den Zoo mit mir gegangen ist, also ich weiß nicht wie es gewesen wäre wenn wenn jemand in den Zoo gegangen wäre wo ich auch die Gelegenheit dazu gehabt hätte

aber das ist erst dazugekommen wie das wo es dann wirklich größer geworden ist und dann auch dazugekommen ist dass es halt wirklich, allgemein dafür steht dass dass Tiere auch Rechte haben also aber ja Tierzirkus und Tierzoo lehne ich auch ab (7) ‚was wäre da sonst noch' ((fragend)),

I: Haustiere ((fragend)), wie man die ernährt ((lachend)),

B1: Auf die habe ich halt keinen Einfluss, das ist halt das ist also wir haben Katzen und ich habe ihnen auch eine meine meine Lieblingskatze das ist jetzt eh die einzige die noch überlebt hat bei uns ((lachend)) und der habe ich schon mal was mitgenommen und die hat das auch gefressen und ich füttere versuche halt immer eher eher sowas zu füttern aber es ist halt (nicht immer mein Einfluss), und ja, und aber und wenn ich in ein neues Haus ziehe würde ich mir nicht zulegen und wenn also schon gar nicht vom Züchter oder so und wenn dann vom vom Tierheim oder irgendjemand was irgendjemand irgend- also ein Tier das irgendwie Probleme hat und das sonst oder auch so Sachen wie wenn, irgendwann hat es mal sowas gegeben wo 100 ah 1000 Legehühner getötet werden sollten und wo man die retten hätte können und solche sowas also sowas wäre für mich schon auch im Bereich also wenn es so eine Gelegenheit nochmal gibt irgendwo so ein Tier zu retten dass dann mit einem leben würde das würde ich schon wahrnehmen (4) und wenn es ein Hund wäre würde ich den auch vegan ernähren bei der Katze müsste würde ich dann nochmal ganz genau nachschauen wie das dann wirklich geht und ja,

I: Hast du vor der Umstellung also zu dem Zeitpunkt wo dann die Entscheidung getroffen hast du willst vegan sein, hast du: davor bestimmte Erwartungen oder Befürchtungen gehabt und wenn ja haben sich die dann bewahrheitet ((fragend)),

B1: Ja mir ich mir ist immer so Angst so Angst gemacht worden schon jahrelang von meinem Umfeld dass man halt einfach Fleisch braucht zum Leben und dass man und dann später auch, dass man Milch braucht und Eier braucht also meine größte Sorge war einfach dass es mir gesundheitlich schlechter geht und dass ich dann schlechter denken kann das das war eigentlich meine Hauptangst dass meine geistige Leistungsfähigkeit was eigentlich für mich fast am wichtigsten ist dass das abnimmt und das das war eigentlich nicht so und da war ich dann am Anfang war es sogar so ich habe wo ich gedacht hätte ja es ist zwar ungesünder und schwieriger aber ich mache das trotzdem das ist mir jetzt wurscht und dann war ich so erleichtert wo ich gesehen habe dass es eigentlich eh auch sehr gesund ist und dass es auch und was mir auch mich auch sehr erleichtert hat war zum Beispiel ist auch die die American Dietetic Association also die /<Warte du hast da eine Ameise, da (7) ((lachend)) ah du musst sie selber runter blasen, da, jetzt ist sie da>/ genau dass die ADA auch eine eine dass die ADA auch eine vegane Ernährung für alle Altersstufen von Kindern bis zum Hochleistungssportler empfiehlt das hat mich auch sehr erleichtert eigentlich, und bei mir ist es auch immer so, ‚na das passt nicht dazu'(7) (‚was hatte ich sonst noch') ich hatte auch die Erwartung dass es teurer wird und das das schwankt halt es kommt halt darauf an was man jetzt macht wenn man jetzt zum Veganz geht und sich jetzt nur so tolle Ersatzprodukte kauft oder so Trendprodukte ist es natürlich teurer, aber, dafür hat man halt dann, eine ganz andere Qualität also weil viele vegane Produkte von Haus aus Bio und und fair gehandelt sind, und ja, und auf das habe ich ja vorher auch schon ein bisschen geachtet (6) und ich hatte auch die Hoffnung dass ich quasi die Leute auch ein bisschen mitziehen kann und das hat sich auch bestätigt also zum Beispiel meine kleine Schwester ist ja auch durch mich quasi Vegetarierin geworden und wenn immer wenn ich vegan koche dann isst sie immer mit und freut sich darüber und sagt mir immer wie es ihr geschmeckt hat und meistens hat es ihr ((lachend)) eh gut geschmeckt (5) und ich hatte irgendwie auch die Erwartung dass sich, dass sich dadurch dann auch Chancen tun also auftun dass ich zum Beispiel dann zum VGT komme weil ich wollte eigentlich mich schon immer engagieren aber ich habe mich aber irgendwie nicht nicht getraut oder, ich tue mir immer schwer den den ersten Schritt zu machen und da habe ich irgendwie auch erwartet dass ich früher oder später in so einer Organisation landen werde und das hat sich schließlich auch erfüllt ((lachend)) ‚vor zwei Wochen oder so' ((lachend)),

I: Würdest du sagen dass Veganismus in deinem Alltag ein großes Thema ist oder einen großen Platz einnimmt ((fragend)),

B1: Es ist ein sehr großes Thema also auch auch in meinem erweiterten Freundeskreis ist gibt es viele Leute die sagen sie wollen es zumindest probieren und es gibt auch sehr viele also, früher war es ja

glaube ich so Vegetarier Vegetarismus oder Veganismus (hat bei keinem funktioniert) aber jetzt ist es so fast wie mit dem Rauchen es will fast jeder aufhören Fleisch zu essen und auch wenn es nicht mehr wenn es nicht alle tun ist es zumindest habe ich zumindest das Gefühl in in unserem Alter schon das Angestrebte also sie sagen oft dann <Wenn es leichter wäre> oder <Wenn ich jetzt die Kraft dazu hätte dann dann würde ich sowieso kein Fleisch mehr essen> also ich es ist es ist ein sehr großes Thema ja,

I: Und was was glaubst du woran es bei den meisten scheitert oder warum sie den Schritt nicht machen wenn sie es gerne machen würden ((fragend)),

B1: Ja der Mensch ist halt ein Gewohnheitstier, es und die haben und jeder hat halt sein Lieblingslebensmittel ich habe auch ich komme ja von einem Milchbauern ich habe auch jeden Tag über einen Liter Milch getrunken und extrem also mehr fast mehr Milchprodukte gegessen als als als Leute die ich kenne und wenn man dann glaubt man denkt sich dann immer ja: Tiere schön und gut aber ich kann halt nicht ohne dem ohne dem wenn man halt so an bestimmten Gerichten oder bestimmten Lebensmitteln hängt das kann man das kann man das darf man ja nicht unterschätzen wie wichtig das für Leute sein kann und da finde ich ist es halt wichtig zu sagen dass es Alternativen gibt und dass man eigentlich auf nichts verzichten muss oder dass selbst wenn man jetzt ein paar alte Sachen weglässt am Anfang dass es dafür so viele neue Sachen gibt, aber viele sind halt nicht so offen für Neues oder tun sich da schwer und man muss sich natürlich sehr viel damit beschäftigen und genau was was mir auch auffällt Ernährung ist halt nicht für für alle so ein großes Thema also das es es ist halt nicht jeder so ( ) dass sie durch den Supermarkt gehen und jetzt jede Packung schauen was ist da jetzt drinnen und jetzt auf alles achten für die ist halt wichtig dass es leicht verfügbar ist dass es billig ist und dass es schmeckt, und das deckt sich halt dann nicht immer mit mit Veganismus ((lachend)) und ja,

I: Glaubst du dass das Alter eine Rolle spielt ((fragend)),

B1: Ja ich denke schon je jünger desto besser aber ich glaube auch ab bis zu einem gewissen Alter wenn man jetzt nicht wirklich eine sehr starke Persönlichkeit ist oder nicht die Unterstützung von den Eltern hat ist es eigentlich unmöglich weil ich war ja auch mit 13 als als ((lachend)) Junge am Land wenn du nicht man nicht nicht kochen kann, ich und dann du hast ja keine Chance eigentlich, also selbst wenn du wenn du willst wenn dich das Umfeld nicht unterstützt ist das eigentlich unmöglich und irgendwie erst ab einem gewissen Zeitpunkt wo ich auch selber einkaufen fahren kann wo ich selber kochen kann wo ich jetzt eh in einer eigenen Wohnung mit noch wem bin und das selber bestimme, ist es uneingeschränkt möglich ‚eigentlich' und ich habe auch das Gefühl je je älter also man kann darf natürlich nicht verallgemeinern aber ich habe auch das Gefühl dass es bei der älteren Generation sehr schwierig ist, weil die Nachkriegsgeneration, meine Oma die hat ja teilweise noch noch Hunger leiden müssen und wenn es dann quasi unbegrenzt wenn es dann auf einmal so viel Essen gibt dann ist es natürlich ist es natürlich eine große Freude und das ist für und für die k- für die, kann man es halt nicht erklären wie jemand auf das **verzichten** will was für das auf das die verzichten haben **müssen** und das die so bitter nötig gehabt hätten das kann sie halt nicht verstehen meine Oma dass dass Leute freiwillig ohne sowas leben, weil sie so froh ist dass sie dass sie das jetzt haben kann was sie als Kind nicht hatte und so, aber jetzt leben wir ja nicht mehr in einer Mangelgesellschaft, nicht jetzt gibt es ja auch das nicht mehr, und ich glaube jetzt auch wenn die neuen Generationen dann nachrücken, wird es wird das mit dem Alter auch ‚nicht mehr das Problem sein', aber ich glaube schon so dass das so von, von 14 bis bis 30 so grob gesagt die die Hauptzielgruppe ist, dafür (3) ja, ich finde dass das schon noch eher urban ist daweil noch,

I: Also kann das sein dass du denkst, dass ahm das soziale Umfeld, die Unterstützung des Umfeldes wichtig ist und auch dass das Angebot da ist ((fragend)),

B1: ((unterbricht)) Gerade wenn man jung ist also, also was was ich damit gemeint gemeint habe mit dem Alter bis zu einem gewissen Alter geht kommt es halt komplett auf das Umfeld an da kann die Person noch so gern vegan sein wollen, wenn die Eltern <Nein> sagen dann dann geht das halt nicht, also es ist ab es geht für mich erst ab einem gewissen Alter, und ab einem gewissen Alter wird es halt dann wieder schwierig ((lachend)) jetzt ohne zu verallgemeinern aber, habe ich halt so den ‚den allgemeinen Eindruck' (5) na und und Unterstützung vom Umfeld ist auch etwas was es dann für den

Einzelnen leichter macht also ich wenn ich jetzt wenn wenn meine Eltern jetzt vegan wären wäre ich vielleicht ab 15 auch selber vegan geworden aber dadurch dass ich das halt nicht gehabt habe hat sich das bei mir so lange verzögert, und ich sehe das auch bei meiner kleinen Schwester bei der ist es jetzt viel viel ein- viel einfacher also das wofür ich noch kämpfen habe müssen mit 14 das hat sie jetzt mit acht schon selbstverständlich also dass die Mama manchmal für sie kocht dass ihr großer Bruder jetzt wenn er da ist jeden Abend für sie kocht und dass dass sie auch Sachen hat die man sonst so so so typische Ersatzprodukte die wo ich gar nicht wusste dass es die gibt dass die die jetzt auch hat, also ich merke auch wie wie wichtig es ist dass in einem bestimmten Umfeld einer mal diese Mauer bricht und dass bin bin in meiner Familie nun mal ich und dann ist es für die anderen schon viel leichter oder auch in meiner Verwandtschaft wenn ich mal das allen erklärt habe und mittlerweile genau das habe ich vorher nicht erzählt das zweite Ostern war war dann schon haben die Leute schon viel gelassener gesehen da habe ich ihnen das auch erzählt dass es Kala Namak gibt dieses Schwefelsalz wo dann Sachen wie Ei schmecken und habe ich ihnen auch ihnen erzählt was ich alles koche und so und dann haben sie es schon viel gelassener gesehen und haben sich eigentlich gefreut für mich dass ich das für mich entdeckt habe, und ja, also ich sehe halt wie wichtig es ist also für die erste Person in irgendeinem Umfeld ist es **verdammt** schwer glaube ich und danach wird es wird es immer leichter,

I: Glaubst du dass es wichtig ist dass sich Gleichgesinnte finden oder ((fragend)),

B1: Für mich ist es extrem wichtig also wenn ich das nicht gehabt hätte dann dann hätte sich das bei mir noch mehr verzögert bis ich irgendwann an jemanden geraten bin weil ich habe das Veganismus habe ich ja echt nicht gekannt das ich dachte halt immer das ist sind irgendwelche Leute die halt nur, weiß ich nicht Körner essen oder so das das das hat für mich quasi nicht existiert und sobald die dann gesagt haben dass sie Veganer sind hat es dann gar nicht lange gedauert bis der Gedanke (zieht bei mir) weil ich weil ich eh immer schaue was was (ist grad so) und weil ich eh recht offen bin aber wenn halt überhaupt kein Input ist dann dann geht das halt nicht und wenn keiner im direkten Umfeld ist, ‚dann geht das halt nicht‘,

I: Und glaubst du dass es ah viele Vorurteile gibt über Veganismus ((fragend)),

B1: Es gibt **extrem** viele Vorurteile also es (ist) ich kenne fast nichts wo es mehr Vorurteile geben würde ((lachend)) und deshalb ist auch das Umfeld so wichtig wo man sich dann über sowas lustig machen kann und dann, oder zumindest darüber reden kann dass das ein Blödsinn ist und was die Wahrheit ist und das das macht es halt für für mich viel leichter und das nimmt von mir auch sehr viel Druck auch (3), soll ich die Vorurteile aufzählen oder ((fragend)) ((lachend)),

I: Wenn du willst ((lachend)),

B1: Ja ein Vorurteil ist dass man halt nichts zum Essen hat dass man nur Blätter essen kann ((lachend)) und Körner und, und, auch ein Vorurteil ist Vorurteil ist dass das Missionare sind die den Leuten die Pelzmäntel vom Körper reißen und halt jeden der Fleisch isst <Mörder> bezeichnen und auch von der Ernährung gibt es gibt es auch Sachen dass dass man halt dass halt Sport nicht möglich ist und dass Schw- dass es in der Schwangerschaft auch überhaupt nicht möglich ist und dass Veganer haben auch so schlechte schlechte Knochen und sind unterernährt und haben einen Eiweißmangel und alles Mögliche,

I: Ahm, also was mir auffällt ist dass in Wien das irgendwie fast schon so ein ich sage mal Trend ist jetzt auch vegan zu sein dass sehr viele neue Lokale eröffnen und eben eigene Veranstaltungen stattfinden ahm was glaubst du woran das liegt oder ((fragend)),

B1: Ja die Wirtschaft hat halt auch irgendwann erkannt dass das dass sie damit damit auch Umsatz machen kann aber es ist ja nicht nur das weil, die wie die Veganmania dient ja auch dazu das einfach auch näher an die Leute zu bringen aber was jetzt da der **Urauslöser** war ‚ich kann es gar nicht sagen, also‘, ich meine ein Mitauslöser war vielleicht auch Attila Hildmann der halt mit den mit den Kochbüchern das erreicht hat und jetzt quasi der meistverkaufte ((stutzend)) Kochbuchautor ist im deutschsprachigen Raum und es sind so viele nachgefolgt dass wenn man jetzt in irgendeine x-beliebige Buchhandlung schaut gibt es eine riesige ((lachend)) Sektion immer nur mit veganen Kochbüchern und fast jedes Magazin schreibt jetzt auch schon darüber, also ich, ich ich glaube es hat

fast mit den Kochbüchern angefangen und und, ja vielleicht ist jetzt auch die Zeit reif geworden weil jetzt sind so so so Umweltfragen sind halt und solche Sachen sind jetzt auch so aktuell wie noch nie und es geht ja auch immer so schrittweise vor 20 Jahren war quasi der Bio-Boom und vegan ist für mich quasi das nächste große Ding und ist auch für mich irgendwie das das Nächste der nächste logische Schritt weil halt gerade so im im jungen urbanen Kreis ist halt dieses dieses nachhaltige Leben bewusster Leben sind halt sehr groß sehr große Sachen und ist das ist halt sehr wichtig und da ist quasi vegan das nächste große Dinge nach nach Bio (5) na weil weil halt finde ich die die Zeit gekommen ist für so einen bewussten Lebensstil weil das gerade sehr aktuell ist und da war halt schon schon der fruchtbare Boden da, natürlich gab es halt viele Sachen die da auch Pionierarbeit geleistet haben die schon seit 15 Jahren vegan sind und und auch gedankliche Vorarbeit geleistet haben so wie die so wie auch so so Vereine wie der VGT oder so,

I: Und hast du irgendwelche Vorbilder ((fragend)),

B1: Martin Balluch ist schon ein großes Vorbild weil das ist quasi der der wichtigste Tierschützer Österreichs und für mich auch eine für mich subjektiv auch wenn es objektiv nicht stimmt vielleicht eine der wichtigsten Personen Österreichs weil, das das muss man sich mal auf der Zunge zergehen lassen was der was der VGT unter seiner Führung erreicht hat es ist in in Österreich sind Wildtiere im Zirkus nicht mehr erlaubt Österreich hat als erstes Land überhaupt die Pelzfarmen komplett verboten und Legebatterien gibt es auch nicht mehr natürlich (werden noch Käfige aber verbot-) importiert aber Legebatterien gibt es auch nicht mehr und das sind halt, und das hat halt er mit seiner Organisation erreicht und das das ist schon ‚ein großes Vorbild' und Christian Vagedes oder Vagedes weiß nicht wie man den ausspricht ist auch ein großes Vorbild finde ich, weil, was ich an der Veganen Gesellschaft (bewundere oder Christian Vagedes) die sind die sind sehr konsequent auch und sagen die Wahrheit und sind auch wenn jemand Flexitarier ist sagen sie auch klipp und klar warum sie das nicht in Ordnung finden aber sie vermitteln das irgendwie, ich weiß nicht ich finde die die schlagen nie über die Stränge die die finden genau den richtigen Ton, was eigentlich immens schwierig ist und vor- a- und manchmal scheint es mir fast unmöglich jetzt sich nicht im Ton zu vergreifen aber die kriegen irgendwie die perfekte Balance hin und und (der auch unter) seiner Führung und der was mich auch bei ihm so so was mir an ihm so gefällt ist irgendwie dass er die Inspiration hat und dass dass er auch daran glaubt dass die Welt eines Tages vegan sein wird und dass er auch quasi schon Konzepte dafür hat wie das sein wird und also für mich ist der auch so eine Art Vordenker, was das betrifft, ja,

I: Ja noch eine Frage dazu wie siehst du die Zukunft für Veganismus ((fragend)),

B1: ((Nachdenkend)) Auch bis vor kurzem habe habe ich auch so gedacht dass dass ist ja eigentlich nur logisch jetzt mit den jungen Leuten die immer offener werden und auch die Wirtschaft geht immer darauf ein und es wird immer einfacher dass halt immer mehr vegan werden und irgendwann sind es alle, aber jetzt war ich auch beim beim VGT auf dem Aktivismus-Camp und da hat der Martin Balluch der da auch war so so einen Minivortrag gehalten und hat auch so eine Graphik gezeigt die irgendwie zeigt, dass dieses dieses ‚weiß ich nicht wie man das jetzt am besten das erklärt' das war da so ein Diagramm wo man sich vorstellen muss dass links quasi so extreme Formen der Tierausbeutung sind, so wie Stierkämpfe oder Hundekämpfe und dann ist irgendwie die die normale Senke mit dem Fleischkonsum aus Massentierhaltung und dann kommt irgendwann das Biofleisch und dann der Vegetarismus und irgendwann der Veganismus und das ist quasi so eine Kule und jede Person die quasi jetzt Vegetarier werden will fällt durch den gesellschaftlichen Druck irgendwann wieder zurück und der hat auch, und man soll das heißt man muss, man man kann natürlich auch die Einzelnen verändern aber die fallen früher oder später irgendwann zurück durch den gesellschaftlichen Druck und solche Sachen wie, veganes Angebot in der Mensa wären quasi eine Delle in dem also die wären quasi auf der veganen Seite eine Delle wo die Punkte auch reinfallen und man versuchen kann das quasi zu machen aber er glaubt daran dass es dass es nur geht wenn man das große Ding verschiebt weil er hat uns das erzählt bevor Wildtiere im Zirkus verboten waren hat es keiner hinterfragt es war normal und wer gesagt hat <Wildtiere im Zirkus das das gehört sich nicht> haben gesagt <Was seid seid ihr blöd, das das ist einfach so > aber danach zwei Jahre danach hat man dann wenn man Leute gefragt hat war das für sie selbstverständlich dass keine Wildtiere im Zirkus sind und **heute** hat er uns auch gesagt sagt sogar der Roncalli, ah, Geschäftsführer oder keine Ahnung, selbst in seiner Werbung <Selbstverständlich haben wir keine wilden Tiere im Zirkus weil das ist ja würdelos> und alles

Mögliche, also und das war vor ein paar Jahren noch undenkbar und quasi wenn man jetzt so gesellschaftlich was ändert dann zieht die **gesamte** Gesellschaft mit und jeder der noch Wildtiere im Zirkus haben will steht dann auf einmal auf der anderen Seite und muss sehr stark dagegen ankämpfen der müsste dann quasi in ein anderes Land reisen um sich das weiter anzuschauen und da spät früher fällt früher oder später auch, quasi hinein, und was mich auch ein bisschen ernüchtert hat dass, dass der Martin Balluch auch eine uns eine Umfrage zitiert hat wo es wo es heißt drei Viertel aller Veganer fallen wieder zurück, und auch diese Umfrage die ergeben hat dass neun Prozent Vegetarier sind da da sind sie auch skeptisch und weil der Fleischverbrauch immer noch steigt, also das habe ich erst durch die letzten Wochen wieder das hat mich ein bisschen wieder, hat mir ein bisschen die Hoffnung genommen aber ich ich glaube aber, aber ja, also wie dass dass glaube ich halt dass Veganismus nicht die einzige Lösung ist sondern dass auch mit solchen Sachen die es halt, wirklich die schrittweise Sachen verbessern dass es dass das auch dazugehört (3) auch wenn es natürlich schöner wäre wenn es alle schlagartig machen, aber für die für die breite Masse, wird es schlussendlich möglich sein dass es durch schrittweise Verbesserungen sich annähert ‚dem Veganen und ja' (4) aber ich glaube auch nicht dass es nur Trend ist, weil das ist zumindest die die das vollauf verstanden haben haben und ich glaube auch viele die das eigentlich zuerst wegen dem Trend machen beschäftigen sich dann näher damit weil dann ist einmal die Tür geöffnet wenn man sieht das ist gesund dann dann ist es schon viel einfacher dann sieht man okay ich kann mich so auch gesund und lecker ernähren und das und dann ist schon einmal ein Hauptpunkt ja es schmeckt nicht und es ist ungesund fällt dann schon mal weg und das ist schon man ist schon mal viel offener dafür (3) also ich glaube schon dass es nicht nur ein Trend ist zumindest für, für einige oder für viele ja (3) vielleicht bin ich da nur überschwänglich aber ich kann mir das fast nicht vorstellen, ja (2) und schlechter wird es auf keinen Fall mehr oder da müsste schon irgendwas, völlig unerwartetes passieren dass es jetzt wieder wieder schlechter wird, weil jetzt, jetzt, ist ja schon mal so viel Vorarbeit geleistet worden jetzt wird es jetzt wird es immer leichter und dadurch, wäre es für mich unverständlich wenn das wieder zurückgehen wird würde, weil die Bioprodukte die haben zwar auch nur eine bestimmte Prozentzahl erreicht aber die sind ja auch nicht nie ganz verschwunden quasi und jetzt gibt es die auch überall zu kaufen so wird es auch mit mit vegan sein es es wird ganz wird es nicht mehr gehen, also nicht nicht mehr weggehen, ( ),

I: Ahm was waren für dich die größten Hindernisse in der Umstellung oder was glaubst du was für andere die größten Hindernisse sind ((fragend)),

B1: Ja das das das Kochen lernen ich konnte halt wirklich nicht kochen ich wusste auch nicht was was man da essen muss und auch wenn man das dann liest ja du musst musst Hülsenfrüchte essen und Vollkorngetreide, ich hatte keine Ahnung wie man das wie man das hinkriegt dass man das jeden Tag irgendwie zu sich nimmt und ((stutzend)) oder oder das und das man das irgendwie in den Speiseplan einbaut das das schien für mich schon sehr weit weg und und das das waren auch für mich am Anfang so so exotische Lebensmittel oder, auch dass ich jetzt quasi, so oft einkaufen werde und jetzt so weil, hm, und und so viel frisches Gemüse einkaufen werde dass dass man jetzt immer Hülsenfrüchte und sowas kaufen wird ((stutzend)) gedacht gedacht und das dann immer so zubereiten ja das war für mich schon am Anfang unüberwindlich weil wir haben halt am am Land einmal oder zweimal in der ah, oder da einmal manchmal nur zweimal im Monat eingekauft und, ja und da gibt es halt und, da wie ich angefangen habe habe hat es auch noch nicht so viele Sachen gegeben und ja da dachte ich schon auch jetzt es es schaut sehr schlecht aus was das Essen betrifft, und das hat sich auch nur nach und nach, lösen können, weil da war ich schon am ich wusste zwar welche Lebensmittel, man essen soll aber ich habe hatte halt keine Ahnung, welche Gerichte es damit gibt und dass dass dann halt wirklich überhaupt nicht kochen kann ist das schon, eine fast unüberwindliche Hürde, und ich glaube wenn es jetzt jemand ist der sich da noch stärker dagegen wehren würde dann dann wäre das noch schwieriger ‚also als in meinem Fall' (9) oder auch wenn sich jetzt jemand partout nicht für den Geschmack von irgendwelchen, Produkten begeistern kann und jetzt wirklich sagt <Ich brauche das aber und ich kann ohne dem **wirklich** nicht> dann ist ist kann das auch eine sehr große Hürde sein (3) und auch im im so Sachen wie das Umfeld weil weil viele sagen mir sagen mir das das wäre ein No-Go wenn sie zum Beispiel zur der Oma sagen <Nein ich esse jetzt den Kuchen nicht weil weil ich jetzt vegan bin> also das, das ist halt für manche echt unvorstellbar, dass sie jetzt ihrer ganzen Verwandtschaft oder ihrem Freundeskreis vor den Kopf stoßen, mit dieser Entscheidung (4) also v- ich habe auch das Gefühl viele wollen halt nicht, damit negativ auffallen weil man macht sich damit schon unbeliebt auch oft und, ja (3) und sieht eben auch dadurch dass, ja dadurch dass der Standard hat letztens auch sowas

veröffentlicht irgendwie über 90% aller Veganer fühlen sich schikaniert was ich auch bestätigen ((lachend)) kann und, sicher wi- und das wissen auch die Leute also vi- also in in meinem Freundeskreis auch die Leute die nicht vegan sind wissen, wie man bombardiert wird wenn man vegan wird und die sagen <Ich ich bin schon für die Tiere aber das will ich mir ersparen>, ((lachend)) und da sieht man auch was wieder dass, wie vom Martin Balluch da ist halt schon so großer gesellschaftlicher Druck dass es nicht sehr viele schaffen über diese diese Hürde oder wieder zurückfallen weil weil der Druck halt schon (immens ist),

I: Aber glaubst du wird da die, die Offenheit dafür oder Verständnis und Akzeptanz größer ((fragend)),

B1: Es hat ja eh in in gewissen Kreisen oder in der Stadt hat es eh den den Spinner Status schon komplett verloren was ja vor ein paar Jahren noch undenkbar wäre oder da wäre es noch undenkbar eben gewesen dass es dass es jetzt ein veganes Eis gibt oder dass es jetzt einen rein veganen Supermarkt gibt das wäre ja auch undenkbar gewesen also, andererseits glaube ich auch wieder dass dass manche Sachen schneller gehen, als man glaubt und, ‚dass sich da schon was getan hat' aber am Land ist es halt schon auch, schon schon auch schwierig und da wird es schon noch eine Zeit lang dauern ‚glaube ich bis das ankommt', weil selbst wenn man in den VGT ah Restaurantführer schaut von Niederösterreich fast alle Lokale sind von von Wien also in Wien Umgebung also jetzt im Waldviertel wo ich bin, da gibt es halt wirklich fast nichts, und da und in in Gebieten wo die Landwirtschaft vorherrscht wird es wird es auch sehr schwer sein das zu brechen, weil in so einem Dorf ist es halt auch schwierig wo fast jeder irgendwie Verwandte aus der Landwirtschaft hat oder selber, sein Geld damit verdient ist es halt sehr schwierig aufzustehen und sagen <Ich bin jetzt vegan> ((lachend)),

I: Ja das würde mich noch interessieren was du eben ahm dass dein Vater Landwirt ist ahm, wie das mit Veganismus zusammenhängt ob das ((lachend)),

B1: ((lachend)) Ja man könnte eh natürlich sagen <Wie wie kann das passieren dass jetzt dass jetzt ein ein Bauersohn vegan wird das ist ja so so absurd> könnte man sagen aber andererseits könnte man sagen <Es ist eigentlich sehr nahe liegend> weil ich ich weiß besser Bescheid darüber als als die meisten ich ich ich habe schon als Kind eine Schlachtung von einem Schwein gesehen ich und ich, ich ich weiß auch nur zu gut wie es wie es denn Kühen geht und es ist auch ein Biobauernhof und ich weiß auch dass das auch bei Bio sein kann dass die dass die Rinder immer noch angebunden sind und ich weiß auch dass in der Realität der Auslauf nicht umgesetzt wird also ich habe da quasi Insiderwissen und bin un- dadurch nicht zu blenden weil mein Mitbewohner der sieht die Werbung sieht die freilaufenden Hühner und die freilaufenden Kühe und glaubt halt immer noch wenn er wenn er Biomilchprodukte kauft ist es kein Problem, natürlich ich habe halt auch die Videos gebraucht die mir halt wirklich das klipp und klar zeigen nur durch das am Bauernhof leben hätte das nicht funktioniert aber ich weiß jetzt zumindest wie es wirklich ist oder wie es wirklich sein kann also dadurch, bin ich näher an der Realität und weiß auch, und bin da auch schwer zu a- also mir kann man da schlecht einen Blödsinn erzählen was das betrifft, also was jetzt die Haltungsbedingungen betrifft, aber ich fühle schon irgendwie so eine Schuld muss ich sagen, also dass ich da irgendwie auch damit drinnen hänge und, und wenn ich jetzt daheim bin und, und und daran denken muss ja im Stall sind jetzt 20 oder 25 Kühe die angebunden sind und ich mache nichts dagegen aber was soll ich da fühle ich mich auch immer hilflos und und weiß nicht was ich dagegen machen soll und fühle mich auch irgendwie schuldig weil ich, ja auch davon profitiere eigentlich (5) weil fast alles was ich habe ist irgendwie mit mit Milchgeld finanziert wenn man sich das mal vorstellt, das ist schon, aber andererseits muss man ja sagen ich ich konnte ja nichts dafür, und das ist jetzt halt schon geschehen und es ist besser dass ich jetzt vegan bin und zumindest jetzt dagegen bin als wenn ich immer noch so wäre (3) also, weil im Prinzip konnte konnte konnte ich eigentlich wirklich nichts nichts dafür, und ich glaube dadurch ist der Drang das an die Leute zu bringen und den Leuten die Wahrheit zu sagen und das zu verbreiten noch größer, weil ich halt das wirklich daheim habe und irgendwie auch diese diese Schuld fühle und irgendwie dadurch habe ich auch den Drang dass das aufhört (10) aber es ist natürlich auch ein viel schwierigerer Kampf gegen die Eltern weil ich glaube, selbst das aller konservativste Umfeld ist nicht so schwierig wie wie ein Milchbauer jetzt der jetzt wirklich sein Geld damit verdient und, und da ist auch dieses Nutzverhältnis zum Tier viel stärker wenn man jetzt wirklich Tag für Tag sein sein tägliches Brot mit Tieren verdient dann, ja, dann dann sieht man halt in

in Tieren eher nur den Nutzen und also meine Mutter sieht selbst in den Katzen keine Haustiere sondern Nutztiere die sagt halt <Ja die fangen halt Mäuse wenn sie keine Mäuse fangen würden dann dann wären sie ja nutzlos und wenn ein Tier das nichts macht wofür füttere ich das> also und da merkt man auch dass wie wie tief das drinnen ist in den Leuten das das das kriegt man auch sehr schwer raus (4) Jäger wäre vielleicht auch schwierig gewesen ((lachend)) aber Landwirt ist schon eines (‚der härtesten Felder ja'),

I: Wie stehen deine Eltern jetzt dazu oder wie haben sie reagiert ‚wie du ihnen das gesagt hast' ((fragend)),

B1: Die haben auf Vegetarismus eigentlich heftiger reagiert wie auf Veganismus, weil wie ich vegan geworden bin da war ich ja quasi schon nicht mehr in ihrem Griff da bin ich ihnen ja schon quasi entglitten da war ich ja schon im Internat und da war ich schon dann nachher in Wien das heißt ja, und einmal hat auch mein Vater gesagt <Ja wenn du es wenn du das für dich machst und für dich selber kochst> und was soll er dagegen tun und wie wie, das hat er eigentlich eh schon vor längerer Zeit aber dann wieder an anderen Tagen regt er sich trotzdem wieder wieder auf und sagt, und sagt mir was das für ein Blödsinn ist, oder wenn ich oder ganz schlimm ist es oft immer noch wenn ich für alle koche, dann will er das halt nicht essen und oder schimpft warum er sowas jetzt essen muss und dass das so ein Fras ist und ja das ist dann auch dann auch unangenehm wenn man sich jetzt die Mühe macht und für die ganze Familie kocht und dann, ‚dann lehnen sie das ab' (4) also eben das das, Vegetarismus das war war wesentlich schwieriger weil da war ich halt noch jünger und, und dauernd daheim und habe und ja, und dadurch dass ich das schon mal erkämpft habe hatte war das andere nicht mehr nicht mehr so so ( ), also der der große Streit der aller der ganz große Streit blieb eigentlich aus ‚den gab es nur wie ich gesagt habe <Ich will Vegetarier sein>',

I: Gut von meiner Seite aus wären wir eigentlich am Ende angelangt, ahm wenn dir noch irgendwas einfällt irgendeine Erfahrung oder eine Situation kannst du das gerne noch erzählen, und: (wenn noch),

B1: ((unterbricht)) Ja man merkt es auch irgendwie es es ändert sich auch mit der Zeit dann der ganze Blick, eh fast, allein wenn man jetzt normal fernsieht oder wenn man jetzt normal Zeitung liest denkt man sich ganz andere Sachen früher, wenn wenn man so durch die Zeitung geschaut hat und dann waren halt die Sachen mit den ja es ist wieder eine Katze umgebracht worden habe ich mir gedacht okay aber jetzt denke ich mir das weil, über wenn wenn eine einzelne Katze stirbt dann wird das berichtet aber über die tausend Millionen Schweine die jeden Tag sterben das interessiert keinen und das oder auch wenn ich jetzt durch Wien gehe und ich sehe die Fiaker dann gibt es mir wieder einen Stich oder wenn man jetzt wenn ich jetzt wieder nach Wien fahre und ich sehe irgendwo einen einen Pferdehof dann gibt es mir wieder einen Stich oder wenn ich irgendwo einen bei einem Schlachthof vorbeifahre dann gibt es mir wieder einen Stich also das ist einfach, ich habe das Gefühl man geht dann viel offener für das durch die Welt, oder jetzt auch durch den VGT jetzt fällt mir auch dieses dieses Pelzthema mehr auf und ich und ich und mir fällt ich schaue in die in die Auslage und und wenn ich wieder einen Pelz sehe dann ja, auch wo wo man es nicht erwartet ‚fällt mir das viel stärker auf',

I: Also hat sich deine Sichtweise verändert ((nachfragend)),

B1: ‚Ja komplett verändert',

I: Gibt es vielleicht irgendetwas was du vermisst oder, was du, manchmal eben wo es dir halt sehr schwer fällt oder, was du, ja ((fragend)),

B1: Manchmal wenn ich mir so so klassische Kochbücher anschaue denke ich mir schon das sind eigentlich tolle Sachen die die damit machen aber die Produkte die die verwenden sind halt inakzeptabel und da wünsche ich mir dann oft dass es irgendwie, möglich wäre das das das auch so zuzubereiten ohne ohne ganz ohne Probleme weil alles gibt es halt doch nicht, auch wenn ich weitestgehend ohne das auskomme manchmal sehe ich das dann wieder und denke mir, ja, irgendwie schade dass das das nicht doch irgendwie geht (15) oder ein ((lachend)) einer meiner Freunde ist der arbeitet beim (Bio) Bauernmarkt auf einem Käsestand und der ist gerade so quasi ((lachend)) Käsefeinschmecker und das ist halt den kannst du halt nicht mit irgendwelchen

Wilmersburgerscheiben oder so überzeugen, und da wäre es kommt auch sicher irgendwann noch und im Biosupermarkt gibt es auch schon einen natürlich gereiften Käse mit mit Käsekulturen aber für solche Leute denen sowas wichtig ist würde ich mir wünschen dass dass es sowas auch geben würde auf auf auf einem vergleichbaren Stand, ja, das ist weil sonst können die immer noch sagen <Ja aber das gibt es nicht und sehr hohe Handwerkskunst die gibt es halt mit dem nicht und das sind irgendwelche billigen Massenprodukte die will ich nicht> und ja, und wenn es das geben würde dann, wäre das auch wieder ein Schritt (4) und was ich mir auch wünschen würde wenn wenn die Leute die die veganen Sportler mehr anerkennen würden die sagen dann <Ja du kannst das machen weil du du musst nichts anstrengendes machen du sitzt halt nur den ganzen Tag herum> aber, nur zum Beispiel Leute wie der wie der Carl Lewis der weiß ich nicht Silber bei Olympia gewonnen hat oder so oder, oder es gibt Ironman Athleten der der Patrick Baboumian und und die ganzen Sachen oder so viele vegane Bodybuilder die es mittlerweile gibt, und, das finde ich ist noch nicht so in den Köpfen der Menschen angelangt und irgendwie das das das muss noch stärker kommen aber, ich ich glaube das kommt kommt auch mit der Zeit, ja (6) weil ich denke mir dann auch die sehen da zum Beispiel den den Carl Lewis und sehen wie schnell der rennt und dann haben sie irgendwie im Hinterkopf aber das geht nur mit Fleisch weil sie es sonst halt gar nicht wissen dass der Veganer ist und wenn wenn die das wissen würden würden sie vielleicht auch einen anderen Blick haben, und einmal war ich bei so einem Vegan Vortrag vom vom Kurt Schmiedinger von der Veganen Gesellschaft Österreichs und dann, und dann hat halt eine gesagt <Ja schön und gut aber Schwarzenegger werden sie damit nicht> ((lachend)), und, aber wenn man solchen Leuten dann sagen würde <Ja es gibt auch vegane Bodybuilder> dann, und ja, aber eigentlich ist es ja eh absurd auf das auf das hinzuweisen weil man kann ja jetzt nicht eine Ernährung oder eine Lebensform danach beurteilen ob man jetzt damit ein Schwarzenegger werden kann ((lachend)) das ist ja auch ( ), aber naja (5) (aber da fällt einem auf) irgendwie, wie sehr manche Leute davon besessen werden jetzt so, von diesem (groß und stark) und gerade beim Männern irgendwie, ist es oft gerade, gilt es halt immer oft immer noch als unmännlich jetzt kein Fleisch zu essen,

I: Wie glaubst du hängt das zusammen Männlichkeit und Fleisch essen ((fragend)),

B1: ((Lachend)) Ah das ist jetzt schwierig aber das ist halt, das ist halt das hat halt so was archaisches auch die Jagd, aber das was wir heute machen hat ja nichts mit mit Jagd zu tun in den Supermarkt gehen und ein Packerl kaufen also ((lachend)) das ist auch nicht ‚sehr männlich' aber ja das das verbinden die halt irgendwie mit sowas sowas Mystischem Vormenschlichem keine Ahnung, und das ja, das das das Fleisch hat irgendwie auch so ein so eine Symbolhaftigkeit für die Körperlichkeit und auch für die Lust irgendwie und das ist irgendwie auch in uns drinnen ‚glaube ich' aber ja (5) es gilt halt irgendwie als besonders männlich jetzt irgendwie ein Tier mit seiner Kraft zu überwältigen und dann, ‚das zu essen' und Sammeln ist halt das Weibische ‚für die' und Jagen ist das Männliche obwohl wie gesagt heutzutage, in den Supermarkt gehen und ein Packerl kaufen hat ja mit dem nichts mehr zu tun ((lachend)), ja (14) ‚hast du sonst noch irgendwelche Fragen' ((fragend)),

I: Ahm ((lachend)),

B1: Ich bin eigentlich am Ende angelangt ((lachend)),

I: Ja, aber vielleicht noch ganz kurz wie: Veganismus dein Leben verändert hat, ganz kurz und prägnant ((fragend)) ((lachend)),

B1: ((lachend)) (Ganz kurz ja) (6) Ja ich habe auch viele neue Leute kennengelernt ich ich habe dadurch Kochen gelernt ich habe dadurch viel ah ich habe auch dafür dadurch viel besser diskutieren und argumentieren gelernt weil ich habe dann in, im Zuge dadurch dass ich viel darüber geredet habe habe ich mich auch mit mit ahm mit Diskussionskultur beschäftigt oder mit Argumentation und mit Logik der Argumentation also, das damit tue ich mir jetzt auch leichter und auch irgendwie, charakterlich wird man dadurch irgendwie auch gestärkt also dieses man man lernt ich tue mir ich habe mir auch immer schwer getan mit <Nein> sagen und das habe ich dadurch auch, zumindest ein Stück weit gelernt, ja, und auch dass ich jetzt beim beim VGT bin und auch wieder, zu ganz anderen Leuten gekommen bin und in ein ganz anderes Umfeld gekommen bin das wäre sonst auch nie passiert, ja,

I: Okay, super, dann vielen Dank dass du dir Zeit [genommen hast] und so offen mit mir darüber geredet [hast], das hat mir sehr geholfen, danke, ((lachend)),

B1: [Ja bitte sehr] ((lachend)), [Ja bitte sehr] ((lachend)),

Interview 2 Transkript

Kurzfragebogen:

Alter: 36

Geschlecht: männlich

Wohnort: Wien

Familienstand: ledig

Höchste abgeschlossene Schuldbildung: Diplom Vital Ernährungstrainer

Beruf/Ausbildung: Studium, Lehre, Diplom

Seit wann vegan: Anfang des Jahres (Jänner 2014)

I: Also danke mal dass du dir für das Gespräch Zeit nimmst [und es] geht um Veganismus und den Entscheidungsprozess dahin und den [Alltag von Veganern] und Veganerinnen und ich werde dir eine Eingangsfrage stellen und dann nur mal zuhören [und] eventuell nachfragen und zusammenfassen ob ich es eh richtig verstanden habe und da kannst du mich dann korrigieren wenn ich was falsch wiedergebe und es ist natürlich alles anonym,

B2: [Gerne ja], [mhm, ja], [okay],

I: Okay dann erzähle mir bitte mal wie es dazu gekommen ist dass du vegan geworden bist,

B2: Ahm na ich habe so angefangen dass ich mir mal gedacht habe also durch das dass ich sehr viel Sport mache und habe also ich wollte es eigentlich schon immer auch wegen den Tieren und so und habe damit angefangen soll ich nach der Schrift reden ist das vielleicht gescheiter ((fragend)),

I: Wie du willst,

B2: Ahm mit einem Experiment, also ich habe mal ein Monat probiert vegan mich zu ernähren eineinhalb Monate und: wollte schauen ob ich dadurch **schwächer müder kranker** oder **fitter** werde und, das war alles positiv ich habe mich stärker gefühlt und fitter, und so habe ich das dann langsam bin ich dabei geblieben, ja, so bin ich eigentlich dazu gekommen und ich habe am **Anfang** noch ein bisschen ab und zu so vegetarisch gelebt, und das habe ich dann immer mehr ausgeschliffen, ja, und seitdem bin ich dabei geblieben, ja,

I: Okay und hast du davor speziell auf Ernährung geachtet ((fragend)),

B2: Immer schon ja, also ich habe immer meine Phasen gehabt wo ich sehr gesund gegessen habe und dann ein zwei Tage dazwischen mal schlechter aber die letzten Jahre eigentlich schon sehr gesund,

I: Und wie hast du von Veganismus erfahren ((fragend)),

B2: Ahm, ich wollte es früh- früher schon mal ausprobieren aber ich bin dann nie so wirklich dabei geblieben oder habe es auch nie wirklich ausprobiert und durch das dass ich dann Freunde in der Umgebung gehabt habe in dem Umfeld sagen wir mal so die das gemacht haben da fällt es einem dann leichter wenn man mit solchen Leuten unterwegs ist und dann muss man sich nicht ständig rechtfertigen sondern, ja man hat es ist klar wo man hingeht essen es ist klar ah: ((überlegend)) ja es ist wie ein, ein gleiches Thema sagen wir so durch das dass ich dann auch Freunde da gehabt habe ist es mir leichter gefallen, ja,

I: Und war die Entscheidung sonst mit irgendwelchen bestimmten Ereignissen verknüpft ((fragend)),

B2: Die Entscheidung ((fragend)), ahm, nein mit **kleinen** Bausteinen eher aber es war jetzt kein so ein, nicht so **eine** Entscheidung also ein Grund (3) es waren mehrere,

I: Und hast du bestimmte Erwartungen oder Befürchtungen vor der Umstellung gehabt ((fragend)),

B2: Ahm na es hat mich interessiert wie sich das Ganze entwickelt einfach und es hat sich für mich positiv entwickelt, ich habe eigentlich jetzt nicht **gewusst** was ich erwarte ich habe mehrere Meinungen gehabt die einen haben gesagt es ist gut die anderen haben gesagt es ist schlecht und selbst war ich mir nie so, sicher darum habe ich es selbst ausprobiert und jetzt bin ich eigentlich sehr zufrieden, ja,

I: Gut, und hat es irgendwelche Schwierigkeiten dabei gegeben bei der Umstellung ((fragend)),

B2: Ahm naja sicher am Anfang hat man immer wieder Lust auf, ahm Fleischprodukte so das ist ja auch wie eine Sucht auch irgendwo wenn man 30 Jahre oder weiß ich nicht 36 Jahre oder 35 Jahre Fleisch gegessen hat und dann plötzlich nicht mehr dann ist es sicher schwer nicht so einfach, ja und aber es, es kommt sehr viel auf die Umgebung an wenn die Umgebung passt ist es leichter wenn du jetzt ständig irgendwie unter Leuten bist die nur Fleisch essen wird es schwieriger man muss sich erstens mal rechtfertigen ständig und die Diskussionen interessieren mich auch absolut nicht ständig und, ja man ist nicht abgelenkt dann wenn man unter Veganern ist sage ich fallt es leichter,

I: Also würdest du sagen dass das Umfeld eine eine Rolle spielt dabei ((fragend)),

B2: Ja sehr eine große Rolle ich glaube je mehr in der Umgebung so sind desto s- ist es leichter wie beim Rauchen glaube ich ist das Gleiche wenn man jetzt mit Rauchern ständig zusammen ist hat man auch mehr Lust auf das Rauchen wahrscheinlich oder Alkohol oder ja,

I: Und wie hat dein Umfeld darauf reagiert ((fragend)),

B2: Ah meine Eltern halten mich eher für verrückt glaube ich ‚aber naja' ahm ganz unterschiedlich die Veganer selbst finden es natürlich gut manche ahm sind keine Veganer die finden es auch gut die habe ich ein bisschen motivieren können die sind jetzt auch so halb vegan und, ja es gibt dort entweder **extrem** positiv oder negativ also in der Mitte so eher wenig, es gibt keine die sagen <Aha okay ist mir wurscht> oder so sondern entweder man regt sich auf oder man befürwortet es so schwarz weiß irgendwie,

I: Leben also in deinem Umfeld viele Personen auch vegan ((fragend)),

B2: Ahm Freunde schon Familie gar nicht, würde ich sagen eher am Tag sechs Mal Fleisch essen aber Freunde schon jetzt immer mehr ja, dadurch dass das irgendwie auch ein Netzwerk ist ja findet man auch leicht Freunde in dem Bereich so sage ich mal, andere zum Beispiel die haben, manche die wollen gar nicht gar keinen Kontakt mehr das merke ich die sind so richtig ahm für die bin ich einfach sowas wie ein **Verräter** kann ich mir vorstellen also die melden sich nicht mehr oder löschen mich auf Facebook das habe ich auch schon gehabt sogar alte Schulkollegen haben mich gelöscht, ahm, ja, ganz verschieden irgendwie das sind halt meistens die Probleme von den Leuten und das interessiert mich jetzt auch nicht wirklich,

I: Also hast du auch schon Freunde deswegen verloren kann man sagen ((nachfragend)),

B2: Ja=ja schon eigentlich ja oder weniger Kontakt sagen wir so,

I: Und im Gegenzug hast du auch neue Freunde gefunden ((nachfragend)),

B2: Ja,

I: Hast du auch schon größere Auseinandersetzungen oder Konflikte gehabt deswegen ((fragend)),

B2: So richtig große wahrscheinlich nicht aber so kleine habe ich hat man schon ständig am **meisten** mit der Familie eher, ansonsten wenn man halt mit mehreren Leuten was trinken ist geht fortgeht am Abend und man **isst** dann was oder die Leute essen was die jetzt keine Veganer sind dann fragen sie halt irgendwie so <Warum und das und das> und das ist halt auf die Dauer auch anstrengend weil es

ja: es bedarf eigentlich keiner Rechtfertigung aber die verlangen halt eine Rechtfertigung und das ist irgendwie mühsam, ja,

I: Und versuchst du andere zu überzeugen auch vegan zu werden ((fragend)),

B2: Ja schon aber ich bin jetzt keiner der verurteilt oder so weil das wäre ja total idiotisch wenn du selber so lang Fleisch isst und dann gehst du hin <Hehe du isst Fleisch> sondern ich versuche sie eher zu motivieren, ja also ich bin keiner der jetzt also ich habe auch Freunde die die verurteilen die Leute dann und dann wollen sie mit denen nichts mehr zu tun haben das bin ich jetzt nicht also, ich glaube das bringt auch nichts, ich versuche es ahm die Leute gar nicht so zu motivieren **kein** Fleisch zu essen sondern eher **mehr** vegan zu essen weil dann ist das andere sowieso automatisch weniger, so, ja (8) genug ((fragend)),

I: ((lachend)),

B2: Also zu der Frage jetzt meine ich,

I: Aso ja, ah ist dir Bestätigung und Akzeptanz aus deinem sozialen Umfeld wichtig ((fragend)),

B2: N- ja wenn man ständig mit den Leuten zu tun hätte schon aber sonst ist es mir eigentlich egal was andere Leute über mich denken so, was eher anstrengend ist wenn man **ständig** in so einer Gruppe ist die, die was erwartet ist es sicher anstrengend ja,

I: Kannst du mir vielleicht konkrete Erfahrungen aus deinem Alltag erzählen ((fragend)),

B2: Hm, jetzt von Konflikten oder ((nachfragend)),

I: Ja oder generell,

B2: Okay, ja also man merkt irgendwie dass, ja, es ist so eine Art, ich will nicht sagen **Sekte** oder so aber wie eine eigene Religion so irgendwie das sind untereinander Veganer das ist eine ganz ah ah eine neue Welt irgendwie so und die ist irgendwie total abgespalten von der Welt der Fleischesser so kommt es mir vor, also der Mensch ist entweder extrem so dass es ihm extrem egal ist oder er macht sich total viele Gedanken es gibt ja auch total verschiedene unterschiedliche Veganer sage ich mal die einen machen es jetzt **rein** wegen den Tieren denen ist die gesunde Ernährung glaube ich egal weil die essen irgendwas dann Hauptsache kein Fleisch dann gibt es wieder die die machen es eher wegen der eigenen Gesundheit, ich bin eher so eine Mischung, ja,

I: Und was bedeutet Veganismus für dich ((fragend)),

B2: Hm, ja sehr gut wenn es die Zukunft wird irgendwie, so ein positiver, Weg, ja,

I: Und wie siehst du die Zukunft für Veganismus ((fragend)),

B2: Ahm, ja dass sich der Mensch von Haus aus mehr Gedanken macht einfach was er tut nicht alles so **selbstverständlich** sieht sondern darüber nachdenkt nicht einfach das von der Gesellschaft aufgedrängt wird das ist einfach so, sondern sich selbst Gedanken macht, so das Individuelle irgendwie, ‚mehr in Vorschein kommt' dass man selbst darüber nachdenkt was tue ich da eigentlich ist das eigentlich richtig jetzt nicht nur weil es 100 000 Leute machen sondern ist es **wirklich** richtig oder so und das ist irgendwie für mich auch ein bisschen Veganismus, weg von dem stupiden Alltag einfach ah wie ein Roboter herumgehen seine Arbeit machen wieder heimgehen sich ein Leberkäsesemmerl kaufen sondern wirklich bewusst einmal nachdenken was mache ich eigentlich allgemein so,

I: Also mehr Reflexion über das eigene Verhalten könnte man sagen ((nachfragend)),

B2: Mhm, genau ja,

I: Würdest du sagen dass sich dein Leben seit der Entscheidung verändert hat und wenn ja wie ((fragend)),

B2: ‚Mein Leben seit der Entscheidung', ahm ich befasse mich noch mehr mit Ernährung als früher, und:, bin körperlich viel gesunder gesünder ja, ahm, ich denke mehr über das nach was jetzt so hinter verschlossenen Türen passiert eben mit so Schlachthäusern und so das habe ich früher nicht gemacht für mich war einfach ein Schlachthaus ein Schlachthaus das ist halt so wie ein, Klo oder sonst irgendwas ((leicht lachend)) aber dass da wirklich sowas passiert so und das denke ich jetzt eher nach so, wie die Tiere behandelt werden ahm, so hat sich irgendwie schon einiges verändert man denkt intensiver ( ) auch so bei so medizinischen Experimenten und so ja,

I: Ahm gibt es für dich irgendwelche Grenzen oder Ausnahmen ((fragend)),

B2: des Veganismus ((nachfragend)),

I: Mhm,

B2: Rohkost, reine Rohkost glaube ich würde ich nicht machen, das mag für viele vielleicht ahm gut sein aber ich glaube ja, ich ich kenne einige Rohköstler die nur Rohkost sich ernähren und die sind alle irgendwie ein bisschen wie bekifft wirken die also ((leicht lachend)) ja also nicht **ganz** so im Leben irgendwie wie wenn ihnen was fehlen würde so kommt es halt mir vor, ist vielleicht auch ja,

I: Ah und sonst so zum Beispiel ahm mit Haustieren oder Zoobesuche oder solche Dinge zählst das für dich dazu oder ((fragend)),

B2: Wie meinst, wie meinst mit Haustiere dass ich jetzt keine Haustiere mehr nehme oder ((nachfragend)),

I: Ahm ja oder dass man die Haustiere auch vegan ernährt oder,

B2: Ah ja das habe ich schon überlegt ja also weil meine Katze ist ja gestorben an Leberüberfettung vor am Anfang des Jahres und jetzt habe ich mir wirklich gedacht wenn ich die vegan ernährt hätte wäre das sicher nicht passiert, und jetzt ist noch eine zweite Katze und bei der überlege ich dass ich die jetzt vegan ernähre, das ist ja auch eine finanzielle Sache ich glaube das ist viel teurer so ein veganes Futter aber ich bin schon am überlegen ja und ich glaube auch dass das funktioniert, ich meine zum Vergleich wenn man sagt die **brauchen** Fleisch aber das Fleisch was in den Dosen drinnen ist das brauchen sie eigentlich nicht also ich glaube da ist veganes Fleisch schon besser also veganes Futter, und das überlege ich schon ja, bei Kindern wüsste ich es nicht aber mein eigenes Kind, ist schwer zu sagen vielleicht würde ich es einfach **weniger** mit Fleisch ernähren und **mehr** pflanzlich **langsam** aber ich glaube ganz am Anfang rein pflanzlich glaube ich nicht, das wüsste ich jetzt ehrlich gesagt nicht,

I: Ja, ahm hast du dich viel informiert vor der Umstellung oder informierst du dich auch jetzt noch ((fragend)),

B2: Immer ja, ist auch so wie eine Art Hobby kann man sagen,

I: Und bist du auch persönlich aktiv in dem Bereich ((fragend)),

B2: Naja im Beruf beruflich jetzt ehrenamtlich nicht,

I: Okay magst du zu deinem Beruf etwas erzählen ((fragend)),

B2: Ahm naja ich bin ahm quasi jetzt Ernährungstrainer in dem Bereich Vegan Trainer Ernährungstrainer und ich schaue halt dass ich die Leute schon ahm in die Richtung motiviere mehr pflanzlich zu essen, ich mache mit denen auch Sport und mache Ernährungspläne ahm das bin ich halt gerade am aufbauen sagen wir so, ich mache auch gerade ein Kochbuch ich weiß nicht ob das da relevant ist,

I: Ja sicher auf jeden Fall,

B2: Ja, ich schreibe mit zwei Kollegen gerade ein Kochbuch ja und, ich koche selbst sehr viel, das finde ich auch sehr wichtig als Veganer dass man selber kocht weil sonst ahm greift man immer wieder schnell zu irgendwas was nicht so gesund ist,

I: Gehst du auch regelmäßig in vegane Supermärkte und Restaurants ((fragend)),

B2: Ja immer mehr also früher gar nicht aber jetzt, regelmäßig ja also sicher einmal in der Woche, in letzter Zeit sehr häufig essen vegan oder eben zum Maran oder Veganz und so, ja es schmeckt mir eigentlich schon sehr gut und ich würde es wahrscheinlich wenn es mir jetzt nicht schmecken würde vielleicht gar nicht machen also es schmeckt aber ich glaube es schmeckt jedem wenn man es richtig kocht,

I: Wie ist denn deine Meinung zu Ersatzprodukten ((fragend)),

B2: Ersatzprodukte so Eiweißshakes oder ((nachfragend)),

I: Ahm ich meine eher so Fleischersatzprodukte und so oder Eiersatz,

B2: Aso das esse ich jetzt selber gar nicht ich würde es vielleicht mal kosten aber ich glaube es ist ganz gut für Leute die jetzt auf sowas total Wert legen damit man sie wegbringt vom Fleisch sowas quasi ((leicht lachend)) wie so Drogenentzug oder weiß ich nicht aber es ist jetzt glaube ich nicht wirklich nötig aber man kann es ja mal essen, ich glaube die Qualität wird auch immer besser mit der neuen Entwicklung und das wird auch immer Fleisch ähnlicher, ja,

I: Fühlst du dich manchmal ausgegrenzt als Veganer ((fragend)),

B2: Mmh nein also aber ich bin jetzt auch nicht der Typ der sich irgendwie ausgrenzen lassen würde also mir ist das mir wäre das egal wenn mich jemand ausgrenzen würde will ich mit dem auch nichts zu tun haben also, ja, aber ich schätze mal vor zehn Jahren war das wahrscheinlich noch ärger als jetzt da waren ja viel weniger Veganer und, wenn ich mir denke ich habe eine Arbeitskollegin gehabt die war vegan und die hat **jeder** irgendwie ständig fertig gemacht also das muss total anstrengend gewesen sein, die hat, von allen Seiten ständig (gekriegt) sage ich mal aber das ist ja heute weniger der Fall, zumindest wird es besser irgendwie,

I: Und was glaubst du ist das größte Hindernis ahm auf dem Weg zum vegan werden oder warum es manche tun und manche nicht ((fragend)),

B2: Durch das dass das dass sich im **Großen** nichts ändert weil der Mensch selber ist faul ahm und wenn es jetzt ständig überall diese Geschäfte gibt wie Kebab [Fast Food Kette] und so wird sich schwer was ändern langsam vielleicht aber dann man müsste irgendwie ja von der Politik her was von oben her herab was ändern, dass entweder Fleisch total teuer wird oder weiß ich nicht diese Massentierhaltung verboten wird sowas ansonsten glaube ich ist der Mensch die Masse einfach zu faul um was zu ändern, und vegane Produkte müssten günstiger sein, zum Beispiel bei Eiweißshakes so die sind ja glaube ich teilweise kosten die das doppelte wie die Eiweißmilchshakes und wenn einer 16 Jahre ist und weiß ich nicht macht Fitness und der denkt sich warum soll ich mir was kaufen um 50 Euro wenn ich es um 20 Euro kriege das müsste sich ein bisschen ändern, ja,

I: Okay, was glaubst du welche Rolle spielen Vorurteile ((fragend)),

B2: Ja sehr eine große Rolle, aber ich glaube das machen sie aus eigenem schlechten Gewissen oft die Leute, sie würden auch vielleicht teilweise gerne vegan sein schaffen es aber nicht oder glauben sie schaffen es nicht und jetzt machen sie die Veganer schlecht so kommt es mir teilweise vor, ahm viele fühlen sich total bedroht als wie wenn man so ein Sekten Typ wäre der ständig irgendwelche Flyer verteilt und sagt <Ah du musst jetzt vegan werden> oder so so kommt es mir vor, als würdest du ihnen was wegnehmen wollen, so kommt es mir vor ja,

I: Okay dann von meiner Seite wären wir dann eigentlich am Ende angelangt aber wenn du noch irgendwas erzählen möchtest wenn dir noch was einfällt oder wenn irgendwas noch nicht angesprochen wurde kannst du das noch gerne erzählen,

B2: Na cool, gut, hm muss ich kurz überlegen (10) ja ich glaub allgemein dass Veganer viel lockere Menschen sind, ahm persönlicher sozialer, leichter zugänglich ah in allen möglichen Bereichen, hm und wie gesagt dass es verschiedene Veganer gibt also es gibt einige die sind so ja die kommen mir teilweise wirklich selbst durchgeknallt vor (im Prinzip) wie auf einer Wolke schweben oder so und dann gibt es ahm, diese Veganer die, eher so **rein** Tierschutz vielleicht dann gibt es eher diese die sagen <Tiere sind mir egal ahm mir geht es nur um die Gesundheit> und das sind halt alles lauter verschiedene (Sachen) ah ja und ich bin glaube ich eher so in der Mitte drin irgendwie, ja und mir ist mir ist ganz wichtig dass man sich wenn man sich vegan ernährt wirklich Vollwert vegan ernährt also von allen Sachen die es in der Ernährung gibt irgendwie (Bausteine) sagen wir so und ich glaube auch dass das die einzige Möglichkeit ist dass man gesund bleibt längerfristig, weil es ist leider teilweise wirklich noch so das wollen sie nicht hören aber dass ahm sehr viele von Veganern die Kinder noch krank auf die Welt kommen und das müsste eigentlich nicht sein und das wirft auch finde ich ein schlechtes Licht auf die Ernährungsform ja, und ich glaube also ich von mir von meiner Seite war es das,

I: Okay dann super danke dass du so offen mit mir darüber [geredet hast] und dass du dir die Zeit genommen hast,

B2: [Ja bitte], ja ich hoffe es hat gepasst,

I: Auf jeden Fall,

Interview 3 Transkript

Kurzfragebogen:

Alter: 19

Geschlecht: weiblich

Wohnort: Wien

Familienstand: ledig

Höchste abgeschlossene Schuldbildung: AHS Matura

Beruf/Ausbildung: Studium

Seit wann vegan: etwas länger als 1 Jahr

I: Ahm danke erst mal dass du dir Zeit nimmst für [das Gespräch],

B3: [Bitte gerne],

I: Es geht um Veganismus wie du weißt und ahm ich werde dir eine Eingangsfrage stellen und du erzählst dann einfach und ich höre zu, und dann /Bedienung bringt Getränke/ ahm, dann werde ich zwischendurch vielleicht Aussagen von dir zusammenfassen um sicherzugehen dass ich es richtig verstanden habe und da kannst du mich korrigieren wenn ich was falsch verstanden habe und wenn du keine Fragen mehr hast dann können wir anfangen (5) Okay dann ahm erzähle mir bitte einfach mal wie es dazu gekommen ist dass du vegan geworden bist,

B3: Na ich war vorher ungefähr fünf Jahre lang Vegetarierin und ich habe dann halt irgendwie auf Facebook ziemlich viele Freunde gehabt die Veganer sind und die haben halt auch immer Sachen gepostet haben von Peta oder irgendwelchen anderen Seiten und irgendwie habe ich mich dann auch schön langsam mal informiert habe auch auf der Straße öfter mal Leute von VGT getroffen und bin dann halt schön langsam zu der Entscheidung gekommen dass vegetarisch allein nicht reicht und dann ist es irgendwie passiert, so im Sommer war es dann noch schwierig (im ersten) weil ich auf Festivals war und das dann noch nicht so ganz rein vegan war weil ich halt noch nicht so viel darüber gewusst habe und dann halt noch das typische Festival Essen mit Packerlnudeln und sonst was mitgehabt habe aber danach ist es dann eigentlich ziemlich bald sehr strikt geworden,

I: Ahm wie war, die Entscheidung war das, ein ein plötzlicher Entschluss oder war das eher so eine längere Entscheidung ((fragend)),

B3: Es war zuerst ein plötzlicher Entschluss und dann habe ich mich halt schön lang- das ah langsam zum Veganer verwandelt und es ist dann das hat schon ein bisschen gedauert, weil es am Anfang einfach einfach mühsamer war und, was halt man kennt sich noch nicht so gut aus man weiß auch nicht was man einkauft dass es zu Hause trotzdem noch ganz viel Streichkäse war es bei mir wo ich am wo ich einfach noch Probleme gehabt habe weil ich das irgendwie noch nicht so gut ersetzen habe können aber, dann ist es schön langsam passiert,

I: Und und was war deine deine Motivation dahinter ((fragend)),

B3: Ich finde es halt einfach nicht in Ordnung Tiere jetzt zu auszubeuten und Tiere zu quälen nur für eine eine kurze Minute Genuss mit einem weiß ich nicht Streichkäsebrot oder einem Frühstücksei, und wir haben eigentlich auch alle alle Lebewesen auf der Welt dasselbe Recht zu leben und dasselbe Recht ein schönes Leben zu führen, und da ist eigentlich vegan die einzige Möglichkeit dass dann wahrzunehmen,

I: Also waren ahm ethische Beweggründe für dich ((nachfragend)),

B3: ((unterbricht)) Hauptsächlich, gesundheitlich nicht so wirklich weil ich mich früher schon recht gesund ernährt habe aber, eigentlich mehr der ethische Aspekt,

I: Und ahm wie hat dein Umfeld darauf reagiert ((fragend)),

B3: Also mein Vater hält mich auch nach über einem Jahr noch für durchgeknallt und erzählt mir gerne mal dass ich doch Fleisch essen soll und dass ich völlig bescheuert bin meine Oma hat sehr erfreut reagiert weil sie selber Vegetarierin war schon lange vor mir und, für die war das eigentlich keine wirkliche Umstellung meine Freunde finden es eigentlich die meisten ganz nett dass ich das mache aber können es sich halt selber nicht vorstellen meine Mutter findet es zwar auch ein bisschen komisch aber sie unterstützt mich und kauft halt oft dann für mich ein, und ansonsten ist es eigentlich relativ positiv,

I: Hat es ahm gröbere Konflikte deswegen gegeben schon ((fragend)),

B3: Ja also mein Bruder mein kleiner Bruder und ich streiten uns öfter weil er mir dann immer wieder Fragen stellt und ich weiß dass ich mit ihm eigentlich nicht diskutieren kann und mag aber wenn er dann blöde Dinge sagt bringt mich dass dann sehr auf die Palme und da reagiere ich dann schon manchmal ein bisschen heftiger wenn ich mir anhören lassen muss dass wegen mir die Familie den Bach runtergeht weil wir nicht mehr an einem Tisch essen können aber sonst ist es eigentlich, selten irgendwie zu größeren Konflikten gekommen,

I: Sind ahm Freunde von dir oder in deinem näheren Umfeld Personen die auch vegan leben ((fragend)),

B3: Ich habe ein paar Freunde die vegan leben aber die, ein paar die vegetarisch leben aber nicht so viele eigentlich die meisten Leute ich würde sie jetzt nicht als Freunde bezeichnen ich kenne halt auf Facebook oder generell über irgendwelche Foren viele Leute aber direkt Freunde nicht wirklich,

I: Mmh was würdest du sagen bedeutet Veganismus für dich ((fragend)),

B3: Das ist einfach für mich das Ziel eine bessere Welt für alle zu erreichen in der alle Menschen und Lebewesen die gleichen Rechte haben und eine Art Freiheitsbewegung eigentlich,

I: Und bist du auch auf irgendwelchen veganen Events oder so Veranstaltungen Treffen ((fragend)),

B3: Treffen nicht wirklich aber ich gehe gerne auf so größere Messen ich bin auch im Sommer sehr oft auf der Veganmania gewesen nicht nur in Wien und ich bin auch manchmal wenn ich es schaffe bei irgendwelchen Buchpräsentationen oder Vorträgen aber eigentlich sehr selten, ich muss auch dazu sagen dass mich manchmal das Umfeld dann ein bisschen nervt weil man oft schon schief angeschaut wird wenn man noch Lederschuhe (aufträgt) oder so und das ist, manchmal schwierig ((leicht lachend)),

I: Und ahm hast du da Veganer Veganerinnen mit denen du dich austauscht oder austauschen kannst wenn du willst ((fragend)),

B3: Ja schon also im Internet sehr viele es gibt ja auch größere Gruppen in denen man sich austauschen kann und sonst in Wien so zwei drei Leute mit denen ich mich austauschen kann aber eigentlich mehr über das Internet,

I: Ahm Internet, ahm hast du dich viel informiert vor der Umstellung oder auch jetzt noch seit du vegan bist ((fragend)),

B3: Eigentlich jetzt eher vor der Umstellung habe ich das einfach alles relativ locker genommen und dann vor, ein bisschen im Geschäft gestöbert ich habe mir irgendwann mal so einen Vitamin und Ernährungsplan von Peta ausgedruckt aber am Anfang ein einziges mal raufgeschaut und dann gedacht das hat bis jetzt immer funktioniert warum sollte es jetzt, nur ohne Milch und Eier auf einmal nicht mehr funktionieren ((lachend)), also da habe ich mir keine großen Gedanken gemacht, ich informiere

mich halt jetzt dann noch so ist dieses Produkt vegan oder sind die E-Nummern nicht vegan aber sonst,

I: Und hast du bestimmte Erwartungen oder Befürchtungen gehabt vor der Umstellung ((fragend)),

B3: Ich habe zuerst die Befürchtung gehabt dass es beim Essen wenn ich irgendwohin essen gehe schwierig wird was sich in Wien ja überhaupt nicht das das Problem stellt sich in Wien gar nicht bei mir zu Hause in Kärnten ist es schon ziemlich schwierig und meine Mutter ist schon traurig dass ich jetzt nicht mehr mit ihr in in unser früheres Lieblingsrestaurant gehen kann weil dort bis auf Pizza ohne Käse die wahrscheinlich nicht so gut ist und Salat nicht mehr viel essen könnte aber, ich habe mir am Anfang ein bisschen Sorgen gemacht ob vielleicht irgendwas mit den Vitaminen nicht funktioniert ‚aber' wie gesagt ich habe es relativ schnell verworfen,

I: Okay (5) hat sich dein dein Alltag ahm verändert, und wenn ja wie ((fragend)),

B3: ((unterbricht)) Überhaupt nicht es hat sich bei mir überhaupt nichts verändert ich habe eigentlich immer, immer genau das gemacht was ich jetzt auch mache ich schütte halt jetzt mittlerweile in der Früh statt normaler Milch eine Tasse Soja- einen Schluck Sojamilch in meinen Tee und, beim Einkaufen brauche ich manchmal ein bisschen länger aber eigentlich nicht viel ich glaube es liegt eher daran dass ich in Wien so viel vegane Auswahl habe dass ich noch viel mehr schauen kann,

I: Und gibt es da beim beim Konsum oder in der veganen Lebensweise für dich Grenzen oder Ausnahmen ((fragend)),

B3: Das die einzige Ausnahme die ich mache wenn ich zum Beispiel irgendwo was zum Essen bestelle, was häufiger vorkommt ist beim Falafelstand wenn ich sage ein Falafelsandwich ohne Joghurtsoße und ich trotzdem welche bekomme, dann schaue ich halt dass ich es so gut wie möglich runterputze und den Rest trotzdem esse weil ich keine Lebensmittel verschwende und ich habe auch noch, vom Umzug von zu Hause ziemlich viele Lebensmittel am Anfang gehabt so Packerlsuppen die halt nicht vegan waren die ich trotzdem aufgegessen habe weil sie bei uns keiner gegessen hat und ich niemanden gefunden habe dafür, aber mittlerweile habe ich eigentlich, schon Grenzen also ich, würde nicht freiwillig etwas essen das nicht vegan ist,

I: Ahm aber auch wenn also wenn es jetzt nicht um Ernährung geht vegan ist ja eine ganze [Lebensweise] auch was Kleidung und Kosmetik betrifft,

B3: [Ja:] ((unterbricht)) es ist, Kosmetik ist also ich schaue wirklich darauf dass ich nichts erwische was mit irgendwelchen tierischen Produkten oder mit Tierversuchen hergestellt wird ich trage noch alte Lederschuhe auf weil ich, erstens nicht das Geld habe alle Sachen neu zu kaufen und zweitens finde ich es auch blöd die Sachen dann wegzugeben weil ich habe niemanden dafür und wegschmeißen ist nicht so gut irgendwie, und sonst ich würde mir zum Beispiel falls ich irgendwann einmal ein Auto kaufe kein Auto mit Ledersitzen kaufen, aber ansonsten, ich bemühe mich wirklich, dass ah die vegane Lebensweise wirklich voll zu leben und da keine Ausnahmen zu machen ich meine wenn man hin und wieder mal was kauft und was zum Beispiel nicht vegan ist was man dann im Nachhinein herausfindet dann verwende ich es trotzdem wenn ich es nicht abgeben kann weil ich es einfach nicht in Ordnung finde das dann wegzuschmeißen weil das Tier dann ja im Prinzip umsonst gelitten hat aber, sonst (3) ist vegan eigentlich schon, voll, voll mein Ding,

I: Ahm hast du wegen deiner Einstellung oder Lebensweise, Freunde verloren oder neue Freunde gefunden ((fragend)),

B3: Mmh ich habe viele neue Freunde gefunden, weil ich sagen muss dass ich als Vegetarierin bis ich es verstanden habe Veganer früher ziemlich bescheuert gefunden habe, aber jetzt doch neue Freunde gefunden habe und Freunde verloren nicht wirklich aber es gibt manche Freunde mit denen ich jetzt nicht mehr viel zu tun habe weil sie überhaupt nicht verstehen was ich mache oder dann Essen nicht essen wollen das ich koche weil sie sagen <Es schmeckt nicht> und ich habe früher öfter mal Kochabende gemacht da sind jetzt halt Leute dabei und neue Leute dazugekommen und andere sind jetzt dann wieder weg aber, wirklich groß hat sich nichts verändert,

I: Gehst du regelmäßig in vegane Supermärkte und Restaurants ((fragend)),

B3: Ja, also regelmäßig, es gibt halt viele Dinge die ich nur in veganen Supermärkten bekomme weil ich nicht so gerne Lebensmittel über das Internet bestelle wenn es sich nicht vermeiden lässt erstens sind die Versandkosten hoch und zweitens ist es besser für die Umwelt die Sachen gleich dort zu kaufen und nicht auch noch per Post schicken zu lassen und wir haben ja jetzt in Wien einen was mich sehr freut weil ich früher immer ins Reformhaus habe gehen müssen was mit der Zeit doch sehr teuer geworden ist was mittlerweile eigentlich schon sehr angenehm ist ‚in Wien' (5) bevor ich dann nach Hause fahre kümmere ich mich auch meistens darum dass ich, Dinge die es bei uns in Kärnten nicht gibt hier mit von hier mitbringe und: vegane Restaurants, also hier ins Yamm komme ich eigentlich öfters und sonst in ein paar andere, gehe ich manchmal aber ich gehe auch oft welche in Restaurants die halt nicht strikt vegan sind sondern einfach halt veganes Angebot haben,

I: Gibt es manchmal Situationen wo es dir schwer fällt vegan zu sein ((fragend)),

B3: Mmmh, manchmal wenn ich schöne Schuhe sehe zum Beispiel jetzt im Winter habe ich nach Winterstiefel gesucht und habe ein schönes Paar gefunden dass dann aber leider mit Leder war, da habe ich mich ein bisschen geärgert aber ich habe mir dann gedacht ich kann mit meinem Gewissen besser leben wenn ich jetzt nicht diese Schuhe kaufe und es gibt sicherlich schöne vegane die auch so ausschauen, manchmal beim Essen bei manchen Nachspeisen die ich früher gegessen habe, finde bin ich ein bisschen traurig weil ich weiß dass es vegan nicht so gut schmecken wird weil man zum Beispiel die Konsistenz nicht erreicht bei manchen Dingen oder es einfach in der Herstellung so unglaublich mühsam oder teuer ist aber sonst habe ich eigentlich überhaupt keine Probleme damit, man findet sich einfach mit manchen Dingen ab,

I: Findest du gibt es ahm Vorurteile in Bezug auf Veganismus, [und wenn ja welche] ((fragend)),

B3: [Unglaublich viele] ((lachend)),

I: Oder bekommst du die auch zu spüren oder, hast du vielleicht selber früher welche gehabt die du jetzt nicht mehr hast ((fragend)),

B3: Ich habe früher erstens gedacht dass man wirklich, ahm manche tierischen Nahrungsmittel braucht um an bestimmte Nährstoffe zu kommen, zum Beispiel Vitamin B12 was ja an und für sich auch stimmt aber ich habe kein Problem damit Ersatz zu schlucken, und sonst ist es halt veganes Essen schmeckt nach nichts veganes Essen ist immer teuer, man kann so schwer vegane Sachen kochen ich finde vegan kochen ist viel leichter ich finde vegan backen ist ein bisschen schwierig aber man kriegt mit der Zeit Übung und es ist ein großer Vorteil dass man auch den Teig essen kann den rohen ohne dass man Bauchweh kriegt ((lachend)), aber wirkliche Vorurteile habe ich eigentlich nicht gehabt ich habe nur einfach gedacht dass es halt Idioten ist weil die Kuh gibt ja sowieso Milch und die Hühner legen sowieso Eier aber bis einem das klar wird braucht, es ein bisschen was ich oft höre ist zum Beispiel <Du kannst ja nichts mehr essen> oder <Das Fleisch wird ja trotzdem produziert>, aber, man lernt einfach damit zu leben,

I: Fühlst du dich manchmal ausgegrenzt als Veganerin ((fragend)),

B3: Ausgegrenzt nicht aber ich habe manchmal so das Gefühl wenn ich zum Beispiel in einer Runde sitze das ist mir vor kurzem passiert alle haben angefangen über Schweinsbraten zu reden und ich bin halt daneben gesessen habe nett gelächelt und genickt und mir meinen Teil gedacht, <Wieso und wie isst du den und isst du das oft> <Nein ich bin vegan ja ich kann jetzt nicht> oder wenn alle irgendwo zum Kebab Stand gehen und es gibt keine Falafel gibt und ich dann halt, einen, Kebab mit nur Gemüse esse das ist dann oft nicht so lustig (7) es ist halt oft dann auch mühsam auf Partys wenn man zum Beispiel, nichts essen kann und wenn man sich selber nichts mitgebracht hat weil man keine Zeit hatte, oder was noch ärgerlicher ist wenn es dann allen schmeckt und alle einem das einzige Essen was man hat mitessen kann und, das ist jetzt nicht wirklich Ausgrenzung aber man fühlt sich halt schon ein bisschen verarscht manchmal ((lachend)),

I: ((Leicht lachend)) (5) Also ist es ahm mit mehr Aufwand im Alltag verbunden ((nachfragend)),

B3: Ein bisschen ist am Anfang ist es mehr Aufwand als wenn man sich schon daran gewöhnt hat man lernt halt gewisse Dinge schneller zuzubereiten schneller darüber zu lesen, entwickelt auch so das Auge dafür was jetzt vegan ist und was nicht, im Alltag ist es halt manchmal wenn man in Restaurants geht ein Problem oder wenn andere Leute kochen und man dann immer fragen muss <Hast du eh das und das nicht und hast du es nicht vielleicht doch mit Butter angebraten>, aber man gewöhnt sich daran es ist am Anfang kommt es einem aufwendiger vor als es eigentlich ist,

I: Was glaubst du sind die größten Hindernisse in der veganen Lebensweise also, für Leute die es werden wollen oder es deswegen vielleicht nicht versuchen oder ((fragend)),

B3: Ich glaube manche Menschen sehen oder denken dass es zu teuer ist weil sie halt Preise vom Discounter gewöhnt sind und nicht mehr wirklich wissen was Lebensmittel wert sind und wenn man dann mal, den eigentlichen richtigen Preis für Lebensmittel zahlt dann ist es halt ein bisschen schwierig sich daran zu gewöhnen aber, man merkt schon dass es das Richtige ist und ich glaube für manche Menschen ist es schwieriger selbst zu kochen wenn sie vorher nicht so viel gekocht haben sondern Fertigprodukte verwendet haben weil die halt nicht so oft vegan sind und man sich dann daran gewöhnen muss mehr zu kochen und wenn man nicht wirklich **viel** Geld für fertige vegane Produkte ausgeben mag, und ich glaube es ist auch einfach das allgemeine Vorurteil **dass** vegan so schwierig ist das die Leute davon abhält, dass sie es dass sie das ausprobieren und natürlich <Es schmeckt nicht> und <Der Mensch braucht Vitamine und als Veganer schluckt man die ganze Zeit nur Ersatztabletten für alles Mögliche>, es ist einfach so die Kultur Fleisch zu essen vor allem ich weiß nicht in einem Land wie Österreich wo der Schweinsbraten am Sonntag oder das Wiener Schnitzel zu Mittag was ganz normales ist und man schon komisch angeschaut wird wenn man kein Wiener Schnitzel isst,

I: Wenn du sagst man wird komisch angeschaut also glaubst du dass, auch die Traditionen und einfach der: der soziale Aspekt dass das vielleicht ein Hindernis darstellt ((fragend)),

B3: Ich definitiv, ich merke das ja selbst zu Hause zu Weihnachten wenn wir Käsefondue essen und ich mir dann halt mein eigenes Essen mache, weil es halt so Tradition bei uns ist und ich es halt nicht mehr essen kann weil veganes Käsefondue ich gebs zu es schmeckt wirklich nicht gut es wird nie so gut schmecken aber ich finde mich halt einfach damit ab, aber es ist schon, Tradition Schweinsbraten zu essen oder irgendwie einen Kuchen mit Butter zu backen weil er dann angeblich besser schmeckt und so Dinge, die wirklich als Kulturgüter gelten wie (Reindling) in Kärnten der **unbedingt** mit Butter gemacht werden muss und Wiener Schnitzel Schweinsbraten Sauerwürstel, das gehört irgendwie schon dazu,

I: Und wie ist es in Kärnten ist da die Situation, so wie da oder schwieriger ((fragend)),

B3: Wirklich schwierig also in Kärnten im Super- also wenn man in den [Lebensmittelkette] geht ist es natürlich überhaupt kein Problem beim [Lebensmittelkette] auch nicht (so) also in den größeren Ketten aber wenn man irgendwo ein bisschen am Land draußen ist dann merkt man schon du kannst **wenig** einkaufen es gibt vielleicht irgendwo Hummus und vielleicht irgendeinen pflanzlichen Aufstrich aber oft ist das schon schwer zu finden und das ist halt, es gibt so viele **Fleischfeste** in Kärnten wo von Dingen wie, Ackern oder Fischfesten oder Rindfleischfesten oder Lammfleischfesten es gibt **alles,** und es ist auch in einer Buschenschanke ich habe das irgendwo gelesen es gibt in Wien und Niederösterreich unglaublich viele die mittlerweile schon vegane Aufstriche anbieten von sowas brauche ich in Kärnten nur zu träumen wenn ich mit meinen Eltern in die Buschenschanke gehe dann esse ich vorher und esse da ein bisschen trockenes Brot mit weil ich dort einfach nichts essen kann außer Brot und einem Saft, also es ist am Land draußen schon schwieriger es gibt so hin und wieder mal Restaurants wo wenn man vorher anruft was Veganes bekommen kann aber normalerweise ist es nicht so einfach,

I: Glaubst du dass du wenn du nur in Kärnten leben würdest dass du dann trotzdem vegan geworden wärst ((fragend)),

B3: Naja ich habe war schon vegan wie ich nur in Kärnten gelebt habe also ich würde es trotzdem tun aber es ist schon mit viel Aufwand verbunden weil man entweder die ganze Zeit ins Reformhaus muss oder, im Internet Essen bestellt das ist halt schon mühsam,

I: Ah ist Veganismus für dich ein großes Thema im Alltag oder ein Thema das, in deiner Familie und im Freundeskreis viel diskutiert oder besprochen wird ((fragend)),

B3: Im Freundeskreis hin und wieder also ich bringe es manchmal in Gespräche ein wenn Leute über irgendetwas reden und ich dann halt sage <Naja so fein haben es die Kühe jetzt wirklich nicht> oder <Das gibt es sogar vegan> oder wenn ich irgendwo was zum Essen mitbringe und dann halt erwähne dass es vegan ist weil es irgendjemandem gut schmeckt dann bringe ich es halt manchmal ein aber ich bemühe mich das bei den Leuten in meinem Verwandten und Bekanntenkreis zu vermeiden bei denen ich weiß dass sie nicht gut darauf reagieren es ist kein großes Thema weil ich selber weiß dass ich es früher als Vegetarierin schon mühsam gefunden habe wenn irgendwelche Veganer die ganze Zeit mit mir geredet haben <Willst du nicht vielleicht> und <Man kann doch> und <Das ist ganz schlimm> und wenn man dann die ganze Zeit nur zugeredet wird bringt das glaube ich keinen großen Vorteil für die Sache,

I: Also versuchst du wahrscheinlich nicht andere zu überzeugen davon oder ((fragend)),

B3: Ich versuche es jetzt nicht wirklich naja schon zu überzeugen aber halt relativ dezent ich rede halt hin und wieder was oder wenn mich jemand nach meiner Meinung fragt sage ich was aber normalerweise versuche ich nicht den Leuten die ganze Zeit zu sagen dass sie vegan werden sollen unbedingt sondern versuche halt einfach Fakten zu präsentieren und hoffe dass sie dann vielleicht selber den Schritt wagen,

I: Ist das schon mal passiert ((fragend)),

B3: Ja mein Exfreund hat lange Zeit vegetarisch gelebt und ich habe dann weil ich halt Veganerin bin und damals schon war und immer vegan gekocht habe und wir halt auch manchmal diskutiert haben habe ich vor kurzem erfahren dass er den Schritt zum Veganismus halt gegangen ist und das hat mich dann im nachhinein schon sehr gefreut wenn man weiß dass man wirklich was bewirken kann bei Menschen,

I: Mmh könntest du dir vorstellen dass du auch persönlich aktiv wirst im Bereich so bei VGT zum Beispiel ((fragend)),

B3: Ahm: ich habe vom VGT von vielen Freundinnen gehört dass es sehr schwierig ist wenn man zum Beispiel mal sagt dass man keine Zeit hat dass dann manche Leute sehr gereizt reagieren oder wenn du zum Beispiel sagst dass du trotzdem manchmal noch Käse isst was bei einer Freundin der Fall war die dann schon sehr fertig gemacht worden ist von ein paar Leuten dort ich kenn jetzt keine Namen weil ich dort noch nie war ich, bin schon bei manchen Aktionen dabei gewesen habe schon mal Flyer verteilt und so aber, ich finde es doch sehr mühsam Leute auf der Straße auf sowas anzusprechen wo man schon sehr angefeindet wird und meistens nicht ernst genommen wird oder sogar beschimpft wird (4) auf Demonstrationen gehe ich schon wenn welche sind, aber sehr viel mehr mache ich dann eigentlich nicht,

I: Fallen dir sonst noch irgendwelche konkreten Situationen aus dem Alltag ein ((fragend)),

B3: Die schwierig sind oder in welchem Zusammenhang ((nachfragend)),

I: Einfach im Zusammenhang mit Veganismus was du für Erfahrungen gemacht hast seit du vegan lebst,

B3: Also ich habe früher schon gerne und gut gekocht aber ich, befasse mich jetzt halt jetzt viel mehr mit Ernährung und es ist mir schon aufgefallen dass ich besser koche und ich glaube auch dass sich irgendwie mein Geschmackssinn ein bisschen geändert hat und es ist mir auch aufgefallen dass ich viel seltener krank bin weil ich früher oft in der Schule, irgendwie 150 Fehlstunden gehabt habe einmal in einem Jahr was schon vorgekommen ist was wirklich extrem viel ist weil ich so viel krank

war, aber es ist deutlich besser geworden ich habe auch früher **sehr** oft Migräne gehabt was ich sich auch bei mir ein bisschen gebessert hat, und ich habe auch meinen Bruder ah dazu geraten weniger Milch zu trinken weil er halt Neurodermitis hat und er hat es ausprobiert und es ist auch besser geworden also, es gibt da auf jeden Fall Zusammenhänge auch wenn die meisten Leute dass jetzt nicht glauben oder wahrhaben wollen, und sonst, es freut mich wenn ich zum Beispiel auf der Straße Leute mit Vegan Taschen sehe, und bin auch schon selber darauf angesprochen worden dass ich ja vegan bin und dass das ziemlich cool ist und dass die Person das auch gerne probieren möchte also, das ist schon etwas dass mich **sehr** glücklich macht meistens, weil man halt auch das Gefühl hat dass man selbst wirklich was ändern kann,

I: Also hast du auch viele positive Erfahrungen gemacht ((nachfragend)),

B3: Ja auch wenn es ein paar negative gibt davon sollte man sich nicht abschrecken lassen,

I: Okay, hast du eigentlich das Gefühl dass du akzeptiert wirst ((fragend)),

B3: Ah, ja und nein also ich weiß dass mein Vater es gerade irgendwie toleriert aber bei weitem nicht akzeptiert hat, meine Großmutter hat es voll akzeptiert die meisten meiner Freunde haben es akzeptiert, und:, sonst große Probleme habe ich nie gehabt aber es ist schon ein bisschen ein bisschen komisch angeschaut wird man immer aber damit lebt man einfach,

I: Ist dir das wichtig dass du akzeptiert wirst und Bestätigung, aus deinem sozialen Umfeld bekommst ((fragend)),

B3: Nein, weil ich weiß dass ich das akzeptiere und dass ich damit glücklich bin und dass es mir wichtig ist und das ist einfach etwas wo ich, auch wenn es überhaupt nicht akzeptiert wird dafür kämpfen würde und weiter diesen Weg gehen würde,

I: Weil du gesagt hast dass dein Vater das nicht so versteht oder toleriert, wie äußert sich das ((fragend)),

B3: Naja wenn ich zum Beispiel irgendwo eine Pizza ohne Käse bestelle und er dann daneben sitzt dann schaut er mich manchmal blöd an oder wenn ich zu Hause Pizza mache und dann veganen Käse raufgebe dass er dann sagt dass ich ganz blöd bin und wenn man vegan ist dann isst man halt keinen Käse mehr und wenn wir diskutieren über ich weiß nicht, Fleisch essen dann sagt er halt einfach <Das ist so und Tiere sind halt unter uns> und, er findet es einfach nicht normal dass ich das mache weil er auf einem Bauernhof aufgewachsen ist und für ihn auch das Schlachten von Tieren was völlig normales ist, und ich glaube es fällt ihm deshalb auch schwer sowas irgendwie zu akzeptieren und, er interessiert also er blockt dann auch wenn ich mit irgendwelchen Hintergründen, komme wirklich ab und das interessiert ihn auch einfach nicht, er hat seinen Weg und findet den richtig,

I: Ahm ist das ein, ist das ein Problem zwischen euch also hat sich eure Beziehung dadurch verändert oder ((fragend)),

B3: Nein nicht wirklich nur essensbedingt dass wir halt weniger zusammen essen oder halt der Papa nicht mehr für mich mit kocht aber ansonsten eigentlich nicht,

I: Und ahm versuchen manchmal Leute dass sie dich überreden wollen dass du wieder Fleisch oder Milchprodukte isst ((fragend)),

B3: Ja mein Vater also er will mich nicht überreden aber er sagt <Du könntest doch> und <Das ist eh nicht normal was du machst> aber, sonst habe ich das eigentlich von überhaupt niemanden es kommt nur sehr oft vor dass irgendjemand mir was anbietet und ich sage <Ja da ist Milch drinnen> <Ah scheiße habe ich vergessen> also Leute vergessen oft dass irgendwo Milch drin ist wenn ich wenn ich wenn sie mir was anbieten, aber das ist auch was an das man sich gewöhnt wo man dann halt lacht und sagt <Ist eh kein Problem ich habe eh selber was zu essen>,

I: Hast du vielleicht irgendein Vorbild ((fragend)),

B3: Ich glaube wenn man sein eigenes Vorbild ist kann man, am meisten an sich arbeiten und am wenigsten enttäuscht werden,

I: Mmh findest du dass Veganismus derzeit ein Trend ist oder glaubst du dass es eher, einen eine Wende ist ((fragend)),

B3: Ich bin mir noch nicht ganz sicher weil ich das bis jetzt, eigentlich nur in Wien so stark beobachtet habe dass es immer mehr vegane, Lokale gibt, loga- ((lachend)) vegane Möglichkeiten in nicht veganen Lokalen, ich würde mir erhoffen dass es eine Wende ist, ich wäre aber auch ich bin aber auch froh dass es momentan wenn es momentan ein Trend ist bin ich auch darüber schon froh weil auch das bedeutet dass mehr Leute, vegan essen und hin und wieder zumindest und das ist schon ein Fortschritt,

I: Hm, ahm findest du gibt es ahm: manche Veganer oder Veganerinnen, die du, ‚sagen wir' übertrieben oder extrem findest, [was dir zu weit geht oder ((fragend))],

B3: [Hmm (bei) Veganern], naja es gibt natürlich wie man es vor allem im Internet mitbekommt Veganerererer die immer viel veganer sind als du selber und, du darfst nicht Produkte von einer Marke essen die auch mit Tierprodukten arbeitet das ich finde es jetzt nicht übertrieben ich finde es nur für mich selber einfach den falschen Weg eine Marke die sich schon die Mühe macht vegane Sachen zu produzieren nicht zu unterstützen aber das sind einfach verschiedene Denkansätze, und das ist halt schon so dass es Leute die dann als Veganer auf anderen rumhacken die noch nicht vegan sind ich meine ich freue mich über jeden Veganer natürlich aber ich bin schon froh wenn irgendjemand weniger Fleisch isst als sonst oder weniger generell tierische Produkte zu sich nimmt und hin und wieder mal das Schnitzel gegen einen großen Salat austauscht das ist schon ein Fortschritt, und Leute die das nicht sehen finde ich verschrecken dann auch Leute und hindern sie auch eigentlich daran irgendwann mal vegan zu werden, weil wenn man immer nur so viel Anfeindung erlebt dann, geht man als erstes aus der veganen Gruppe aus Facebook danach sagt man <Ich will nie wieder was veganes essen> und, dann ist das gestorben ((lachend)),

I: Okay also versuchst du eher als, positives Vorbild voranzugehen [und], versuchst dass die Leute selber darauf kommen vielleicht, [(in der Zukunft) ((fragend))],

B3: [Ja], [auf jeden Fall], weil man merkt halt schon wenn man die ganze Zeit nur mit erhobenen Zeigefinger vorangeht und allen Leuten sagt was sie für, für schreckliche Menschen sind und wie sehr sie Tierqual unterstützen dann, wird sie das, nur mehr dazu bringen abzublocken zuzumachen und, natürlich niemand will beschimpft werden das ist ich würde auch abblocken wenn mir jemand das sagt weil ich habe das schon von Frutariern erlebt dass ich mir gesagt worden bin dass ich ein schlechter Mensch bin weil ich jetzt diese Pflanze hier gegessen habe die auch Schmerzen empfindet und nicht stattdessen diesen Apfel hier und dann, denke ich mir auch nur rede weiter ich bin zufrieden so wie ich gerade bin und, ich glaube es macht einfach nicht viel Sinn Leute zu beschimpfen, es ist wesentlich effektiver als, gutes Vorbild voranzugehen,

I: Okay und was ist mit einfach nur aufklären und man muss ja nicht die Leute gleich beschimpfen man kann doch einfach man könnte auch einfach nur: ahm Informationen geben oder, [über das was viele einfach nicht wissen oder so ((fragend))],

B3: [Das das ( ) genau ja] das ist eigentlich das einzige wo: ich mich wirklich bemühe das gut zu bringen wenn ich zum Beispiel mit Freunden zu Abend esse und sage <Könntet ihr auch eigentlich das weglassen weil bei der Herstellung von ich weiß nicht diesem Produkt leiden die Tiere doch ziemlich> das wissen viele halt nicht weil das hinter verschlossenen Türen passiert und niemand will dass man das weiß weil man halt, eher den anderen Menschen die Schuld gibt und nicht denen die es kaufen auch wenn sie mit Schuld sind, hilft das schon mehr Aufklärungsarbeit ist definitiv ein, wichtiger Punkt das ist auch wirklich wichtig dass das weitergeht in diese Richtung aber man muss halt trotzdem nett bleiben nicht die Leute gleich niedermachen,

I: Dann hätte ich zum Abschluss noch eine Frage ahm wie wichtig dein soziales Umfeld für deine Entscheidung war oder ob dein soziales Umfeld Einfluss auf deine Entscheidung gehabt hatte vegan zu werden ((fragend)),

B3: Eigentlich einen ziemlichen Einfluss weil ich es war jetzt nicht mein direktes Umfeld sondern eigentlich mehr das Internet aber ich bin schon, über das Internet von Leuten in verschiedenen Facebook Gruppen oder so sehr beeinflusst worden den Schritt dann letztendlich zu tun weil ich mir halt, da immer mehr Informationen holen habe können und gesehen habe dass ich damit schon einen großen und wichtigen Beitrag leisten kann,

I: Und wie war das genau, sind die Leute auf dich zugegangen oder hast du dir Informationen geholt weil du Fragen gehabt hast ((nachfragend)),

B3: Es war eigentlich beides ich habe mich am Anfang, eher selber informiert habe danach aber auch immer wieder von Leuten wenn ich in Vegetarier Gruppen unterwegs habe gehört, wie die also was wirklich bei der bei der Tierproduktion passiert und habe dann auch gehört <Ja du könntest ja wirklich Veganer werden das ist nicht so schwer wir haben es auch geschafft am Anfang ist es ein bisschen umständlich aber, von heute auf morgen geht sowieso nichts> und, da hat man schon auch sehr viel Unterstützung von allen und es nimmt einem auch am Anfang selten jemand übel wenn man vielleicht doch einmal dann das Käsebrot noch isst weil halt die Umstellung nicht so leicht ist,

I: Und was würdest du sagen ist das schwierigste an der Umstellung ist es, die Gewohnheit, die Traditionen der Geschmack von dem Essen ((fragend)),

B3: Ich glaube am aller ehesten ist es die Gewohnheit den Geschmack kann man ja relativ gut nachmachen beziehungsweise neue Geschmäcker finden, Traditionen, gehören ja bis zu einem gewissen Grad zu den Gewohnheiten dazu weil man irgendwann, die Tradition einen Kuchen zu backen als Gewohnheit übernimmt, aber ich glaube Traditionen und Gewohnheiten sind das schwierige, der Geschmack hat bei mir nie ein großes Problem dargestellt,

I: War deine Entscheidung sonst mit gewissen Ereignissen verbunden ((fragend)),

B3: Überhaupt nicht, es war kurz danach mal wieder sowas mit irgendwelchen, ( ) aber ich weiß nicht irgendwie bei uns in Kärnten hat es irgendein Problem gegeben in einem Schlachthof wo angeblich unreines Fleisch, irgendwie verarbeitet worden ist und, meine Mutter hat kurz danach halt mal eine Lebensmittelvergiftung gehabt weil sie irgendwo schlechte Muscheln gegessen hat, und ich habe mir dann halt eigentlich ganz gemeinerweise ins Fäustchen gelacht und mir gedacht sowas kann mir jetzt nicht mehr passieren,

I: Hast du Unterstützung gehabt bei der Umstellung und oder bei der Entscheidung jemand den du, fragen hast können ((fragend)),

B3: Und wieder mal Facebook ((lachend)) da ist unglaublich viel Unterstützung gekommen es gibt immer wieder Leute die einem mit allem helfen können sei es jetzt wie würze ich das richtig wie brate ich Tofu richtig an, wo gibt es dieses und jenes Ersatzprodukt billig welches schmeckt besser am allermeisten Probleme habe ich mit Milchersatz gehabt weil ich halt den Geschmack von Kuhmilch so gewöhnt war mittlerweile wird mir schlecht wenn ich es nur rieche aber es ist halt wirklich viel Unterstützung im Internet da weil so viele Leute selber wissen wie schwierig es am Anfang ist und dann halt den Leuten die es neu versuchen gut, helfen wollen dass sie halt versuchen, dass sie halt versuchen es für alle Leuten so einfach wie möglich zu machen,

I: Gut also, von meiner Seite wären wir dann am Ende wenn dir gibt es noch was worüber du speziell reden möchtest ((fragend)),

B3: Gut, nein eigentlich nicht es war eh sehr ausführlich also sind keine Fragen oder Situationen offen geblieben,

I: Okay dann bedanke ich mich bei dir für das Gespräch und dass du auch [so offen] mit mir darüber gesprochen hast und mir deine ganz persönliche Geschichte und deine Meinung erzählt hast, das ist sehr wichtig für mich, [dankeschön],

B3: [Gerne], [gerne],

Interview 4 Transkript

Kurzfragebogen:

Alter: 28

Geschlecht: weiblich

Wohnort: St. Pölten

Familienstand: ledig, in Partnerschaft

Höchste abgeschlossene Schuldbildung: Magisterstudium

Beruf/Ausbildung: Bundesangestellte/ Parlamentarische Mitarbeiterin

Seit wann vegan: ½ bis ¾ Jahr

I: Okay dann erzähle mir bitte einfach mal wie es dazu gekommen ist dass du vegan geworden bist,

B4: Okay, also ich lebe schon de facto mein ganzes Leben mehr oder weniger vegetarisch mit Ausnahmen so in die Richtung von:, ab und zu ein Fleischlaibchen oder so das hat folgenden Hintergrund ich habe als Kind ah eitrige Angina gehabt und also dadurch Schluckbeschwerden und habe nur weiche Sachen gegessen und ich kann mich nie erinnern Hartkäse gegessen zu haben rotes Fleisch Hühnchen habe ich eine Zeit lang gegessen ahm meine Mutter hat mich dann aber irgendwie mal Salmonellen technisch aufgeklärt was eher den Hintergrund hat Hände ge- also eher hinter dem Hintergrund Hände waschen aber seit dem, also ich kann also Huhn Huhn ist für mich das aller schlimmste egal von der Ge- also ich mag überhaupt keine Vögel, ich ja ((lachend)) okay also ich sehe Vögel und habe Salmonellen ((lachend)) das ist so peinlich, ah Fische schmecken mir zugegebermaßen nicht ah aber auch Pilze und sowas also ich bin eine bisschen eine heikle Esserin und: ahm vegan war dann irgend- eine Freundin von mir ist dann vegan geworden und ich habe mich dann damit beschäftigt und es war für mich aber immer die Sache so eigentlich nein ich will gar nicht vegan leben, und: also halt auch mit dem Hintergrund so weil das der perfekte Veganismus ist ja nicht möglich man kann sich ja nur möglichst annähern und ich habe dann manchmal so Anwandlungen so 100 Prozent oder gar nicht aber irgendwie je mehr ich mich damit beschäftigt habe und dann habe ich irgendwie bin ich aufgewacht, so (wie) im frühen Sommer und habe festgestellt, naja jetzt hast du deine Ledersachen in den Kasten gehängt und du kaufst eigentlich jetzt plötzlich Bio und glücklich und, dann habe ich mal überlegt so gut die Tierprodukte sind auch alle weg aus dem Kühlschrank das bisschen was immer vorhanden war ich habe dann auch angefangen ah auf Mandelmilch und Reismilch umzustellen und so und irgendwie habe ich mir dann gedacht so du lebst eigentlich schon vegan oder ich meine jetzt halt ahm, ja und habe dann halt die letzten paar Restbestände die noch irgendwie da waren ah, auch noch ah, weggegessen beziehungsweise habe dann halt beim Einkaufen darauf geschaut halt Laktosepulver und: ah die E-Nummern und so also, es war eigentlich so ein Hineinrutschen unter der Prämisse nein ich will gar nicht vegan sein weil das geht eh nicht zu 100 Prozent ((lachend)) es ist so doof aber es ist so ja und ich muss sagen es geht mir sehr gut damit also ich ich fühle mich ganz wohl, also so so bin ich nicht vegan vegan geworden ((lachend)), es ist jetzt eine doofe Sache aber ja also es war so von heute auf also es es es war irgendwie so: so ein Hineinrutschen es gibt noch ein paar Sachen die in meinem Haushalt **nicht** vegan sind ah Putzmittel habe ich jetzt vegane gekauft aber es gibt zum Beispiel noch ah meine letzte Tube Zahnpasta neigt sich zu neige die war noch unvegan da gibt es ja da werde ich jetzt dann eine nachkaufen die halt dann ah also von, also da werde ich dann eine vegane nachkaufen und so mein Kind mag keine Zahnpasta die vegan ist ich habe es ja schon ur oft probiert der putzt nach wie vor es ist mir wichtig er verwendet Zahnpasta und das also da das ist so ein Kompromiss der in der Praxis für mich dann halt (bitter) ja, man kann zu 100 Prozent perfekt anzust- ist anzustreben aber halt leider nicht ganz machbar wenn man ein stures kleines Kind in einer Trotzphase hat und, man schon froh ist dass er Zähne putzt ((lachend)) vielleicht später aber ((lachend)) es ist noch so ein offenes Projekt ((lachend)), also es ist so, ich versuche jetzt es streckenweise also es halt jetzt es jetzt ahm, immer in auf weitere Themenbereiche auszudehnen sagen wir so **Essen** ist gar nicht so schlimm aber so: so versteckte

Sachen ich esse ganz gerne so Gemüsestangerl die sind zwar nicht gesund aber die haben Molkepulver drinnen und jetzt esse ich die halt nicht ich mache sie selber aber das ist halt auch wieder den innere Schweinehund etwas überwinden und das selber machen schmeckt dann besser aber ((lachend)), ja, /Schülergruppe wartet im Eingangsbereich vom Parlament und geht vorbei/ die gehen alle zum ( ),

I: Also kann man sagen war es mehr so ein schleichender Prozess bevor dir das dann selber erst bewusst geworden bist dass [du eigentlich vegan lebst ((nachfragend))],

B4: [((unterbricht)) Ja also es ist so:] es ist so richtig **hineingerutscht** also:, ich meine jetzt der perfekte Veganismus ist es bei mir vielleicht nicht also, ich habe noch Medikamente zum Teil zu Hause halt Salben und sowas die verwende ich jetzt auch weiter ah also verhüten Pille ist bei mir kein Thema weil ich verhüte **nicht** hormonell aber:, eine Freundin von mir vertragt nur Pille wo Laktose drinnen ist und nicht hormonell verhüten ah ist ihr zu unsicher ja ist halt auch wieder so eine eine Sache die man machen muss oder manche Babys vertragen keine Sojamilch die stopft recht bei manchen Kindern und, wenn du halt aufgrund einer Hormon- ah also es ist das ist besagte Freundin die halt dann nur die eine Pille verträgt die hat eine Hormonstörung und muss zu füttern und die füttert auch mit einem Kuhmilchpräparat zu weil: das Kind ja ohne also das Kind verträgt keine Sojapr- ah basierten Milchprodukte ja ist blöd ist aber so da gibt es es gibt dann halt ein Ende auch, man versucht was geht aber man muss realistisch bleiben ((lachend)), ja, es ist, es ist doof ist aber so und es ist für sie mehr schlimm dass sie nicht stillen kann als wie das also nicht voll stillt als wie dass das Kind teilweise halt dann So- ah Kuhmilch ah basierte Milch zu bekommt aber, ja, muss man auch muss man auch die Grenze setzen weil sonst verhungert das Kind ja,

I: Das ist ja sowieso ein sehr, weiter Bereich den jeder für sich anders definiert und anders die Grenzen setzt und, also es ist ja eine persönliche Entscheidung wie man dann damit lebt und wie man damit umgeht, und wie ist wie ist hast du da irgendwo Grenzen oder Ausnahmen ((fragend)),

B4: Also für mich eine Grenze und eine Ausnahme ist ah, natürlich also wie ich schon vorher gesagt habe so das Thema Gesundheit von Kindern und so also, ich impfe auch also dazu stehe ich auch ich impfe aber nur also er ist geimpft also Tetanus und solche Sachen, und BSME auch aber also Windpocken würde ich nicht impfen, und das ist einfach Windpocken ist also sprich Feuchtblattern in Österreich ist keine schlimme Krankheit da tut man sich nur als Mutter ahm selber hinten herum gemütlich machen aber so Sachen wie Tetanus und sowas, ist schon gei- ist er schon geimpft und dazu stehe ich auch ich weiß es eh da gibt es **ganz:** radikale Mütter aber ah bei mir im Bekanntenkreis ist ein erwachsener Mann an BSME gestorben und das geht einfach, also da ist einfach dann irgendwie für mich dann das Ende ja es gibt sinn- Dinge die sinnvoll sind und Dinge die unsinnvoll sind in meinen Augen, er ist aber auch ja, eh das muss dann jeder selber entscheiden,

I: Und was bedeutet Veganismus für dich ((fragend)),

B4: Mmmh also für mich bedeutet vegan sein, vor allem Respekt vor dem Leben zu haben also für mich bedeutet vegan sein dass für mich zumindest persönlich bedeutet vegan sein ah bewusste auch Konsumentscheidungen zu treffen, und: ich kenne auch Veganer die sagen dann <Na ob die mit den Menschen im Betrieb gut umgehen und so das ist mit persönlich wurscht mit geht es nur um die Tiere> also das finde ich **gar** nicht, also mir ist es auch wichtig dass es den Menschen gut geht also vegan sein und dann jede Woche irgendwie eine neue sieben Euro Jeans kaufen bei [Textil Discounter] also das geht für mich nicht zusammen zum Beispiel, also das ist also, das ist für mich so ein No-Go, also ich versuche auch also ich kaufe im normalen Handel das ist keine Frage aber ich kaufe ah bei Handelsketten wo ich weiß dass die zum Beispiel mit ihren Mitarbeitern gut umgehen weil wenn man dann ein bisschen mit den Leuten im Handel redet ah weiß man dann schon wer die Überstunden abrechnet und wer nicht also da, das ist für mich schon eine Frage der Entscheidung, beziehungsweise ich weiß eine Firma wie [Textil Discounter] zum Beispiel wo Gewerkschaften unterdrückt werden und so, also das ist für mich ein Grund dort nicht einzukaufen, also das ist für mich auch ein Aspekt von vegan sein vielleicht jetzt noch strenger als das Thema immer nur immer also immer Biobaumwolle oder so weil Biobau- eine Jeans aus Bio Biobaumwolle die dann irgendwie gebleached ist oder stonewashed oder sowas zerstört die Umwelt genauso wie eine nicht Biobaumwelle Jeans aus die stonewashed ist also das ist, da ist für mich eher das Thema wie gehen sie

mit den Leuten um vor allem das kann man in Österreich es ist für mich immer eine Frage wo kann ich es selber kontrollieren und wo weiß ich es selber weil in Österreich ahm wie gesagt wenn du mit Handelangestellten redest das hast du dann, sehr schnell heraus und das sind auch halbwegs zuverlässige Daten sage ich jetzt mal weil Greenwashing ist natürlich ein Thema ja und Greenwashing kann man jetzt aus, ich kann mir am Computer 3000 Zertifikate anschauen aber es kann ja, Greenwashing ist halt ein Problem sagen wir es mal so ((lachend)) also ich versuche ich versuche halt dort ich kaufe zum Beispiel auch am also für mich bedeutet auch vegan sein regionale Produkte zu kaufen am Wochenmarkt zu gehen und, Bananen also Bananen sind natürlich Südfrüchte aber ich kaufe sonst wenig bis gar keine Südfrüchte zum Beispiel und Äpfel brauchen nicht aus Neuseeland kommen ja, die können auch vom eigenen Apfelbaum oder ahm von der Oma oder so ja, also das ist für mich auch ein wichtiger Aspekt bei vegan sein also Regionalität und auch Respekt vor den Menschen,

I: Okay und ahm informierst du dich dann auch viel, im Internet oder tauscht du dich aus mit anderen Veganern Veganerinnen ((fragend)),

B4: Also es ist es ist, unterschiedlich also ich, besuche bewusst keine Webseiten wo ich st- die dann heißen Vegetarier sind Mörder und sowas also ich versuche mich von viel von, von, Propaganda fernzuhalten, also wissenschaftliche Informationen sehr gerne und so das lese ich auch viel auch auf Englisch und so das interessiert mich schon aber ah billiger Populismus wo die Seite mit Tierleichen zugepflastert ist ah nein brauche ich nicht ich habe mir auch ah Earthlings habe ich mir auch nicht angeschaut weil Earthlings ist zwar nett und rüttelt vielleicht Fleischesser auf aber ah nein ich brauche es nicht ich war schon mal in einem Schlachthaus ich weiß wie es dort ausschaut ja, also das ist jetzt da brauche ich jetzt nicht zu meinem Glück ich muss mir jetzt nicht Earthlings als Ganzes anschauen oder wenn Schlachthäuser ah wie heißt das „Wenn Schlachthäuser Wände aus Glas hätten“ glaube ich heißt das also solche Sachen schaue ich mir nicht an ich schaue mir auch keine ah Milch ist gut und Milch ist böse Vorträge an weil du hast dann eh immer nur die eine Seite und jeder holt dann halt gerade die Studie raus die ihm besonders gut gefällt also da, solche Sachen eher nicht ((lachend)) aber es gibt auch ein paar ganz tolle Foren wo über Veganismus aus, aus wissenschaftlicher Sicht und aus ah ja also halt aus wissenschaftlicher und aus ernährungswissenschaftlicher Sicht geschrieben wird also wenn dann irgendwo wenn dann irgendwo ein Forum nur daraus besteht auf die bösen Fleischesser hinzuhauen und sich gegenseitig tote und gequälte Tiere zu posten dann lese ich sowas nicht ((lachend)) das ist auch nicht, ich bin auch nicht der Mensch der Fleischessern hinterherläuft und sagt <Ihr seid alle voll wahnsinnig und und Tieretöter> und sowas, ich glaube dass das auch nur also für mich persönlich ist das auch mit, für mich persönlich ist ist Frieden und ( ) ist für mich persönlich ist Frieden ein wichtiger Wert und ich kann mich auch nicht solidarisieren mit Leuten die dann ah, an sich an sich ist was der Balluch macht von der Idee her richtig aber von der Durchführung her falsch weil: gewaltloser Widerstand verändert die Welt und Gewalt macht sie nur noch schlechter, also das ist meine meine persönliche Einstellung ((lachend)),

I: Mhm darum geht es ja auch,

B4: Ja also das ist das ist für mich ganz wichtig also so, so so Sachen in die Richtung von wir gehen einkaufen oder oder wir stehen dann vor dem [Modekette] herum und und und und und und tun dann die Kinder anschreien <Ihr Mörder ihr> oder sowas die Kin- ich meine wenn die mit den Eltern mitgehen einkaufen die können nichts dafür die können sich das nicht aussuchen also gegen sowas bin ich **wirklich** ja das finde ich nicht gut, und Gandhi Gandhi und Mandela haben die Welt verändert mit gewaltfreiem Widerstand und nicht durch Waffen ((lachend)),

I: Ahm wie gehst du damit um wenn Leute dich fragen <Wieso bist du vegan> und ahm, versuchst du andere aufzuklären oder ein bisschen dazu zu bewegen oder eher nicht ((fragend)),

B4: ((unterbricht)) Das ist lustigerweise in meiner Familie nur begrenzt ein Thema weil ich eh immer schon beim Essen extrem heikel war ((lachend)) und: mein Freund ist mein Freund ist zugegebenermaßen Omnivore und hat eine äußerst schlechte Ernährung aber ahm er isst halt auswärts Fleisch ((lachend)) und zu Hause ah zu Hause ab und zu (schwimmt) mit einer ab und zu bringt er ein Packerl Milch aus der Arbeit mit ah um des lieben Friedens willen ich sage nichts und ah und es

verschwindet dann mit hm ja ((lachend)) es verschwindet dann zufällig, irgendwo ((lachend)) er ist aber auch also mit Reis Reismilch mögen wir in der Familie eigentlich alle ganz gerne in der also vor allem der Junior mag es ganz gerne der mag keine Sojamilch ist auch bei, kleinen Kindern mit Sojamilch nicht so gescheit oder zumindest in größeren Mengen, aber wenn wenn wenn wenn mein wenn mein Liebster in der Arbeit was essen will weil also er arbeitet sowieso in einem Bürokomplex da haben sie eine Kantine angeschlossen und wenn er dort Fleisch isst ich sage auch eigentlich nichts also, wir diskutieren manchmal darüber aber ich denke mir dann immer, ich habe meinen Standpunkt er hat seinen Standpunkt er er achtet also ich merke schon er verändert sich schon er isst weniger Fleisch und er achtet jetzt auf Bioqualität und auf gute Haltung und so also das ist schon besser geworden und es ist jetzt nicht mehr so wie früher dass er sich halt irgendwie das ah drei Euro Schnitzel hinein haut oder so also das das hat sich schon positiv verändert würde ich sagen, und Fische und sowas isst er überhaupt nicht weil er halt ah mit dem Fang also weil er das halt mit dem Fangen in der Nordsee und sowas das findet er ganz schlimm lustigerweise hat er das von selber als nicht gut empfunden und: sonst meine Mutter zum Beispiel kauft nur heimische Fische aus dem Waldviertel von der Verwandtschaft also die, da wissen wir praktisch in welchem Teich die schwimmen ((lachend)) und: also es ist unterschiedlich, aber der Großteil meiner Verwandtschaft sieht einfach das so nach dem Motto so die ist schon wieder heikel, also das ist jetzt nicht so das Thema und bei meinem Kind ah bin ich eigentlich, relativ liberal, also bei mir kriegt er nur vegan aber wenn er im wenn er bei der Oma, wenn er bei der Oma ein Stück Kuchen erwischt wo ein Ei drinnen ist es gibt dann auch Mütter die hüpfen dann schreiend dazwischen aber ich denke mir damit treibst du dem Kind, Kinder lernen durch positive Vorbilder und nicht indem man sie ah indem man sie unterdrückt und dann ihnen alles verbietet und so und er ist er ist erst 19 Monate wenn dann halt ab und zu sage ich halt dann ah wenn er dann sagt so <Die Pipi die Pipi> und sowas und was esse also, also die Vögel er sagt dann Pipi er sagt noch nicht Vögel ((lachend)) oder und dann kommen die Vögel und dann sagt er die dann sage ich ihm halt die Milch kommt von dann fragt er dann reden wir halt über die Milch und dass die von der Kuh kommt und dann sage ich halt <Na die Milch ist für die kleine Kuh und für die Babykuh> und solche Sachen aber, das große Thema dann Ernährung und sowas das kommt dann erst später es gibt auch ganz tolle Kinderbücher und das werden wir dann halt und wir haben auch ein Bauernhof-Buch es gibt auch vegane Eltern die lehnen Bauernhof-Bücher ab aber wir haben ein Bauernhof-Buch ((lachend)) ich habe auch damit kein Problem ehrlicherweise weil das Bauernhof-Buch an sich ist, ist ganz nett und zeigt die also es sind hauptsächlich Tiere Tiere auf der Wiese und der Kontext Bauernhof ist nur ersichtlich aus der Überschrift dass da draufsteht Bauernhof ((lachend)) also er kennt das glaube ich auch nicht als Ba- also er kennt es als Tier-Buch und er möchte sein Tier-Buch anschauen ist genauso wie er sein Auto-Buch anschauen will ((lachend)) also ich bin da eher ich sehe es eher gelassen und: ich habe auch einen Vegan-Buddy gehabt am Anfang die ist auch Mutter von ein paar Kindern und die hat auch gesagt <Je weniger> weil ich mich halt mit der ausgetauscht habe und die hat halt gemeint <Je weniger ah je weniger mit dem Holzhammer desto besser funktioniert es> und ich denke das ist auch der richtige Weg, also Ver- Verbote dort wo sie sinnvoll sind also auf die Straße rennen ist halt nicht und der Rest halt mit positiver Verstärkung, ja ((lachend)),

I: Okay also ist das wie es scheint kein großes Thema und kein Problem in der Familie mit ((fragend)),

B4: ((unterbricht)) Nachdem ich wie gesagt als heikel verschrien bin ist das ahm, bei mir in der Familie nicht so (3) ich bin jetzt auch zu also ahm, auswärts auswärts ich renne auch nicht ich renne auch nicht jedem Essig hinterher der vielleicht irgendwie nicht also mit Gelatine gefiltert ist oder so also da, ich laufe ich wir haben in St. Pölten ein sehr gutes Essig-Geschäft die machen großteils vegane Essige das ist ganz toll meine Mutter kauft dort auch sehr viel aber, ich renne ich renne jetzt nicht jedem Erdäpfelsalat hinterher ob der jetzt mit Bio-glücklich-Essig gemacht worden ist oder halt ja es wäre wünschenswert aber, die Praxis muss halt auch (gelebt werden) ((lachend)) man muss halt auch leben können damit, ja ((lachend)),

I: Okay ahm ja was ich noch fragen wollte du warst in einem Schlachthaus, in welchem Zusammenhang war das ((fragend)),

B4: Naja also St. Pölten ist natürlich eine Stadt also Stadt ich meine 50 000 Einwohner aber, wir haben einen recht großen Schlachtbetrieb ah sieben Kilometer entfernt die Firma [Firma] in [Ort] das ist glaube ich eh der größte Schlächter in ganz im ganzen Umfeld in St. Pölten und dort war ich mal drinnen die haben mal so einen Tag der offenen Tür gehabt also ich meine das war natürlich alles schön geputzt und nicht so arg oder so aber ja ((lachend)) also da war ich mal drinnen ((lachend)) wobei das war okay also es macht nicht jedes Schlachthaus einen Tag der offenen Tür und der Kloiber hat eigentlich eine relativ also gute Fleischqualität wird zumindest behauptet aber ich habe es nicht gegessen (ehrlichweise) ((lachend)) ich kann mich jetzt dazu auch so nicht äußern in dem Zusammenhang, aber es war halt am Tag der offenen Tür ((lachend)),

I: Und da warst du so zum, also interessemäßig dort ((fragend)),

B4: Ah ja mehr oder weniger also das war dort Dorffest und ein Teil meiner Familie kommt von dort und ich bin da halt einfach hinein gelatscht das ist aber schon Jahre her also das ist gute zehn Jahre oder so vielleicht länger, aber das war für mich ja schon nach dem Motto ich schaue es mir mal an, aber man muss das medizinisch sehen und während der also während der Schule war ich mal in [Ort] eine Freundin von mir der Vater ist in [Ort] und, die haben dort die haben dort operiert und also so an der offenen also da mit offenem Bauch und sowas zum Teil und man muss das distanziert sehen man braucht sich nie denken das trifft einen selbst sondern man muss das distanziert medizinisch sehen ((lachend)) und wenn man diesen Blick verinnerlicht hat dann geht fast alles also das man muss das man muss sich distanzieren es trifft einen nicht selber ((lachend)) sonst sonst dreht man eh ab,

I: Okay hast du schon ahm Konflikte Auseinandersetzungen gehabt wegen deiner Lebensweise ((fragend)),

B4: Mhm ja also, halt natürlich immer wieder ahm (3) es ist ein bisschen das Thema so <Aber das Kind braucht Milch und Fleisch> ah ja, ah nachdem alle Mutter-Kind-Pass Untersuchungen ganz glücklich sind bei mir als Erwachsener sagt eh sagen wenige Leute was aber ich bin nicht der Veganer der das jetzt so auf die Stirn pickt und so sagt so <Ich bin Veganer lasst mich und ihr müsst mich jetzt sonderbehandeln> oder so also einen Salat gibt es meiner Erfahrung nach auch im hintersten Dorfwirtshaus gibt es meistens einen Salat oder ein Brot oder, also bis jetzt habe ich es eigentlich immer geschafft überall was zu essen zu finden, obwohl ich wie gesagt **nicht** einfach bin ((lachend)) wie gesagt also immer mit der Einschränkung zu ich achte zu Hause darauf dass ich veganes Brot kaufe ich backe auch selber selber viel aber wenn ich auswärts wo ein Brot esse ah laufe ich auch nicht hinterher und gehe den Kellner an der dort vielleicht nur die Aushilfe ist oder sowas ah dass er mir jetzt bitte genau sagen kann ob das Brot vielleicht ein Molkepulver enthält also da: das ist wieder die Einschränkung die ich mache muss ich jetzt ehrlich sagen also ich bin jetzt nicht ah, aber bis jetzt habe ich bis jetzt bin ich nicht verhungert, die meisten gerade die meisten kleinen Gasthäuser, wie gesagt ich bin halt ab und zu doch eher ländlich unterwegs gerade die sind am freundlichsten wenn du sagst du hättest nur gerne einen Reis und ein gedämpftes Gemüse oder sowas weil es machen heute so viele Leute eh irgendwann im Laufe des Lebens Diät dass das die glauben halt dann du bist auf Diät oder so aber es ist wirklich überhaupt vorher vorher einen Tag anrufen vorher hilft auch ab und zu wenn man sich nicht sicher ist mal anrufen vorher und sich erkundigen aber wie gesagt oder oder Erdäpfel Erdäpfel nicht in Butter geschwenkt geht Erdäpfel nicht in Butter geschwenkt mit ein bisschen gedämpften Gemüse solche Sachen gehen fast überall also man darf sich halt jetzt nicht die vegane Haute cuisine erwarten aber ((lachend)) bis jetzt bis jetzt habe ich es eigentlich ganz positiv hinbekommen ja, also ja,

I: Das heißt du erzählst den Leuten jetzt nicht also du bist vegan und so sondern ( ) ((fragend)),

B4: ((unterbricht)) Also wenn mich wenn mich jemand fragt schon ja aber ah, eine Freundin von mir ja hat sich zum Büffet gestellt also das war halt so ein Schützenvereins Trachten F- also so ein eher dörflicher bäuerlicheres Fest wo natürlich halt das Büffet aus jede Menge Fleisch bestanden hat hat sich (fett) aufgebaut hat das angeschaut so <Na da ist aber nichts dabei was ich essen kann> und so mache ich das nicht ja also ich lasse das halt links liegen und esse halt das Salatbüffet ja und das Salatbüffet ist meistens eh auch lecker, also wie gesagt wenn mich jemand fragt dann sage ich es schon oder, wenn jemand fragt so nach dem Motto so <Du isst du eigentlich eine Milch oder ein

Fleisch oder so> weil bei Süßspeisen sage ich dann auch meistens <Du ah da ist eine Milch drinnen und das mag ich nicht> es gehen aber auch viele Leute davon aus dass man zum Beispiel keine Laktose verträgt lustigerweise, und bei Speiseeis frage ich auch wobei in St. Pölten lustigerweise, seit heuer gibt es überall ein veganes Eis es ist sogar angeschrieben früher hast du immer fragen müssen <Ist was drinnen> heuer alles angeschrieben plötzlich total lustig einer hat da angefangen und dann haben es alle gemacht das ist total positiv also es ist überhaupt es, es ist ein bisschen teilweise halt ein bisschen eine Umstellung und man muss halt vielleicht halt ein bisschen mehr Aufwand betreiben aber ich finde es jetzt an sich **nicht** so schlimm, also schlimm ich meine ich ja aber ein bisschen ein Mehraufwand ist es ich habe auch keine hohen Mehrausgaben beim Essen einkaufen zu einem gewissen Grad schon aber ich ich ich ich kaufe keine Fleischersatzprodukte oder nur alle heiligen Zeiten, und ich kaufe auch kein also Käseersatz, einmal im Monat ein kleines Stück, Pizza Pizza tue ich Pizza tue ich mit Cashewkäse überbacken, also ich habe de facto auch nicht große Mehrausgaben Mehrausgaben beim Einkaufen ab und zu wird es teuer wenn ich in den Biosupermarkt einfalle aber gut ja das ist eher dann eine Frage des Budgets ((lachend)),

I: ((lachend)) Okay ahm und also gehst du eher nicht so in eigene vegane Supermärkte eigene vegane Restaurants oder so ((fragend)),

B4: ((unterbricht)) Naja also einen veganen Supermarkt und ein veganes Restaurant in dem Sinn gibt es in St.Pölten nicht also es gibt es gibt zwei drei sehr gute Naturkost und Rohkost also so Naturkost Naturkost Alternativkost solche Sachen gibt es drei ganz gute Läden, einen gehe ich relativ regelmäßig hin weil die haben die ganze Kosmetik sehr gut beinander und: es gibt auch ein eigenes [Marke]-Geschäft wo ich halt auch viel einkaufe und sonst ah unterschiedlich, also ich muss ehrlicherweise sagen ich kaufe viel beim [Lebensmittelkette] und beim [Lebensmittelkette], ja, und wenn ich wenn ich Kosmetik wenn ich Kosmetik kaufe dann gehe ich in [Name] Naturkostladen in der [Straße] und die haben alles also da bin ich zumindest was ich so für meine Bedürfnisse brauche, das ist ganz toll also da bin ich sehr zufrieden dort ja und die haben auch eine sehr gute Auswahl an an Essen und ab und zu bestelle ich was im Internet also wenn ich dann halt was spezielles haben will aber ich koche eigentlich gerne, ich koche täglich weil ich ja auch den Junior habe und ich koche eigentlich wirklich am allerliebsten mit saisonalen Sachen Obst Gemüse ah also was ich was ich halt viel kaufe sind sozusagen Beilagen im Sinne von Nudeln und Couscous und solche Sachen Reis also das das sind Sachen die ich halt dann noch eher kaufe wo ich auch sehr gerne hingehe ist der Türke weil beim Türken gibt es Linsen in der Großpackung extrem billig ((lachend)) also den den und Reis und und mediterrane Sachen also zum Türken gehe ich auch ganz gerne ja da habe ich auch einen Stamm-Türken der macht auch Fladenbrot vegan also also halt nicht absichtlich sondern das ist halt ja nach traditionellem Rezept und da ist halt nichts fleischliches Milch Butter Eier oder so ja das nehme ich auch sehr gerne mit, ja ((lachend)),

I: Also kochst du auch für die ganze Familie oder kocht dein Freund auch manchmal ((fragend)),

B4: ((unterbricht)) Ja=ja nein mein Freund kocht bei mir, ab und zu aber er kocht nicht so: toll er kann es zwar aber ich kann es besser ich koche auch gerne also das ist, selten eine Belastung für mich zu kochen also ich ich koche wirklich gerne ja das mache ich das das das finde ist für mich auch ein wichtiger Bestandteil sich um die eigene Ernährung zu kümmern ich nehme aber auch gerne mal irgendwo Falafel mit oder so, und es gibt es gibt meinen Stamm Döner und der macht Falafel mit Mangosauce und das ist toll, den mag ich gerne ((lachend)) ja,

I: Klingt sehr positiv alles,

B4: Nein das das esse ich ja ich ich fühle mich also ich fühle mich wohl mit veganer Ernährung und ich, wie gesagt ich bin ich bin sicher kein Extrem-Veganer, aber, so weit so weit es Sinn ergibt halt irgendwie,

I: Und hat sich irgendwas verändert seitdem in deinem Alltag ((fragend)),

B4: Mmh also ich habe abgenommen was aber wahrscheinlich auch weniger mit dem Thema Vegan also ich habe vorher schon sehr vegan gegessen also wenig Milch wenig Ei, es hat sich eher dahingehend

verändert dass ich halt jetzt bewusster lebe und einen sehr hohen ah also einen sehr hohen Gemüse und Gemüse und Obstanteil habe und ich trinke auch keinen Alkohol mehr eben jetzt seit, sieben Monaten sieben Monaten so ungefähr ich rauche auch also ich habe ich habe wenig geraucht ich habe halt irgendwie ab und zu zwischendurch mal eine oder so also schon ein Packerl im Monat, und: das ist jetzt komplett weg also ich habe ich habe während der Schwangerschaft nicht geraucht während dem Stillen auch nicht dann war da irgendwie so ein Zeitfenster von ein paar Monaten da habe ich wieder ein bisschen angefangen dann habe ich mir gedacht das ist ein Blödsinn brauchst es eh nicht habe es weggehaut und also ich habe abgenommen aber so fünf Kilo so, ich muss auch ich mache auch jetzt mehr Sport ich habe jetzt einen Schrittzähler am Handy der meckert wenn ich nicht weit genug zu Fuß gehe ((lachend)) das ist produktiv und ein Kind ist wie ein Hund das muss täglich hinausgeführt werden und an die frische Luft also das, ich bin sportlicher geworden sagen wir so ((lachend)) nein ehrlich also auf der Couch sitzen ist im Moment nicht und das ist schon sehr gut, also mein mein Junior hilft mir mein Junior hilft mir gesund zu bleiben es ist halt ja ((lachend)) und sonst also wenn ich pendle fahre ich öffentlich also fahre ich halt mit mit dem Bus mit dem Zug und mit der U-Bahn und da macht man auch einiges an Kilometern und in St. Pölten ist mein Büro im zweiten Stock ohne Lift der andere Teil vom Büro ist im ersten Stock und da renne ich ungefähr auch 1000 mal am Tag hin und her das ist auch okay und in St. Pölten gibt es auch ein ganz ein brauchbares Bussystem da kann man auch damit fahren also es ist jetzt nicht Wien aber für so eine kleine Stadt ist es echt so dass man gut fahren kann und dass man auch nicht drei Stunden braucht um zehn Kilometer weit zu kommen oder so also das funktioniert gut ja also ich habe im Viertelstunden Takt einen Bus von der Haustür ins Büro, das ist ganz gut ja, und Fahrradfahren natürlich auch ja, ich besitze aber auch ein Auto und ich fahre auch Auto es geht einfach ah ich habe beruflich auch am Land zu tun und da ist es nicht also es gibt einen Zug aber der Zug fahrt irgendwann und es ist weniger das Problem zum Bahnhof zu kommen sondern halt vom Bahnhof dann irgendwie weiter und hinauf zu denen ja Bergbauern sind sie schon fast in Wirklichkeit weil das also im [Ort] drinnen das ist halt schon sehr Voralpen und hohe Berge und so ((lachend)) und es geht beruflich auch nicht anders aber ich versuche das Autofahren einzuschränken soweit es geht, ich stehe auch dazu dass ich ein Auto besitze und, wie gesagt ich versuche auch dadurch dass dass ich jetzt mich versuche sportlich zu betätigen ist das ja ((lachend)) es ist auch natürlich mit Kind ehrlicherweise wenn es dann schneit und wenn es schneit und schlecht ist und regnet ist es halt mit dem Kind mit dem Auto schon sehr praktisch, es ist schon, also du musst nicht vor zum Bus du musst nicht das Kind anziehen vor zum Bus gehen und dann nochmal warten und so und hoffen dass der Junior nicht komplett nass ist bis er einmal im Kindergarten ist aber das ja, also mit dem Auto ist es ein wenig angenehmer ((lachend)) ja ((lachend)),

I: Also könnte man zusammenfassen dass du ahm insgesamt jetzt gesünder und bewusster lebst ((fragend)),

B4: Ja: auf jeden Fall, einiges ich esse jetzt auch, bis auf ab und zu Falafel halt esse ich wenig Fertigprodukte und wenn ich wenn ich im Büro in der Arbeit was esse also wenn ich in St. Pölten in der Arbeit was hole dann, hat jetzt gleich unter uns ein Inder aufgemacht so ein Take-Away Inder und dort esse ich auch sehr gerne, also das ist ja ist sehr gut ja, und die kochen frisch und die kochen frisch und Bio und vegan das ist ganz also sie kochen auch nicht vegan aber sie kochen auch vegan und sie machen das in zwei getrennten Bereichen sogar das finde ich super ((lachend)),

I: Ahm leben in deinem Umfeld Personen vegan Familie Freunde Bekannte ((fragend)),

B4: Eine Freundin von mir lebt vegan die hat zwei Kinder die sind aber schon größer die sind die kleine die Tochter ist, zehn und der Sohn ist so in der Pubertät irgendwo und dann halt noch die besagte Freundin wo ich vorher gesprochen habe die hat auch ein kleines Baby das ist aber noch klein, und sonst also Vegetarier ja es es hat eine Zeit lang dieses ah ohgott wie heißt dieses Vegan For Fit Vegan For Fun wie heißt denn das diese 60 Tage Challenge da ist eine Zeit lang so im Raum herum gegeistert und dann haben eine Woche lang alle gesagt <Ich kann das nicht essen ich bin jetzt vegan> und die haben das halt mehr so abnehmtechnisch gemacht und das war dann gleich wieder aus also das hat mir dann auch gele- also das hat mir dann auch gezeigt so wenn du es nicht ahm (4) also jetzt wenn du nicht davon überzeugt bist dass du es gut machst dann ist es auch falsch also da wenn du es aus innerer Überzeugung machst sondern jetzt nur als Diät Programm funktioniert es nicht, und es gibt ganz viele

verschiedene innere Überzeugungen warum man vegan ist aber jetzt, aus der aus dem Ansatz heraus nein ich mag mal schnell ein paar Kilo verlieren geht es gar nicht, ist so hat mir das auch gezeigt,

I: Also war das eher nur deswegen ein Thema in deinem Umfeld ((fragend)),

B4: Ah ich weiß es nicht irgendjemand hat dann begonnen dieses Buch daher zu ziehen und wie das dann immer so ist wenn eine neue D- wenn halt eine also ich meine neu sie ist ja nicht so neu aber irgendwer hat das dann halt für sich entdeckt und das ist dann so um sich gegriffen und dann hat es eine Zeit lang jeder gemacht und im Moment ist das schon wieder fast am aussterben, aber was ich schon feststellen muss es ist glaube ich jetzt, besser geworden, also was auch für mich was auch mir persönlich aufgefallen ist dadurch ich habe immer schon Tofu gekauft und auch für mich selber halt immer ah, Sojamilch oder Reismilch und sowas auch bevor ich vegan gewor- also bevor ich mir dann irgendwie gedacht habe so du bist vegan also ich habe solche so Sojasachen und sowas habe ich eigentlich schon gekauft seit ich selber einkaufe das ist doch schon, naja acht Jahre habe ich jetzt den eigenen Haushalt und ich habe das immer schon ge- also ich habe das schon lange gekauft und auch konsumiert und es ist das Angebot hat sich in letzter letzten eineinhalb Jahre erheblich verbessert, also das ist schon ein großer Unterschied zumindest so jetzt von meiner Beobachtung her, es ist auch ahm, also wenn heute jemand sagt du bist wenn heute jemand sagt <Ich bin vegetarisch> schaut keiner mehr blöd wie ich ein Kind war haben die Leute schon zum Teil blöd geschaut wenn ich gesagt habe <Ich esse kein Fleisch> ((lachend)) also es es verändert sich schon ja,

I: Ist dir das wichtig dass du ahm akzeptiert wirst ((fragend)),

B4: Ja: also, wie soll ich das jetzt sagen es ist mir wichtig dass ich also es ist mir wichtig dass man Leute akzep- also es ist mir wichtig dass ich nicht Leute blöd ansteige weil sie anders sind also, es ist genauso mit Fremdenfeindlichkeit und sowas also das finde ich oder Reli- also gegen eine bestimmte Religion zu hetzen oder so ich meine ich bin Atheistin das ist jetzt vielleicht einfacher aber also ich finde das dann ganz schlimm wenn man dann irgendwie gegen Leute hetzt jetzt nur weil sie irgendwie groß sind oder klein sind oder rot sind oder blau sind oder grün sind oder violett sind oder was auch immer ja also das, das ist für mich eine Prinzipfrage ((lachend)), natürlich ist das Leben nicht immer perfekt aber ahm, also ich hätte ich ich finde das prinzipiell jetzt nicht so gut Leute anzusteigen nur weil sie anders sind einfach,

I: Aber auch ahm Akzeptanz dir gegenüber dass die Leute dich akzeptieren dass du so lebst,

B4: Ja: ahm man denkt sich dann irgendwann einmal ja sollen sie ah, sollen sie sollen sie doof sein ja ((lachend)) ich war nicht immer so es hat Zeiten gegeben wo ich da wirklich so ganz so ah Kopf und durchsetzen und stur aber, ah, ich habe echt gelernt im letzten Jahr, vielleicht in den letzten zwei Jahren seit ich Mutter bin ah dass es halt nicht immer nach dem eigenen Kopf geht also das hat mich persönlich zur Mutterschaft hat mich persönlich da schon sehr verändert was was solche Sachen betrifft ja, ((lachend)) das ist jetzt vielleicht weniger prinzipiell beim Essen sondern eher eine grundsätzliche Lebenseinstellung dass ich sehr **viel** toleranter geworden bin, also was ich, was ich ablehne ist jemand anderem seinen Glauben seine Überzeugung aufzuzwingen und halt gewalttätige Mittel einzusetzen das habe ich aber eh schon vorher, ah bei beim Verein also bei beim Thema ah, ja Ballauf und so angesprochen, Balluch nicht Ballauf, ja,

I: Balluch ja, und ahm wäre es dir wichtig dass dein dein Sohn auch vegan ist oder glaubst du dass es da vielleicht mal zu Auseinandersetzungen mit deinem Freund später kommen könnte ((fragend)),

B4: Also unsere schlimmste Auseinandersetzung die mein Freund und ich haben ist die Frage ob unser Kind ein Motorrad haben darf und ich bin dafür er darf ein Motorrad haben und mein Freund lehnt das komplett ab also das ist erst in 15 Jahren in der Zukunft ((lachend)) und das ist unser wichtigster Erziehungskonflikt ((lachend)) ah und: aber sonst er muss das letztendlich selbst entscheiden wenn ich ihm das aufzwinge und: ihn dann halt irgendwie so nach dem Motto so jetzt schlage ich dich krumm und blau nur weil du ein Fleisch gegessen hast und ich glaube man kann nichts schlimmeres machen einem Kind was auszutreiben ich würde es mir wünschen also es wäre, es wäre mein starker Wunsch dass er zumindest vegetarisch ist, und es wäre mein noch stärkerer Wunsch dass er vegan lebt aber, ah

außer mit gutem Beispiel voranzugehen kann ich da nicht nicht viel tun sozusagen es ist auch ah er geht jetzt schon in eine Tagesbetreuung und: spätestens wenn er dann in der Schule ist und Taschengeld bekommt oder so, ich kann das nicht verhindern dass er sich normale Gummibärli kauft ich kann nur mit ihm darüber reden warum ich das nicht esse und warum ich es gut finden würde warum er das nicht macht aber man kann sein Kind nicht rund um die Uhr kontrollieren das geht einfach nicht jetzt geht es vielleicht noch ganz einfach weil er noch klein ist und halt außer meiner Meinung noch nicht viel eigene Meinung hat aber ahm spätestens in ein paar Jahren hat das dann eh ein Ende, in der Tagesbetreuung isst er vegetarisch, also die Jause ist vegan die gebe ich ihm mit das Mittagessen ist vegetarisch biologisch und das ist für mich also völlig okay, auch die Kinderärztin also unsere Kinderärztin ist ganz die ist aufgeschlossen sie ist sehr sie sie ist selber nur Vegetarierin aber, sie ist ganz okay, sie hat gesagt halt B12 supplementieren und sowas das ist eh klar und: sie macht halt jetzt alles sie hat gemeint halt <Naja Blutstatus sollten wir mal anschauen> wir werden jetzt dann auch Blutstatus nochmal prüfen lassen ich bin mir sicher dass er genug B12 und so weiter hat aber ah ja wir werden halt noch einmal Blutstatus machen lassen das finde ich auch sinnvoll, es ist also was ich fahrlässig finden würde ist ein Kind rein vegan ohne Vitamin B12 Supplement aufzuziehen weil das kann so grob schief gehen also das geht nicht ((lachend)) nein weil das das (trägt ist) also ohne B12 gibt es Hirnschäden bei Kindern das: ist indiskutabel, oder auch also auch roh roh vegan ah ( ) also Erwachsene sollen tun was sie wollen aber ein Kind roh-vegan ohne entsprechende Supplemente aufzuziehen ist für mich arg an der Körperverletzung ‚es ist Körperverletzung in Wirklichkeit' also mit mit sowas kann ich auch nichts anfangen dazu stehe ich auch ((lachend)),

I: Kennst du da leicht jemanden ((nachfragend)),

B4: Im Internet findet man dann doch so einiges, also da gibt es da gibt es schon ganz schlimme Leute also so Rohkost nach Brigitte Jung- Jungholz Junghans[1] kannst einmal schauen das ist ganz schlimm also die sind die sind echt fanatisch ja, also die die haben echt einen hängen, und die haben auch ein Forum und wenn es da dann so so irgendwie so zum Thema geht so mein Kind hat Schnupfen und wie kann ich ihn unterstützen dann kommt da als erstes so <Du hast dein Kind sicher nicht rohköstlich ernährt weil Kinder die Rohkost ernährt werden haben keinen Schnupfen und so> also es ist ganz schlimm oder: wenn es dann halt um ganz sensible Fragen geht dann hauen die Männer auf die Frauen schnell einmal hin so nach dem Motto so du hast dich sicher nicht rohköstlich ernährt du bist selber schuld wenn du nicht stillen kannst oder wenn du eine schwere Geburt hast oder so also das finde ich ganz ganz schlimm, das finde ich das das das geht für mich nicht also das ist für mich so eine Grenze wo es dann wo es dann für mich endet ja weil: das ist auch hat auch mit Respekt zu tun und man respektiert keinen anderen Menschen wenn man ihm sagt <Selber Schuld dass du jetzt krank bist> weil eine Krankheit kann jeden treffen, man kann da hinausgehen und man wird überfahren das passiert einfach das Leben hat gewisse Risiken da kann ich mich gut ernähren was ich will ja man kann es versuchen es zu vermeiden und zu reduzieren (und ja) ((lachend)),

I: Aber hat ahm deine vegane Lebensweise deine Umstellung was mit der Schwangerschaft zu tun oder damit dass du Mutter geworden bist auch ((fragend)),

B4: Vielleicht: aber jetzt nicht direkt also gesunde Ernährung war halt schon ein Thema aber ah ja es war jetzt nicht so dass, der primäre Entschluss, was kann ich jetzt noch dazu sagen ah während haben der Schwangerschaft habe ich lustigerweise das habe ich damals noch nicht gewusst während der Schwangerschaft habe ich irgendwie den total garchen Heißhunger plötzlich auf Fleisch gehabt und zwar so richtig rot blutig triefend obwohl meine Eisenwerte echt gut waren und ich habe dann zum Glück eine echt gute Frauenärztin gefunden die mit mir mal über Ernährung gesprochen hat und dann habe ich B12 supplementiert und dann war es echt viel besser, also weil das auch ahm: meine erste Frauenärztin meine erste Frauenärztin war zwar echt gut aber die hat sich zu wenig ausgekannt mit ah veganer und vegetarischer Ernährung und dadurch dass ich halt selber als Kind auch, wenig also halt immer dass ich halt Jahre hindurch wenig Milchprodukte und fast kein Ei halt gegessen habe, das, für mich hat es gereicht mein persönlicher Spiegel aber wenn du dann einen Zweiten versorgen musst war es zu wenig also das das war, also, das war für mich schon auch ein ganz ein ein wichtiger Faktor weil

[1] Brigitte Rondholz

ich ich muss ehrlich sagen ich habe mich vorher so mit dem Thema Supplementierung und sowas eher weniger auseinandergesetzt überhaupt auch mit gesunder Ernährung eher weniger und B12 Supplementierung wenn du mir gesagt hättest das vor drei Jahren dann hätte ich nur so geschaut und so <Was willst du> ((lachend)) also das hätte ich jetzt auch nicht ahm ja wäre aber damals schon nötig gewesen weil ich mir relativ sicher bin jetzt so im Nachhinein, dass ich auch schon bevor ich mich bewusst vegan ernährt habe wahrscheinlich zu wenig Vitamin B12 gehabt habe einfach weil ich es, ich habe auch keine Milch getrunken oder so ich habe halt nie nur halt nicht geschaut ob jetzt ah Molkebestandteile wo drinnen sind oder Eibestandteile oder so und da nimmst ja jetzt auch keine keine Vitamine auf wenn jetzt irgendwo das Ei halt das Kipferl mit Ei bestrichen ist ja, also das oder in einer Vollmilchschoko- also in einer Milchschokolade oder so also das, würde ich mir heute denken gescheit wäre es gewesen wenn du das früher gewusst hättest ((lachend)) und seitdem also ich ich habe ich lasse auch ah ich lasse auch einmal im Jahr meinen Blutstatus machen, also das ist mir schon irgendwie schon das ist mir jetzt schon wichtig,

I: Okay, ah hast du neue Freunde oder Bekannte gefunden durch deine neue Lebensweise ((fragend)),

B4: Also ich bin auf Facebook in einem ganz einem tollen Forum für vegane Mütter und das finde ich toll, das sind alle die die haben alle Kleinkinder und also das sind halt online Bekannte ((lachend)),

I: Auch so [zum austauschen ((fragend))],

B4: [Also meine meine Freu- meine] ja ja also das das ist ganz toll und das ist auch sehr ein respektvoller und höflicher Umgang miteinander und ahm die Bekanntschaften zu den Freunde- also die Freun- die die Bekannten dir früher halt vielleicht nur Bekannte waren sind jetzt Freunde die schon vegan sind sozusagen ja also man intensiviert das dann ein wenig (das ist halt) vielleicht halt miteinander kochen backen oder sowas ja, eine Kusine von mir eine Kusine von mir betreibt eine, teilvegane vollvegetarische mobile ein mobiles Partyservice also vegan auf Wunsch aber vegetarisch halt immer und: mit der habe ich halt jetzt viel Kontakt ‚sage ich mal so ja' also die wohnt ein bisschen weiter entfernt aber es gibt ja Internet und so ((leicht lachend)), es veränd- es verschiebt sich aber ja, aber ich kann es jetzt nicht so sagen weil natürlich ah weil wenn du dann in ein anderes soziales Umfeld wechselst mit Kind kannst du dann nicht mehr so fortgehen und da kommt halt mehr dazu ja ich könnte es jetzt nicht nur am Essen festmachen ehrlicherweise,

I: Gut dann, ich schaue kurz durch,

B4: Ja ja bitte,

I: Was sind denn für dich die größten Hindernisse im Alltag oder manchmal wo du denkst nein das ist jetzt irgendwie schon blöd oder schon schwierig ((fragend)),

B4: ((unterbricht)) Also ehrlicherweise war es am Anfang für mich ein Hindernis ein [Fast Food Kette] Plakat anzuschauen ich bin nie gerne zum [Fast Food Kette] gegangen aber irgendwie habe ich dann 14 Tage mal eine Phase gehabt wo ich mir gedacht habe ich will das ich will das ich will das aber das ist voll ( ) ((lachend)) also das war irgendwie krank ja und: also was vielleicht auch ein Hindernis ist dass man halt jetzt nicht einfach so die Tiefkühlpizza mit nach Hause nehmen kann oder halt mal schnell irgendwie oder mal schnell wenn man sonst nichts zum Essen hat mal kurz eine Eierspeise kochen oder so aber man lernt ja ich habe dann sehr schnell ganz andere schnelle Gerichte kennengelernt und Nudeln mit selbstgemachter Tomatensauce dauert auch zehn Minuten und zieht genauso also das ist ja, also und sonst ah, ja, also ich finde manchmal manchmal andere Veganer etwas sch- **unhilfreich**, weil wenn man jahrelang Veganer ist und das vielleicht schon zehn Jahre macht oder so dann ist man natürlich völlig durch veganisiert, und das ist halt dann ein bisschen so du als Jungveganer kommst da hin und: also das ist mir auf der Vegan Messe sehr stark aufgefallen und da sind dann diese ganz perfekten schon ewig Veganer,

I: Die Vegan Messe die ((fragend)),

B4: Diese diese oh Gott also ich weiß nicht wie es richtig heißt also diese Vegan,

I: ((unterbricht)) Die Veganmania ((fragend)),

B4: Veganmania danke und die sind alle schon perfekt durch veganisiert und das ist ganz toll und so und die war halt gerade zu der Zeit wo ich so in das Vegane hineingerutscht bin irgendwie und dann kommst du dort hin und da sind dann alle voll perfekt vegan von den Schuhen bis zur Haarspitze ((lachend)) und du denkst dir so oh Shit das schaffe ich nie ((lachend)),

I: ((lachend)),

B4: Ah ja, es hilft dann einfach sich zurückzunehmen und sich zu denken Schritt für Schritt ((lachend)), beziehungswiese halt dann auch so Sachen so so nach dem Motto so <Oh mein Gott du benutzt noch die Handtasche aus Leder> also das ist halt dann auch so, ja, ich habe keine Leder also die Ledersachen habe ich weggeräumt aber ah, ich besitze also ich besi- ich habe halt ich habe alte Bücher und sowas die natürlich in Leder gebunden sind und die die hebe ich natürlich auf ja also die die wegzuhauen wäre, eher etwas das ich aus der Si- aus meiner Si- ich mein mein Kind würde ich jetzt nicht höher bewerten aber da gebe ich noch eher den Freund her als die Bücher ((lachend)) nein die sind zum Teil 16. 17. Jahrhundert und halt wertvoll auch ja und die haben ja auch kulturhistorisch eine hohe Bedeu- also, zu mich zum Teil für mich auch familiengeschichtlich eine Bedeutung dass, den Schmuck von meiner überaus geliebten Urgroßmutter wo ein paar Flussperlen drinnen sind den ich trage ihn nicht aber ich könnte ihn nie weghauen oder wegschmeißen oder also das das ist für mich das da zieht es mir alles zusammen also das ((lachend)) und dann kommen dann kommen die perfekt durchgestylten Veganer die aber alle das [Marke] Handy haben also das das stört das ist für mich so ein bisschen ein Thema was mich teilweise stört ja also ((seufzend)), alle sechs Monate das neue Handy aber <Ich bin ja so toll und so vegan und ich toleriere ( ) kein Leid> und wenn du dann weißt wie das Handy produziert wird und welche Arbeitsbedingungen bei [Unternehmen] sind, und dann sagen sie <Aber das trifft keine Tiere> nein super toll Menschen sind auch Tiere ja also sowas sowas finde ich ein, **bisschen** zach ((lachend)) ist es dann halt nur ich meine sollen die tun aber das das das finde ich ein bisschen, ich sage da ich sage zu sowas auch manchmal kann ich es mir nicht ganz verkneifen aber, manchmal sage ich dann was zum Thema wie viel Rohstoffe in das Handy hinein laufen also meines ist jetzt eineinhalb Jahre alt ((lachend)) so lange es funktioniert wird es behalten ((lachend)), oder ja wie ich vorher schon gesagt habe so nach dem Motto jede Woche eine neue sieben Euro Jeans und dafür halt großartig vegan und so ja, das sind dann so die Dinge die ich manchmal etwas hinderlich finde ((lachend)),

I: Und auch ein bisschen widersprüchlich oder ((fragend)),

B4: Ja also das finde ich persönlich widersprüchlich ehrlicherweise ja, weil natürlich auch also abgesehen von den von den Rohstoffen und der Umweltzerstörung was natürlich auch vierbeinigen Tieren jetzt nicht gut tut ah auch Menschen sind Tiere und vegan bedeutet für mich alle Tiere inklusive der Menschen zu, beschützen zu beglücken ((lachend)) aber ja,

I: Okay fallen dir sonst noch irgendwelche besonderen Erfahrungen oder Situationen aus deinem Alltag ein die (so) dazu passen ((fragend)),

B4: Ah, ja also ich kann jetzt nur zusammenfassen an sich mir geht es gut damit, ich finde es ganz toll ah, ich versuche mir aber auch halt es möglichst, ich versuche bewusste Entscheidungen zu treffen aber ich versuche es halt möglichst entspannt anzugehen im Sinne dass man sich da nicht ah, nicht hunderttausend Sachen auf einmal vornimmt und: dann ist es so schlimm dass man es eh gar nicht schaffen kann und dann hört man nach ein paar Monaten wieder auf es ist besser man macht langsam Schritt für Schritt und: dafür kann man es lange durch also dafür kann man es lange durch also durchhalten ist jetzt das falsche Wort aber dafür kann man lange glücklich leben sagen wir es lieber so ((lachend)) (lange durchhalten) ((lachend)),

I: ((lachend)),

B4: Also das ist so lieber lieber lieber Schritt step by step und dafür mit Erfolg,

I: Okay, eigentlich wäre damit also alles abgedeckt und wären wir eigentlich am Ende angelangt außer es gibt noch was worüber du reden willst jetzt ((fragend)),

B4: Ich bin, also ich bin so happy glaube ich ja ja,

I: Ich auch ((leicht lachend)), gut dann bedanke ich mich herzlich für das Gespräch dass du mit mir so offen geredet hast mir deine Geschichte erzählt hast,

B4: ((unterbricht)) Ich hoffe es passt für dich,

I: Ja super ((leicht lachend)) ich kann sehr viel daraus mitnehmen und ja, vielen Dank,

B4: ((lachend)) Bitte bitte kein Problem wir brauchen ja alle,

Interview 5 Transkript

Kurzfragebogen:

Alter: 22

Geschlecht: weiblich

Wohnort: Wien

Familienstand: ledig

Höchste abgeschlossene Schuldbildung: Matura

Beruf/Ausbildung: Studium BA

Seit wann vegan: 1 Jahr

I: Also danke erst mal dass du dir Zeit nimmst und mit mir das Interview führst also es geht um Veganismus und vor allem um den Entscheidungsprozess wie es dazu kommt dass man vegan wird, und ich werde erst einmal nur zuhören also eine Eingangsfrage stellen eventuell dann nachfragen und ahm auch Sachen vielleicht zusammenfassen um sicherzugehen damit ich es richtig verstehe und da kannst du mich dann gerne korrigieren, und ja wenn du keine Fragen mehr hast können wir anfangen,

B5: Mhm, ja,

I: Ja ((fragend)) okay dann erzähle mir einfach mal wie es dazu gekommen ist dass du vegan geworden bist bitte,

B5: Also angefangen hat es vor zwei Jahren ich war auf einer Reise in Südostasien und habe mitbekommen wie dort Tiertransporte abläufen ablaufen hautnah also wie die zusammengestaucht werden die Schweine, vorher hat mich das noch nie berührt aber damals dann dort schon und dann habe ich entschlossen ich esse kein Fleisch mehr in Asien dann komme ich zurück nach Österreich habe beschlossen ich esse auch hier kein Fleisch mehr, dann war ich ungefähr ein Jahr Vegetarierin und habe mich immer mehr damit auseinandergesetzt mit der Literatur hinsichtlich Ethik aber auch Gesundheit Umweltverschmutzung was eigentlich alles, irgendwie so dran hängt ahm, an der Massentierhaltung überhaupt wie die Tiere heute geschlachtet werden wie sie gehalten werden aber der gesundheitliche Aspekt war auch voll wichtig und wie viel Tierfutter das eigentlich, ah, nur für die Tiere gebraucht wird aber da kann da könnte man auch voll viele Menschen damit ernähren und das hat alles so zusammengespielt dass ich: vor einem Jahr in meiner WG mit meiner Mitbewohnerin haben wir gemeinsam entschlossen so jetzt in der WG kaufen wir überhaupt keine tierischen Produkte mehr, dann habe ich aber auch gesagt <Na wenn ich irgendwo auf einen Kaffe gehe mag ich dann auch nur mehr Sojamilch oder nur einen Espresso trinken>, das haben wir einmal so durchgezogen ohne Käse und Milch und: am Anfang habe ich das mit Honig noch nicht so verstanden warum soll ich auf Honig verzichten habe mich aber auch informiert mit dem Film wie heißt der ((fragend)) hmmm (3) irgendwie ganz ein bekannter Film wie:,

I: Earthlings vielleicht ((fragend)),

B5: Den habe ich auch gesehen ja aber nein mit mit Honig, habe ich mir so eine Doku auch angeschaut wie das dass das eigentlich auch so eine Art Massentierhaltung und Ausbeutung von den Honigbienen ist und dass die Wildbienen dadurch auch aussterben und der ganze Prozess wie das heutzutage ablauft dann habe ich auch auf Honig verzichtet und mittlerweile bin ich seit einem guten Jahr, komplett vegan, und:, bei mir ist das halt so ich brauche gewisse Fakten ich kann nicht nur auf der emotionalen Ebene das entscheiden sondern ich brauche irgendwie Fakten die haben mich halt, ziemlich berührt weil es einfach **wirklich** tragisch ist was alles, passiert und dann wollte ich nicht mehr da mitmachen weil es ist nicht so schwierig dass man da aussteigt, und, vom gesundheitlichen bin auch auch

überzeugt dass es, auf jeden Fall nicht ungesünder ist vielleicht sogar gesünder ((lachend)), ich habe auch gerade erst ein Blutbild machen lassen und da passt alles ((lachend)), ja,

I: Okay, und: ahm, ‚aso willst du was sagen noch' ((fragend)),

B5: Nein,

I: Okay, ahm hast du bestimmte Erwartungen oder Befürchtungen gehabt vor der Umstellung ((fragend)),

B5: Hm ja hm wie ich (3) das war in ( ) wo ich eben mich nur vegetarisch ernährt habe, haben wir sehr viel gegrillt und ich habe immer ((lachend)) Grillkäse gegessen, dann habe ich mir gedacht mah was tue ich ohne Grillkäse jetzt ((lachend)) aber es ist irgendwie, nicht so schwer ich habe mir schon auch gedacht die Käsesorten dass das schwierig ist zu ersetzen dann habe ich halt ein bisschen was gekostet von den veganen Käsesorten, bin draufgekommen dass mir das eh nicht so schmeckt aber dass es mir auch nicht so abgeht und, eben dass wir voll viel selbst kochen haben wir auch voll viele neue Sp- Gerichte indisch, mediterran orientalisch draufgekommen das was uns voll gut schmeckt also von uns da rede ich von meiner Mitbewohnerin und von mir, und dann war das irgendwie kein Problem mehr mit der Zeit (3) und sonst Befürchtungen, ja dass ich einen Eisenmangel habe, aber da muss man sich halt auch gut informieren, wie man die, das am besten aufnehmen kann und das, pflanzliche Eisen, und Eiweiß,

I: Okay hat sich dein Alltag irgendwie verändert ((fragend)),

B5: Ja ((lachend)) voll, vorher sind wir immer zum [Lebensmittelkette] Großeinkauf gegangen und alle Regale durch ((lachend)) und jetzt gehen wir zum Gemüse kaufen uns unsere Äpfel und unsere nur Gemüse und Obst und sind wieder draußen also irgendwie brauchst du viel weniger Zeit im Supermarkt oder wir kaufen fast nichts mehr mit Verpackungen weil wir jetzt auch einen Gemüsegreissler gefunden haben wo wir alles direkt einfach abnehmen, das ist irgendwie das ist uns erst aufgefallen dass das voll witzig ist dass wir, fast gar nicht mehr zum [Lebensmittelkette] gehen ab und zu zum [Lebensmittelkette] weil wir Studenten sind und weil es günstig ist und meistens eigentlich nur zum Gemüsehändler,

I: Also habt ihr das so als gemeinsames Projekt irgendwie, euch überlegt und macht es so gemeinsam ((fragend)),

B5: Ja gemeinsam ist es auf jeden Fall glaube ich ein Vorteil wenn du in der Wohnung hast wen hast der was, du bist nicht daheim und der kocht für dich und kocht automatisch auch vegan du kochst für den anderen automatisch vegan und gemeinsam auch und man muss nie überlegen, ich glaube, wenn ich jetzt in einer Partnerschaft wäre wo der andere Fleisch isst oder Milchprodukte dann ist das irgendwie schwieriger dann musst du immer irgendwas extra machen und das ist bei uns schon ein Vorteil, und wir haben eigentlich ein Glück dass wir das den dass wir das irgendwie gemeinsam in den Prozess gestartet haben ((lachend)),

I: Und hast du sie da angeregt oder, ahm durch deine Erfahrung bei deiner Reise oder ((fragend)),

B5: Nein also das war so ich war eben mit wem anderen in Asien, und in der Zeit wo ich entschlossen habe dass ich kein Fleisch mehr esse hat sie zu Hause in Österreich auch entschieden dass sie kein Fleisch mehr isst aber das war komplett unabhängig voneinander und ich kann im Nachhinein gar nicht mehr sagen was da vorher war ob wir da vorher schon mal darüber geredet haben aber ich glaube nicht weil ich immer ganz normal Fleisch gegessen habe und, das ist irgendwie, mysteriös ((lachend)) nein ich weiß nicht das ist witzig und dann eben haben wir uns da schon unterstützt beim vegeta- ah Vegetarier vegetarischen Essen haben es aber damals auch noch nicht so eng gesehen, und beim, veganen Essen hat sie mich eigentlich, mehr dazu gepusht weil irgendwann sie mal zu mir gesagt hat <Ich mag jetzt eigentlich in der Wohnung nur mehr vegane Lebensmittel kochen außerhalb, egal aber in der Wohnung nur mehr vegan> und wie sie das dann gesagt hat habe ich mir gedacht okay passt dann, ziehe ich das aber auch im Kaffeehaus und überall durch,

I: Und was bedeutet vegan für dich, Veganismus ((fragend)),

B5: Hmm es also für mich persönlich (3) irgendwie schon ein ein bewu- ein bewussteres Leben führen, mehr auf seinen Körper achten aber auch auf andere auf die Natur auf die Umwelt, also Umwelt auf Menschen **und** Tiere und dass man sich eigentlich auch als Konsument nicht mehr alles gefallen lasst dass man ein bisschen zum großen Ganzen, daf- irgendwie fühlt man sich nicht mehr so verantwortlich bei allem wie es jetzt gerade passiert weil alles schon so **riesig** ist so global, und, der Prozess wo ich angefangen habe dass ich mich mehr damit beschäftigt habe hat mir auch wieder mehr das Gefühl gegeben dass ich für Sachen verantwortlich bin, auch wenn ich nur ein Produkt in einem Supermarkt kaufe bin ich trotzdem einen Teil dazu verantwortlich, und in der Hinsicht heißt es für mich wirklich bewusstes Leben und, (ist auf) einer gewissen moralischen ethischen Basis dass man auf andere, Menschen Tiere achtet und auf die Natur weil mir Umweltverschmutzung (auch) irgendwie voll wichtig ist das war mir schon länger voll wichtig aber ich habe früher noch nicht den Zusammenhang zwischen allem gesehen,

I: Und hast du dich auch ahm viel informiert davor oder währenddessen und und oder jetzt noch ((fragend)),

B5: Hm währenddessen sehr viel davor natürlich auch sonst hätte ich es nicht einfach umstellen können man kann nicht von einem Tag auf den anderen sagen, weiß ich nicht also bei mir ginge das nicht das würde dann nicht von Dauer sein, und währenddessen wie ich mir das angefangen habe habe ich sehr viele Bücher gelesen, habe mir auch Earthlings angeschaut und andere Dokumentationen und so Gesundheit Bücher gelesen die China Study habe ich nur überflogen, also das Buch zu dem zu der Studie, hm, und jetzt immer noch auch schon immer wieder Fakten erst wie ich Blutabnahme machen lassen habe habe ich halt vorher geschaut welche Werte dass ich noch extra testen lassen muss, hätte aber dann 55 Euro gekostet habe ich dann doch nicht gemacht ((lachend)) wegen Vitamin B12 das habe ich dann auf in einem Jahr verschoben ((lachend)) aber ich, ich informiere mich eigentlich schon ständig ich bin auch auf Facebook bei den ganzen Seiten dabei, Wien Vegan und wo man sich wie ich das gelesen habe und auch, Vegetarierbund (oder was aus) Deutschland und Österreich und da sehe ich auch immer wieder Infos Albert Schweizer Stiftung, ist irgendwie die ganze Zeit schon präsent,

I: Ahm und du tauschst du dich auch mit anderen Veganern Veganerinnen aus also außer deiner Mitbewohnerin ((fragend)),

B5: Hm (6) über Facebook halt nur Lokaltipps geben in Wien ((lachend)) und sonst (3) irgendwie, kenne ich persönlich sonst niemanden der sich vegan ernährt, sonst ah meine Ex Mitbewohnerin hat jetzt einen großen Blog gestartet die ernährt sich vegan die wohnt aber jetzt weiter weg und darum ist der Austausch nicht da, und sonst kenn ich nur Vegetarier, also so ein persönlicher Austausch, mit anderen Veganern erfolgt nicht,

I: Okay, und wie ist das dann in deinem Freundeskreis ((fragend)),

B5: Hm ja ((lachend)) ist verschieden also man muss sich ziemlich viel anhören anhören Späße manche sind wird lustig gemeint manche, übertreiben es ein bisschen immer wieder, aber (3) wenn man immer wieder ein bisschen erklärt die Fakten warum man das macht ohne dass man den anderen verurteilt dann habe ich schon gemerkt dass ein paar Freunde von mir auch angefangen haben dass sie immer mehr vegan kochen und zwar männliche Freunde mein Exfreund mit dem habe ich früher immer viel, Fleisch gekocht ganz normal, normale Gerichte und mittlerweile hat er sich von mir vegane Kochbücher ausgeborgt und versucht jetzt auch dass er sich fünf Tage in der Woche vegan ernährt, einmal in der Woche Fleisch und Fisch isst (3) und ein anderer Freund von mir ist da irgendwie auch bewusster bei dem hat auch irgendwie so eine Bewusstseinsbildung stattgefunden und wie das alles ablauft mit der Massentierproduktion, manche sind wirklich interessiert auch wenn sie es am Anfang nicht zugeben wollen ((lachend)) weil das halt bei uns so normal ist dass man Fleisch isst und als Mann überhaupt, <Okay:> immer so auf die Art <Ist komisch wenn ich Vegetarier bin oder Veganer und dann bin ich ich weiß nicht alternativ und Öko> und die sehen das halt als, gleich als schlechten Begriff, meine, mein Papa, also meine Eltern kochen für mich daheim vegan wenn ich in Oberösterreich bin weil ich aus Oberösterreich bin, ihre Freunde wenn sie mal da waren verstehen es

nicht so und, ich sage auch gar nicht dass ich vegan bin sondern meine Mama sagt es immer gleich ((lachend)) und die fühlen sich dann obwohl ich nichts sage teilweise angegriffen und, stellen mich da ein bisschen an den Pranger: dass Soja dass ich esse ja so viele Sojabohnen die sind aber auch nicht gut: obwohl sie die Fakten dahinter nicht wissen dass das eigentlich eh für die Viecher ist und das andere ist dass ich fast keine Sojaprodukte esse aber da da gehe ich auch schon fast gar nicht darauf ein weil das hat eh dann keinen Sinn, zumindest in dem Moment nicht, also es ist so und so, bei voll vielen Freunden von mir hat es halt länger gedauert bis sie das ein bisschen, akzeptieren aber, und dass sie es auch interessiert und die was vorher sowieso schon Vegetarier sind, war die verstehen das eh noch besser sagen halt persönlich für sich dass sie nicht auf Käse verzichten können,

I: Also ist schon ahm Interesse da aus dem Umfeld und hat sich auch was bewirkt, [zum Nachdenken] ((fragend)),

B5: [Ja], voll eigentlich dass man mein Exfreund einmal vegane Kebabs macht und vegane Lasagne und Pizza das hätte ich mir früher nie gedacht ((lachend)) und noch dazu in der Phase wo wir wo er schon mein Exfreund war wo wir gar nicht mehr so intensiv Kontakt gehabt haben sondern nur ab und zu und eben nur, Interessenshalber was öfters was erzählt, also das ist irgendwie schon toll, und meine Eltern genau die haben auch dann angefangen dass sie sich mal drei Wochen nur vegetarisch ernähren und das ist auch schon auch irgendwie ein großer Schritt finde ich, für Menschen die was sich, immer nur von, Mischkost oder überwiegend irgendwie auch Fleisch und Wurst ernährt haben,

I: Also ist es in der Familie kein Problem oder so ((fragend)),

B5: Nein ein Problem auf jeden Fall nicht, mein Papa muss sich manchmal ein bisschen (3) ich weiß nicht ein bisschen darstellen und sagt dann <Nein ahm vegane Käsespätzle das hat er schon gemerkt dass die vegan sind die sind nicht so gut> obwohl er es nicht gemerkt hätte wenn wir es ihm nicht gesagt hätten mittendrinnen, aber das nehme ich auch nicht so ernst er meint es ja nicht so böse, habe ich ihm zum Beispiel auch die vegane Schmi- ah vegane Schmalz also Zwiebelschmalz haben sie jetzt immer zu Hause und haben sie ersetzt durch die andere Schmalz weil sie gemerkt haben dass das gut ist also sind schon auch offen auch wenn sie öfters wieder mal ein bisschen sticheln ((lachend)),

I: ((leicht lachend)) Gut, klingt positiv, ahm hat es sonst irgendwelche Schwierigkeiten oder Probleme gegeben, im letzten Jahr wegen deiner Lebensweise ((fragend)),

B5: Nein eben das persönliche Umfeld dass man das ein bisschen, darauf trainiert dass vegan sein nicht radikal also radikal in einer gewissen Weise schon aber nicht negativ radikal ((lachend)) ist dass man das ein bisschen ihnen bewusster macht dass das, jetzt nicht, Esoterik ist oder irgendwas schlechtes oder schlimmes oder arges das vielleicht da waren ein paar Hürden und dass man herausfindet wo man im Restaurant überall vegan essen kann dass man überall immer nachfragt das ist anstrengend aber mittlerweile hat der [Bäcker] zum Beispiel bei der Uni habe ich gestern erst gesehen sogar die Salzstangerl und den Kornspitz ah deklariert als vegan darunter geschrieben das finde ich super und habe mir habe mir ein Weckerl mit Linsenaufstrich, das war am Anfang schon immer schwierig dass man herausfindet wo kann man was essen und wo nicht und immer das nachfragen auf der Mensa letztes Jahr die was bei uns neu aufgemacht hat haben sie am Anfang nicht einmal ein vegetarisches Studentenmenü gehabt da habe ich ihnen dann auch geschrieben dass sie zumindest das einführen haben sie natürlich eh dann gleich getan und seit dem Semester gibt es sogar vegane glutenfreie Alternativen, das ist voll super also das waren eigentlich so die Hürden dass du immer rausfindest wenn du unterwegs bist wo du was isst weil ich mag, auch nicht die ganze Zeit Weckerl essen mit Gemüse (3) und mittlerweile weil ich eben nicht so viel Gluten essen sollte das ist dann auch immer schwierig mit den Weckerl aber das wird immer besser das merkt man eigentlich dass sich die Gesellschaft ein bisschen ändert oder beziehungsweise wenn die Nachfrage da ist kommt auch langsam das Angebot ((lachend)) und das (merkt man einfach), es wird immer besser, aber, ich überlege gerade (3) meine Frauenärztin hat mich halt auch letztes Jahr wie ich gesagt habe, oder letztes Jahr wie ich vegetar- vege- w- wie ich mich vegetarisch ernährt habe gleich einmal zum Bluttest geschickt die hat halt, dann gemeint <Naja sie war mal Vegetarierin isst jetzt wieder Fleisch> und, wollte, nicht direkt aber wollte mich da schon irgendwie so hinweisen drauf, dass ich aufpassen muss, wegen die Vitamine, aber sie hat es mir jetzt nicht ausgeredet, und, die andere Ärztin bei der ich

gerade die meine Allgemeinmedizinerin die hat eigentlich auch, keine Bedenken geäußert hat nur gesagt <Für das schauen sie aber eh gesund aus> ((lachend)) okay das war ein bisschen, aber sie hat jetzt nichts negatives gesagt oder, war eh auch eher interessiert auch dann hat eh alles gepasst, aber sonst irgendwelche, Hürden Herausforderungen (3) wüsste ich jetzt nichts ‚noch mehr',

I: Mhm ja das passt eh, hm gibt es irgendwo Grenzen für dich oder Ausnahmen, wo du sagst okay das, ist jetzt zu viel oder da mache ich jetzt mal eine Ausnahme ((fragend)),

B5: Ahm, beim Essen derzeit nicht ich muss schon sagen ich war in Portugal im Sommer und die Calamari riechen mich immer noch sehr gut an weil ich voll gern Fisch gegessen habe und Meeresfrüchte, aber dann denke ich wieder zurück was ich alles über Dokus und Infos zwecks die Ozeane und die Meere und die Tiere im Meer gehört habe und wie das gefangen wird und dann, vergeht es mir sozusagen wieder auch wenn es gut riecht, und: Ausnahmen, bewusst nicht obwohl ich nicht 100 prozentig sagen kann, dass vielleicht doch einmal irgendwo Milcheiweiß oder so drinnen ist, wenn ich irgendwo ein Weckerl kaufe auch wenn ich immer nachfrage, oder im Restaurant nachfrage also wenn dann unbewusst wenn das oder keine Ahnung ob es 100 prozentig sicher ist aber eigentlich schaue ich schon finde ich schon dass ich drauf schaue, Honig esse ich auch keinen mehr, nein, also bei der Ernährungsweise nicht Schuhe habe ich immer noch, die Lederschuhe Winterlederschuhe die was ich mir früher schon gekauft habe weil das für mich auch nichts mit Nachhaltigkeit zu tun hat wenn ich die jetzt weghaue nur weil sie aus ah aus Leder sind aber ich kaufe mir keine neuen Lederprodukte mehr, aber hauptsächlich bezieht sich bei mir der Veganismus auf die Ernährungsweise eigentlich (4) und die Chips die was mit dem roten Farbstoff von die Läuse gemacht ist kaufe ich mir zwar selbst nicht aber wenn sie wo auf einer Party da stehen und ich habe vorher gelesen dass sonst nichts drinnen ist esse ich die schon also da habe ich irgendwie keine so eine Verbundenheit zu die Milchläuse ((lachend)) ah zu die Milchläuse ich weiß nicht welche das sind (4) ja und Fliegen erschlage ich genauso in meiner Wohnung ((lachend)) immer noch,

I: Ahm ja und so zum Beispiel jetzt auch, Putzmittel Kosmetikprodukte Zoobesuche die Ernährung von die Haustiere solche Themen ((fragend)),

B5: Also, wenn ich mir einen Hund zulegen würde, würde ich ihn versuchen vegan zu ernähren ob es für für ihn passt ah: Katzen, mag ich mir niemals zulegen aber, da glaube ich nicht dass vegan funktionieren würde, bei die Kosmetikaprodukte kaufe ich nur tierversuchsfreie vegane Kosmetika von [Marke] zum Beispiel, und bei die Putzmittel haben wir die, [Marke] vom [Drogeriekette] aber da bin ich mir jetzt nicht sicher, ob die vegan sind, aber wir versuchen das zumindest ein bisschen dass wir eh darauf schauen, dass die Umwelt auch geschützt ist, oder dass das nicht so, tragische Auswirkungen hat, und wir waschen mit Waschnüssen aus Indien da kann man sich ziemlich sicher sein dass sie halt vegan sind aber sie sind halt aus Indien da ist es gescheiter man wascht mit Kastanien aus Österreich ((lachend)),

I: ((leicht lachend)) ‚Okay ich schau mal kurz', hm ja ahm gehst du auch in eigene vegane Supermärkte oder speziell vegane Restaurants ((fragend)),

B5: Mhm ahm ich habe im Harvest gearbeitet im Zweiten das ist ein veganes Bistro da habe ich oft gegessen dann natürlich weil ich dort gearbeitet habe ahm Veganmaran war ich netto einmal der neue Supermarkt, ahm der vegane im fünften Bezirk oder so da war ich noch nie dort, eigentlich die Reismilch kaufen wir beim [Lebensmittelkette] oder beim [Lebensmittelkette], ah es gibt mittlerweile in die ganzen anderen Supermärkte, die Produkte was wir was ich esse sowieso, Marmeladen kriege ich von daheim wir kochen viel selbst also, und die veganen Fertigprodukte kommen für mich fast nicht infrage nein eigentlich, habe ich mir noch nie ein veganes Fertigprodukt gekauft, und in Restaurants halt ab und zu aber indem dass mein Freundeskreis der große Freundeskreis nicht vegan ist, ahm zum Beispiel gehen wir in eine normale Pizzeria und wir essen das dann ohne Käse, ganz easy aber in extra vegane Restaurants eher, selten bis nie ( ) einmal noch in dem, Happy Cows, ah Happy Cows ich weiß nicht einmal war ich mit meiner Mama in einem veganen Restaurant aber sonst nie,

I: Und so irgendwelche ahm, Events wie jetzt Tierschutzlauf oder Veganmania und solche Sachen gehst du da hin ((fragend)),

B5: Veganmania war ich kurz habe ein bisschen durchgeschaut war aber viel zu teuer dass ich mir dort dann irgendwas kaufe aber ich, es war ganz interessant mal durchschauen und wie sie die so eine Riesen Eierspeise kochen unter Anführungszeichen ((lachend)) und bei sonst Tierschutzlauf bin ich eigentlich, ich bin bin ich bei den Events bin ich überhaupt nirgends aktiv dabei, was ich zuerst noch sagen wollte in den Zoo gehe ich auch nicht nein würde ich gar nimmer gehen ich würde auch nicht auf Reisen jetzt irgendwie einen Tiger besuchen oder auf Elefanten reiten oder generell, irgend sowas unterstützen, im Tourismus Bereich,

I: Okay und fühlst du dich manchmal ausgegrenzt als Veganerin ((fragend)),

B5: Hm, ja rela- ahm ja es, wir haben früher immer voll viel bei einer anderen WG Kochabende gemacht, und da sind ich und meine Mitbewohnerin immer eingeladen worden das sind auch gute Freunde von uns sind immer noch, ja voll die guten Freunde und wir kochen immer noch ab und zu nur werden wir halt nicht mehr so oft eingeladen weil sie halt, nicht extra vegan kochen wollen sie kochen zwar öfters vegetarisch aber dann gibt es halt Knödel mit Bratensauce und, das wäre dann zu kompliziert für sie dass sie vegan kochen und dann, öfters wird auch dann halt dann gar nicht mehr Bescheid gesagt, das ist mir in letzter Zeit aufgefallen, das ist ein bisschen schade aber, verstehe ich bis zu einem gewissen Grad auch ((lachend)) und sonst ausgegrenzt, eher nicht nein (5) oder ((fragend)) nein,

I: Und umgekehrt grenzt du dich selber ab, als Veganerin ((fragend)),

B5: Nein überhaupt nicht eigentlich, vielleicht weil ich eben nicht so in einem Veganer Kreis bin sondern, unter lauter **Omnivoren** ((lachend)) grenze ich mich eigentlich nicht ab außer manchmal sage ich schon <He>, nein ich glaube das ist nicht abgrenzen ich sage halt <Können wir irgendwo hingehen wo es für mich auch was gibt> oder ah <Machen wir irgendwas vegetarisches wo man den Käse dann dazu tun kann oder weglassen kann> das funktioniert eigentlich ganz gut weil immer mehr von meine Freunde (aber auch) sich oft vegetarisch ernähren, liegt einerseits daran dass sie Studenten sind und sich kein gutes Fleisch leisten können oder wollen und andererseits daran dass ein Freund von mir auch draufgekommen ist dass es ihm vom Magen her besser geht wenn er sich vegetarisch oder vegan ernährt (3) aber so direkt abgrenzen, irgendwie nicht nein, will ich auch nicht,

I: Und gibt es Situationen wo es dir schwer fällt vegan zu sein oder wo du es vielleicht sogar bereust ((fragend)),

B5: Hm, ja wenn ich im Süden bin und die guten frittierten Sardinen rieche und Meeresfrüchte, dann ist der Geruch wirklich gut und dann denke ich mir ah, das wäre jetzt lecker aber bereuen tue ich es nicht, und rückfällig bin ich bis jetzt auch noch nicht geworden aber wenn es mal so wäre dann sollte man auch nicht zu streng mit sich selber sein ((leicht lachend)), ‚würde ich mal so sagen‘,

I: Hm, ja versuchst du andere zu überzeugen, auch vegan zu werden, aufzuklären ((fragend)),

B5: Ahm, ich bin schon recht kommunikativ war ich schon immer und jetzt wo ich halt vegan lebe und so viele Fakten und Infos aufgenommen habe, mag ich das schon auch gerne weitergeben muss ich schon sagen also ich kläre schon Leute gerne auf wenn Interesse da ist über gewisse Fakten und wie das ist und wie (auch) Veganismus auf die Gesundheit wirkt, dass man **nicht** lauter Mangelerscheinungen hat wie ich selbst jetzt dank meinem Blutbild (habe) und ich nehme aber keine Vitaminzusatzstoffe oder Vitamin B12 da bin ich noch im Zwiespalt da weiß ich noch nicht was ich tun soll aber sonst Vitamin B oder C oder irgendwas nehme ich überhaupt nicht supplementiere ich nicht, und da kläre ich schon die Leute gerne auf so aus meiner persönlichen Erfahrung gebe ihnen auch ein paar Tipps und ein paar Infos manchen Freunden schicke ich halt dann auch Links wenn sie interessiert sind aber, überzeugen ist schwierig und das muss jeder für sich irgendwie finden weil das ist doch eine gescheite Lebensumstellung da kann man nicht von wem anderen überzeugt werden, dass man seine ganze Ernährung umstellt und vielleicht auch noch seine Lebensweise (dass man) das ist halt ein ein Prozess aber ich gebe gerne Tipps und Fakten und, Aufklärung ((lachend)),

I: Und wie reagieren die Leute darauf ((fragend)),

B5: Ja ich mache das eh nicht aus dem nichts heraus sondern eigentlich eher nur wenn wer fragt und in der Diskussion halt dann mache ich das, und die einen nehmen das dann so auf die anderen glauben können das eher nicht so glauben dann sage ich eh <Ja da gibt es gewisse Bücher dazu ihr könnt euch ja selbst informieren> ahm meistens lauft das ganz gut man verfahrt sich auch nicht auf das sondern redet dann wieder mal über ((leicht lachend)) was über was anderes und die können sich das dann in Ruhe anschauen und anhören daheim vielleicht im Internet, und fragen dann eh immer wieder also, ist eigentlich positiv einmal habe ich, beim Fortgehen ist es vielleicht nicht so gut immer wenn man das diskutiert einmal habe ich mit so einer Medizinstudentin diskutiert die hat das, da war ich ein bisschen sauer weil, mit der diskutieren war ein bisschen schwierig oder einen Dialog führen, weil die halt (eben) Medizin studiert die hat sich gleich überlegen gefühlt und hat das halt nicht so verstanden welche Studien dass ich da gelesen habe und, mit manchen Personen ist es schwieriger aber dann sollte man halt auch nicht mit denen diskutieren oder kommt darauf an, auf welcher Basis wenn es Anfeindung ist dann hat es eh keinen Sinn und wenn es positiv ist und ein Interessensaustausch dann, rede ich da schon gerne dann ist das ist auch die Rückmeldung auf Seiten auf beide Seiten irgendwie gut und positiv auch wenn man sich jetzt gegenseitig nicht zu dem 100 prozentigen Kompromiss oder (überzeugendem Argument) gekommen ist, aber meistens funktioniert es ganz gut ab und zu ist es, ein bisschen feindlich gestimmt dann die der Dialog aber, das ist eh immer und überall so wenn man verschiedene Meinungen hat und Interessen ((leicht lachend)),

I: ((leicht lachend)) Hast du schon mal einen richtigen Streit oder Auseinandersetzung gehabt ((fragend)),

B5: Hm (5) nein (3) nein (3) so nicht eher am ehesten mit der Medizinstudentin einmal ein bisschen, eine heftigere Diskussion aber die war auch nicht recht lang,

I: Okay, ‚hm ich schau kurz durch', ja ahm hast du das Gefühl dass es ahm viele Vorurteile gibt dir gegenüber dann dass die Leute viele Vorurteile haben ((fragend)),

B5: Mhm, auf jeden Fall habe ich auch früher gehabt ich habe mir das mit vegan auch nicht ahm vorstellen können, die so wie ich früher geglaubt habe glauben auch die Leute jetzt noch man kann sich nur von Müsli und, Körner ernähren das ist relativ witzig aber das habe ich früher auch nicht gewusst, da muss man sie auch noch halt aufklären also in der Hinsicht und dann haben sie auch öfters Vorurteile dass man so radikal ist und sich als besserer Mensch fühlt dabei macht die Ernährungsweise noch lange keinen besseren Menschen wenn man dafür in anderen Bereiche oder, kann man trotzdem, weiß ich nicht jetzt, kann man so nicht sagen auf jeden Fall ((leicht lachend)), und (4) ja Vorurteile eben dann in beide Richtungen negative dass man so, auf arg Öko alternativ ist wenn die Leute eben den Begriff mit negativ eher negativ verbinden, andere meinen dass man, mega tierlieb gegenüber **allen** Tieren ist bin ich aber auch nicht ich mag keine Katzen nicht so gern ((lachend)) zum Beispiel, aber, Vorurteile hat jeder, überhaupt über das was man nicht wirklich mit dem was man noch nicht persönlich in Berührung gekommen ist,

I: Hm (5) ja und die Umstellung hast du die eher schrittweise oder von einem Tag auf den anderen ((fragend)),

B5: Hm, also wir haben das noch wie ich wir damals gesagt haben jetzt ( ) vegane Produkte haben wir noch alles aufgebraucht was wir zu Hause gehabt haben wo ein, okay die Nudeln da wo Ei drinnen war die habe ich gleich meinem anderen Mitbewohnern geschenkt ((leicht lachend)) die wollten wir nicht mehr essen weil die waren aus Bodenhaltung und, das haben wir auch vorher schon nicht mehr gegessen,

I: Habt ihr noch einen Mitbewohner ((nachfragend)),

B5: Ja und der hat ah der ernährt sich ganz normal also, normal für einen Studenten Fischstäbchen und Spaghetti mit Bolognese Soße ((lachend)),

I: ((lachend)),

B5: Ahm dann haben wir halt noch alles aufgebraucht was wir gehabt haben, und dann haben wir in der Wohnung nur mehr vegan gekauft, ah ich, ab dem Zeitpunkt also das war dann doch ein bisschen schrittweise aber innerhalb von ein paar Tagen, nur mehr vegan gekocht dann habe ich noch, das einzige was ich noch länger gegessen habe waren, Weizenpops mit Honig überzogen, bis dass ich mich über Honig auch mehr informiert habe, also kann man sagen das, grundlegende mit Milch und Eier habe ich von ein von innerhalb von zwei Tagen haben wir das umgestellt und das mit Honig war ein bisschen mehr schrittweise, und ja ich würde schon sagen schrittweise drei Monate weil ich in dem Zeitraum habe ich auch manchmal noch Süßigkeiten gegessen, die was nicht 100 prozentig vegan waren ((leicht lachend)), aber, seit einem Jahr dann komplett, man kommt auch irgendwie immer mehr auf mehr Sachen drauf dort wo man es sich vorher nicht gedacht hat, ich muss auch sagen ich habe nicht alles gewusst und weiß wahrscheinlich bis jetzt auch immer noch nicht viel viel nicht ((leicht lachend)),

I: Was zum Beispiel ((fragend)),

B5: Ja eben das mit den Chips habe ich vorher nicht gewusst aber das die kauft man halt selbst nicht dann wo überall Milcheiweiß drinnen ist, das ist sensationell das ist voll die Konsumentenverarschung eigentlich auch für alle die was laktoseintolerant sind und da ein Problem haben wenn die das ein Leben lang immer wieder aufnehmen in kleinen Mengen ist das echt schlimm (3) und Nutella hätte ich mir auch nicht gedacht dass da so ein Milcheiweißpulver drinnen ist das könnten sie glaube ich auch weglassen ((leicht lachend)), da bin ich auch drauf gekommen, ‚was noch jetzt fallen mir so viele Sachen nicht ein', sind auf jeden Fall einige, und wiederum andere wo man vorher nicht gedacht hätte dass das vegan ist zum Beispiel gibt es Gummibärli also von Haribo die was nicht mit Gelatine sind sondern mit irgendwas anderem habe ich mir mal durchgelesen,

I: Und wie siehst du die Zukunft für Veganismus glaubst du dass das jetzt derzeit eher ein Trend ist oder eher schon so eine eine Wende dass jetzt viele umdenken und dass sich das mehr, mehr Akzeptanz findet und sich verbreitet ((fragend)),

B5: Mhm, also Trend ist es aktuell sicher auf jeden Fall aber das hängt auch mit dem zusammen weil ich glaube dass in unserem Umfeld besonders in Österreich dass da ein gewisser Wandel vom Bewusstsein über unseren Lebensstil stattfindet gerade, und das fallt mir schon auf dass viele wieder zurück zu den Wurzeln wollen irgendwie dass sie nicht mehr so viele Produkte und Lebensmittel haben wollen wo so viele verschiedene Sachen drinnen sind was sie gar nicht kennen, dann vielleicht auch, Fleisch sich dann in Zukunft eher, leisten, nur mehr selten im Monat glaube ich in Zukunft aber dafür dann von einem lokalen Bauern da wo sie halt vielleicht mehr Bezug haben und die Verantwortung übernehmen können irgendwie so für sich selbst, und ich glaube schon dass es in Zukunft bewusster wird, in in meinem Umfeld kriege ich das besonders mit glaube dass das auch anhaltend ist (4) aber global gesehen, schaut es schlecht aus ((lachend)) nein es werden sicher immer mehr Vegetarier und Veganer da bin ich mir sicher, nicht nur wegen den gesundheitlichen Sachen also (wenn dann halt wegen die gesundheitlichen Sachen) und die Allergiker weil man sich halt beim bei dem wenn man vegan selbst kocht wenn man nicht gerade Fertigprodukte isst sicher sein kann dass gewisse Sachen nicht drinnen sind und auch gewisse Hormone von Viechern nicht und wenn man dann auch noch Bio isst dann hat man das auch hat man die Pestizide auch eher weg, und halt auch nur wegen dem glaube ich dass es mehr wird, und, von der Ethik und vom vom moralischen Aspekt her hoffe ich dass sich das auch mehr Leute überlegen, aber da bin ich mir nicht sicher wie die Zukunft ausschaut, aber wegen dem gesundheitlichen her glaube ich auf jeden Fall mal,

I: Und was glaubst du ist für: das größte Hindernis wenn jetzt jemand sich überlegt vegan zu werden dass er es nicht wird oder, ja was Leute daran hindert ((fragend)),

B5: Die Gewohnheiten ((lachend)), die Gewohnheiten und die Selbstdisziplin, und dass man sich immer wieder selbst ermuntert in einem Umfeld wo viel Fleisch gegessen wird dass man für sich und für die Viecher und Umwelt das richtige tut aber das schlimmste sind die Gewohnheiten, und dass man, davon herausgeht also ethisch gesehen dass das nicht dass wir nicht das Recht haben dass wir andere Tiere essen nur weil es gut schmeckt, dass wir anderen Lebewesen Leid zufügen nur weil es gut schmeckt dass muss man sich mal bewusst vor Augen führen dass das nicht mehr okay ist, aber wenn

ich das zum Beispiel so anderen Personen sage die sehen das dann ziemlich radikal die Einstellung und kommen vielleicht dann mit dem Argument es war schon immer so aber das ist das **schlimmste** Argument was es gibt meiner Meinung nach weil nur weil was immer schon so war heißt das nicht dass es gut war, und früher haben sie gesagt das war ja schon immer so dass, wir Rassentrennung haben und dass die Schwarzen schlechtere Menschen sind oder keine Menschen und, das wäre jetzt kein gutes Argument dass man das weiterhin so behält das hat sich auch entwickelt, also ich glaube ja die Gewohnheiten und das Bewusstsein das ist dass man das immer wieder klar macht dass es nicht okay ist, das ist das schwierigste man darf halt nicht sagen <Man **darf** nicht das essen> sondern ich glaube dass man sich selbst immer sagen will <Ich **will** das nicht essen> weil dann, fallt es einem leichter selbst auch, weil wenn jetzt wer, ah wie heißt das Zöl- Zölakolie oder Zölaku- ((fragend)),

I: Zöliakie,

B5: Zöliakie hat dann **darf** er das nicht essen und dann fallt es einem irgendwie schwer weil es ist von außen irgendwie entscheiden entschieden worden man hat die Diagnose gekriegt und man darf das nicht essen wenn man sich aber selbst dazu entscheidet dann muss man sich immer wieder sagen <Ich will das nicht essen ich habe mich dazu entschieden aus guten Gründen>, ja selbst ermutigen, die Gewohnheit ist auf jeden Fall schwierig und wenn man in einem Umfeld lebt wo das wo du keine Bezugspersonen hast c

I: Ja hängt das glaubst du auch mit dem Umfeld zusammen dass man ein Umfeld hat oder zumindest jetzt eine Person kennt die ahm die Meinung teilt die auch vegan ist ((fragend)),

B5: Auf jeden Fall man braucht immer irgendwie Verbündete ((lachend)) Freunde mit den gleichen Interessen dass man sich austauschen kann über gute und schlechte Erfahrungen, und wenn das immer mehr wird wenn ich zum Beispiel auch Infos da nach Oberösterreich zu Freunde bringe dann haben sind werden es dort auch immer irgendwie mehr also, also man tut sich leichter wenn es ah mehr Bewusstsein gibt im Umfeld darüber es müssen jetzt nicht so viele andere Veganer sein aber es ist schon mal leichter wenn die Leute, schon mal was darüber gelesen haben oder gesehen haben im Fernsehen und nicht komplett nur die Vorurteile von Körnderlfresser und radikale Aktivisten Tieraktivisten haben dann auf jeden Fall auch leichter es kommt auch auf das Umfeld darauf an aber am meisten auf sich selbst,

I: Fühlst du dich auch ah verantwortlich, dass du das ahm weiter verbreitest und Leute ein bisschen aufklärst oder denkst du dir eher naja das ist ich mache das nur für mich und die anderen können tun was sie wollen und ((fragend)),

B5: Nein so kann ich das nicht abgrenzen ((leicht lachend)) also verantwortlich fühle fühlen ist relativ in manche Momente mehr in manche weniger ahm: ich kann mich auf jeden Fall nicht immer zurückhalten und sagen <Fleisch essen ist okay> das würde ich so nie sagen, aber ich kann auch andere nicht verurteilen oder auf Besserwisser und guter Mensch machen das tue ich auch nicht aber, ein bisschen meine Einflüsse lasse ich glaube ich schon öfters mal, heraushängen ((lachend)), muss ich schon sagen ich kann mich da nicht abgrenzen ich fühle mich ja da fühle ich mich schon zu einem gewissen Teil verantwortlich auch für a- alles was passiert, viele Leute wissen einfach auch nicht Bescheid und dann denke ich mir aha wenn mehr Leute Infos kriegen und ein paar Fakten dann, geht da auch was weiter in die Richtung dass sie sich weiterhin dann selbst informieren,

I: Mhm, hast du vielleicht auch das Buch von der Melanie Joy gelesen oder kennst du das, mit [Karnismus] ((fragend)),

B5: [Mhm ist das] die: das ist die Psychologin oder so aus Amerika oder ((nachfragend)),

I: Genau,

B5: Nein habe ich nicht gelesen ich habe einen Bericht im Vegan Magazin über sie gelesen aber das Buch habe ich nicht gelesen nein,

I: Mhm, sie sagt ja das ahm Karnismus also Fleisch essen dass das eine Ideologie ist so wie das Veganismus auch eine Ideologie ist und dass Karnismus eine immer eine gewaltvolle Ideologie ist die in unserer Gesellschaft dominiert und dass es da bestimmte Abwehrmechanismen gibt warum das funktioniert dass wir Tiere essen weil wir eigentlich ja sehr ahm tierverbunden sind wir wollen ja dass es Tieren gut geht dass wir wir haben ja Haustiere jeder schon fast gehabt haben Tiere lieb, und: deswegen müssen wir uns das selber also da ist so ein Lücke in unserem Bewusstsein dass wir nicht mehr die Verbindung herstellen zwischen dem Schnitzel jetzt und dem Schwein, eine ziemlich interessante Theorie, was sagst du dazu ((fragend)),

B5: Das das glaube ich eh also in Sozialpsychologie habe ich das eh auch gelernt alles gelernt mit ‚ah, mit, wie, dieses die', auf jeden Fall dass man eben das immer irgendwie, die Lücke (füllt auch),

I: Mhm und sie sagt dass man sich eben das selber rechtfertigt dass es eben sie sagt die drei Ns es ist normal natürlich und notwendig,

B5: Mhm das passt eigentlich ganz gut das war früher auch so da haben andere Menschen sich auch ver- verbunden mit den Schwarzen und mit den Sklaven gefühlt und trotzdem war es aber die Ideologie da dass sie keine Menschen sind hat man sich das auch irgendwie dann so vorgegaukelt,

I: Ja das ah sie vergleicht das sogar auch mit ahm Rassismus Sexismus und so und sie sagt dass das eigentlich das gleiche ist dass wir die Tiere unterdrücken, und dass das deswegen eben keine Sache von ahm persönlicher Moral ist sondern ahm von sozialer Gerechtigkeit,

B5: Das muss ich mir mal ausborgen,

I: Also das Buch heißt ah „Warum wir Hunde lieben Schweine essen und [Kühe anziehen]",

B5: [Aja: ja (ich kenne das schon genau)],

I: Genau, sie sie war jetzt auch in Wien im September und hat einen Vortrag darüber gehalten in der Urania Volkshochschule auf Englisch und der wird dann auch bald online sein im Herbst und die starten da auch so ein Projekt mit Deutschland glaube ich dass Karnismus also dass es halt bei uns auch ahm öfters so Vorträge gibt und die Leute informiert werden,

B5: Cool, das ist gut ich finde also ich finde man muss ja auch bei Schulen oder so anfangen dass man also im Ministerium fangt es mal an im Staat dass man das irgendwie, die Ernährungspyramide schon mal umstellt, weil es gibt genug ah genug Beweise auch dazu dass Milch und Käse jetzt nicht so gesund sind wie es ah verbreitet wird und das ist schon mal ahm vom Gesundheitsfaktor her **voll** super und dann geht es auch in die Kantinen wo es in die Schulen und auf die Unis gibt da geht es dann weiter dann ein bisschen eben, vielleicht Vorträge halten auf der in der Schule oder dass es im Biologiebuch irgendwo drinnen ist das wäre so wichtig dass man da Bewusstsein bildet jetzt das heißt ja nicht gleich dass man alles von einem Moment auf den anderen abschafft und ahm die anderen schief anschaut wenn sie Fleisch essen oder Würstel essen aber dass man das Bewusstsein mehr herstellt dass das vorher ein Tier war ein Lebewesen, (3) ja und so wie das lustige ist in unsere Breiten verurteilen wir sozusagen Menschen die was Hunde essen oder Katzen oder Meerschweinchen das ist so idiotisch weil, wir essen Schweine und und Kühe und das, ich sage immer wenn dann wer entsetzt ist in Südamerika dass sie Meerschweinchen essen oder auf die Philippinen dass ja ewig normal war dass sie Hunde zubereiten sage ich immer <Warum **schockiert** euch das jetzt das ist genauso nur **nur** ein Tier unter Anführungszeichen wie ein Schweinderl oder eine Kuh> und dann wenn ich das als Veganer sage dann sind sie immer recht <Haaa> ((lachend)) erstaunt aber, ich wollte sie halt dann irgendwie (netter) selbst darauf hinweisen dass, **eigentlich** da kein Unterschied ist,

I: Das sagt eh auch die Melanie Joy dass es eben so kulturell geprägt ist dass eben eine Handvoll Spezies als essbar eingestuft werden und die anderen als eben nicht essbar und dass empfindet man dann auch als ekelhaft und dass das eben nur von der Erziehung abhängt und ahm da gibt es auch so ein Gedankenexperiment von ihr das erzähle ich dir gerne ((leicht lachend)) dass man sich vorstellen soll man ist bei Freunden eingeladen und es gibt Spaghetti Bolognese und man findet das so gut dass man dann nach dem Rezept fragt und der Gastgeber sagt dann <Ja das Geheimnis ist eben ganz zartes

Golden Retriever Fleisch> ((lachend)) und dann wird es einen halt total ekeln oder man wird Mitleid empfinden und denkt an einen Golden Retriever und ja da wird einem das halt auch bewusst und bei Rindfleisch denkt man da nicht so daran, das ist die Pointe daran,

I: ((leicht lachend)) Cool, weil man einem einem einem Schwein und einer Kuh irgendwie auch nicht so persönliche Charakterzüge irgendwie, ahm gibt oder denen das auch nicht, dabei können Schweine die sind viel intelligenter als wie der Hund also ich glaube die meisten Schweine sind intelligenter wie der Hund von meiner Mama ((lachend)) der ist ein bisschen, ein bisschen dümmlich und es gibt ja auch voll die Unterschiede zwischen die Hunde und das ist halt so schade weil wir so eine Distanz auch haben zu die zu die Tiere und deswegen merkt man auch gar nicht was die für eine Persönlichkeit haben wenn man das allein schon merken würde also regelmäßig merken würde das was das für eine Persönlichkeit hätte dann wäre das dann würde das auch schon wieder voll den Unterschied machen aber es ist eben kulturell geprägt dass die (eben) in einem Stall sind und da gehen wir nicht hin und wir holen es uns dann aus dem Supermarkt,

I: Mhm das ist laut Melanie Joy auch ganz wichtig beim Karnismus dass das eben unsichtbar ist also, es werden ja **so** viele Tiere getötet aber man **sieht** die eigentlich nie weil das alles ‚geheim gehalten wird', muss es auch, und ja eben dass man Tiere nicht als Individuen sieht sondern als Produkte und die sind eh alle gleich, ja,

B5: Und nicht nur das mit den Tieren sondern auch dass die Landflächen anders genutzt werden könnten dass der europäisch subventionierte Fleischmarkt den afrikanischen Fleischmarkt zerstört, und die würden das eh nur in kleineren Mengen essen und haben auch noch viel mehr Bezug zu den Tieren in den kleinen Dörfern und schlachten eben nur wenn es wirklich notwendig ist, haben vielleicht noch mehr Bewusstsein auf jeden Fall mehr Bewusstsein, und sehen den Wert von den Viechern noch viel mehr auch wenn sie sie jetzt auch nicht als, Individuen sehen oder als Freunde mit persönlichem Charakter sehen sie auf jeden Fall als schreiben sie den Viechern noch viel mehr Wert zu würde ich mal so sagen,

I: Mhm (9) ahm ja noch eine Frage hast du vielleicht noch irgendein ein Vorbild ((fragend)),

B5: ((leicht lachend)) Nein eigentlich (5) hm Vorbilder alle Menschen die was sich was aktiv werden gegen Ungerechtigkeit sind meine Vorbilder und sich bemühen in egal in welcher Hinsicht aber einzelne Vorbilder habe ich gar nicht habe ich nicht könnte ich dir keine nennen,

I: Okay, dann wären wir von meiner Seite eigentlich am Ende angelangt außer du willst noch was erzählen dir fallt noch was ein irgendwas wenn was noch nicht angesprochen wurde ((fragend)),

B5: Hm, nein eigentlich nicht, fallt mir jetzt nichts ein,

I: Okay passt, dann danke für das Gespräch und dass du so offen warst und dir extra Zeit genommen hast, [es hat] mich sehr gefreut ((lachend)), passt,

B5: [Bitte ((lachend))],

Interview 6 Transkript

Kurzfragebogen:

Alter: 24

Geschlecht: weiblich

Wohnort: Wien

Familienstand: ledig, in Beziehung

Höchste abgeschlossene Schuldbildung: Matura

Beruf/Ausbildung: Studium

Seit wann vegan: 1,5 Jahre

I: Okay also vielen Dank mal dass du dir Zeit nimmst für das Gespräch es geht um Veganismus wie du weißt um den Entscheidungsprozess [und] ich werde eine Eingangsfrage stellen und dann einmal nur zuhören und eventuell nachfragen um sicherzugehen dass ich auch alles richtig verstanden habe da kannst du mich gerne [korrigieren] und ja es ist natürlich [anonym], gut dann würde ich sagen fangen wir an,

B6: [Ja], [okay], [okay], gerne,

I: Dann erzähle mir bitte wie es dazu kam dass du vegan geworden bist,

B6: Also eigentlich vegetarisch war ich schon seitdem ich zwölf war Vegetarierin und eigentlich habe ich **immer** schon gewusst okay Milch und Eier konsumieren versucht verursacht auch Tierleid aber so wie es halt auch Fleischesser beim Vegetarismus machen habe ich irgendwie die Augen davor verschlossen und immer gedacht ja ich esse ja keine Leichen und **so** schlimm kann es schon nicht sein also ich habe mich nicht informiert und habe mir gedacht gut ich mache doch eh schon so viel und ich habe vor eineinhalb Jahren begonnen in einem veganen Eissalon zu arbeiten im [Betrieb] in Wien und da habe ich auch beim ah Vorstellungsgespräch ganz ehrlich gesagt so <Ja nur dass ihr es wisst ich bin kein Veganer ich bin nur Vegetarier> und es war dann aber doch so die ersten Wochen in der Mittagspause bin ich zum [Lebensmittelkette] gegangen und habe mir so ein Mozzarellasandwich geholt zum Essen und irgendwie bin ich mir da einfach saublöd dabei vorgekommen ((leicht lachend)) weil ich ja den Kunden immer erzähle ja vegan hier vegan da wie wichtig und toll das alles ist und selbst habe ich es aber nicht gelebt ich habe schon auf viele Dinge ah verzichtet unter Anführungszeichen also ich ich trage seit jeher kein Leder zum Beispiel aber trotzdem ich bin mir ziemlich heuchlerisch dadurch vorgekommen und ich habe halt natürlich auch durch den Kundenkontakt durch meine Chefin die selbst vegan lebt durch meine Kollegen die auch fast alle Veganer sind viel mehr über die Materie erfahren und ja irgendwie war es dann doch nach einem halben Monat Monat Arbeit dort so dass ich mir gedacht habe okay ja das machst du jetzt einfach weil es ist eh nicht mehr so viel ich habe **eigentlich** in Wahrheit eh nur nur unter Anführungszeichen Käse noch konsumiert und dann habe ich mir gedacht okay das kannst du jetzt auch noch durchziehen darauf kannst du auch noch verzichten und es gibt ja mittlerweile zig Ersatzprodukte wenn man es unbedingt haben will und das war dann so ja, und ja seitdem, also Ausrutscher würde ich jetzt sagen gibt es glaube ich bei jedem Veganer weil wenn du etwas in einem Lokal konsumierst musst du ja vertrauen dass die dir da jetzt nichts unterschieben ich bin mir sicher dass das das eine oder andere mal passiert ist aber sonst ist es eigentlich konsequent auch seit eineinhalb Jahren und, ja meine Familie ahm vor der habe ich das doch eine lange Zeit lang verheimlicht ((leicht lachend)) weil die haben schon mit dem Vegetarismus immer ein bisschen Probleme gehabt von wegen ja <Da wirst du ja viel **dünner** und um Gottes Willen da nimmst du ja ab und das ist so schrecklich für die Gesundheit> und sie akzeptieren das aber wirklich großartig also mein Vater unterstützt mich **voll** er geht sogar mit mir einmal im Monat oder so zum Maranvegan oder Veganz einkaufen weil er meint <Ja die arme Studentin die kann sich das ja nicht

leisten> und ja es funktioniert recht gut und ich bin wirklich glücklich mit der Entscheidung es gibt einem ein besseres Lebensgefühl und auch irgendwie das Gefühl dass man, ja irgendwie das richtige tut also ich könnte es jetzt nicht mehr ahm ohne schlechtes Gewissen konsumieren, ganz sicher,

I: Also hat es deine Familie dann doch herausgefunden oder ((nachfragend)),

B6: (Ja doch also) meine Mutter kommt zum Beispiel circa einmal die Woche auf einen Kaffee zu mir und ihre Geste ist dann immer ja sie bringt was vom Bäcker mit irgendwas Süßes zum dazu essen und ich habe ihr dann gesagt <Schau bei dem Bäcker gäbe es zum Beispiel das für mich und da gäbe es das> und das boykottiert sie zum Beispiel bis heute sie bringt mir **konstant** einmal die Woche einen halben Gugelhupf oder irgend sowas mit und jedes Mal wieder <Na das willst du jetzt auch nicht essen> <Nein Mama Milch Eier das ist nicht so schwer> <Und das willst du auch nicht> oder also sie denkt einfach nicht so weit ihr ist das Thema einfach fremd und sie will es auch nicht erklärt bekommen sie ist so der Klassiker der die Augen verschließt sie sagt <Ich will es nicht hören ich will es nicht wissen ich weiß es ist schrecklich aber erzähle mir nichts darüber weil mir schmeckt das Schnitzel zu gut> und so ist es sowieso mit dem Veganismus aber sie toleriert es also sie versteht ((lachend)) es nicht aber sie toleriert es ich war zum Beispiel letzte Woche bei ihr und sie hat gemeint <Möchtest du einen Kaffee haben> und ich sage drauf <Ja aber schwarz> weil ich weiß sie hat eben keine Sojamilch oder sonst was im Haus und sie sagt drauf <Aha ja du magst ja keine Milch aber schaue ich habe Kaffeeobers> und ich ((leicht lachend)) <Ja: danke Mama ich trinke in schwarz> also es ist einfach das nicht aufgeklärt sein bei meiner Familie und, mein Vater ist aber wirklich cool was das angeht der hat mich gefragt wirklich in aller Ruhe weil er sehr sachlich ist <Erkläre mir bitte was das Problem mit Milch ist> habe ich ihm das erklärt <Aha das verstehe ich> <Was ist das Problem mit Eiern> habe ich ihm auch erklärt <Okay ist logisch verstehe ich auch> und dann hat er aber gesagt <Okay warum trägst du nicht nur Fairtrade Kleidung warum kaufst du dann nach wie vor irgendeine Weste im [Modekette] oder im [Modekette] und das ist doch **nicht** konsequent> habe ich gemeint ((leicht lachend)) <Ja da hast du leider recht aber ich habe halt die Mittel noch nicht als Studentin> aber das ist was das wäre so der nächste Schritt zum richtigen Lebensstil dass ich dann sage gut auch bei Kleidung und anderen Artikeln achte ich mehr darauf bei Haushaltsmitteln bei Reinigern achte ich sowieso darauf oder Kosmetik Klamotten im Sinne von Tierversuche und tierische Materialien erwerbe ich nicht und achte darauf aber dass ich jetzt sage gut da ist auch Kinderarbeit dahinter ist mir bewusst aber ist auch sowas wo ich ehrlich sein muss da verschließe ich nach wie vor die Augen (auch irgendwie davor) oder Kaffee Schokolade ja wenn man ehrlich ist ist es halt doch (in vielen Dingen versteckt) oder Zigaretten wobei ich mich da jetzt kurz verteidigen muss ich kaufe eigentlich nur tierversuchsfreie Zigaretten die habe ich meinem Freund weg genommen in der Früh ((lachend)) weil ich keine mehr hatte /B6 raucht gerade eine Zigarette/,

I: ((leicht lachend)) Aso das gibt es auch ((nachfragend)),

B6: Ja, ja das gibt es,

I: Okay,

B6: Ah meine Eltern sind Fleischesser mein Freund ist auch Omnivore aber ahm die Toleranz ist da also er hat sich die Mühe gemacht für meinen Geburtstag zum Beispiel vegan einzukaufen vegan zu kochen und ja also beschweren kann ich mich nicht aber ich erwarte jetzt nicht dass die anderen deshalb wegen mir auch so leben, spielt es auch nicht ((lachend)),

I: Also versuchst du jetzt nicht dein Umfeld zu überzeugen von der veganen Lebensweise ((fragend)),

B6: Naja zu überzeugen also ich bin nicht von dem Schlag Veganer dass ich sage okay <Was du isst einen Schinken-Käse-Toast neben mir wie kannst du es wagen und ich erkläre dir das jetzt und wenn du nicht zuhörst dann bist du ein schlechter Mensch> aber es kommt **doch** jedes Mal wieder auf das Thema so <Hey warum isst du jetzt das nicht> und ich sage dann schon immer zuerst <Okay ich will dir den Appetit nicht verderben> ich will jetzt nicht so direkt sein und mit dem Hammer auf den Tisch schlagen und sagen <Ja du bist ein schlechter Mensch weil du isst Fleisch> auch wenn ich das

vielleicht insgeheim manchmal denke wie kann man nur so intolerant sein und so inkonsequent und so **ah** also in Wahrheit nervt es mich schon aber, ich versuche es immer auf die positive Art zum Beispiel im Sommer bei Grillereien ich habe einfach was mitgebracht was veganes und das war auch meistens zuerst weg weil die Leute einfach neugierig sind und so mache ich das eigentlich immer also wenn jemand zu mir auf einen Kaffee kommt bei meiner Mutter gebe ich zu kaufe ich Kuhmilch weil sie einfach ja (was das betrifft) leider sehr anstrengend ist und ja da bin ich dann wieder inkonsequent aber zum Beispiel gibt es dann immer was veganes gebacken und sie probiert es und es schmeckt ihr ich probiere es auf die Art auf die sanfte das funktioniert habe ich das Gefühl besser meine Mutter war letzte Woche mit mir im Yamm essen und das war auch so eine spontane Geschichte und da war sie dann ganz begeistert so <Hey da gibt es ja wirklich Auswahl und es gibt nicht nur Salat und Falafel und> auf die Art funktioniert das ganz gut sie sagt sogar <Ja da gehen wir jetzt **öfters** hin und das ist super (dass es so viel gibt)> (4) ja und mein Vater ist mittlerweile auch auf vegane Schokolade umgestiegen warum auch immer er konsumiert nach wie vor Fleisch er meint halt <Ja eh nur das **gute** aus der guten Biohaltung> was ich jetzt auch noch sage <Das ist nach wie vor Mord (das macht es jetzt) die Tiere werden nicht zu Tode gestreichelt Papa> aber er sagt halt <Gut> die Dinge wo er sagt die schmecken **gleichwertig** gut eben zum Beispiel die vegane Schokolade da habe ich ihm diesen Vego Riegel gezeigt und da war er ganz angetan dann sagt er <Gut> da wo er eben wirklich ohne Defizite verzichten kann macht er es, (oder) immer kleine Schritte aber ich glaube nicht dass meine Eltern oder mein Freund jemals vegan werden wobei mein Freund auch sagt <Okay> er hat ein bisschen Magenprobleme er hat Gastritis und er sagt wirklich ah <Koche bitte für uns beide vegan das tut mir einfach besser> also zu Hause konsumiert er eigentlich kaum noch Fleisch wenig bis gar nicht, jetzt nicht in erster Linie wegen mir sondern weil wirklich denkt das ist leichter das ist gesünder und das tut ihm besser,

I: Zu Hause meinst du damit also wohnt ihr zusammen ((nachfragend)),

B6: Ja=ja wir wohnen entschuldigung das habe ich nicht erwähnt ja wir wohnen zusammen seit ah (drei) Jahren wir sind relativ früh zusammengezogen und ich bin auch diejenige die eigentlich für den Lebensmitteleinkauf zuständig ist und ich kaufe auch sehr wohl für ihn ah tierische Produkte also ich zwinge (sie ihm) in dem Sinne **nicht** auf aber, ja das ist halt das also es er würde es sich halt dann woanders kaufen und ich will ihn (davon) nicht bevormunden aber ich zeige ihm doch sehr wohl die Alternativen letztens habe ich ihm einen Auflauf mit Mandelmus gemacht das hat eh ausgeschaut wie Käse war er ganz **begeistert** dass das sogar **besser** schmeckt also immer auf die sanfte Art das funktioniert ganz gut und wie gesagt er nimmt auch Rücksicht auf mich also ich denke mir okay wie du mir so ich dir (4) und er hat wegen mir oder **wir** haben wegen mir kein Ledersofa ich habe nämlich gemeint ob er ein bisschen deppad ist als wir unsere Wohnung eingerichtet haben wollte er ein Ledersofa haben und dann habe ich ihm gesagt <Ja nein das ist ja im Winter **eiskalt** und im Sommer **klebt** man nur darauf und so ein Blödsinn> also solche Sachen die **mich** auch tangieren werden auf keinen Fall tierisch gekauft, also er hat sich sogar für sein Handy eine Kunstlederhülle jetzt gekauft weil ich gemeint habe <Muss das **wirklich** sein wegen so einem Blödsinn dass du da Leder kaufst> so Kleinigkeiten funktionieren sehr wohl,

I: Also hast du bis jetzt keine gröberen Konflikte Auseinandersetzungen oder so gehabt deswegen wegen deiner Lebensweise ((fragend)),

B6: Puh, müsste ich kurz ein bisschen nachdenken, also es ist schon vor allem also, es ist jetzt sch-schwer nicht verallgemeinernd zu klingen aber im Freundeskreis im **größeren** Bekanntenkreis gibt es doch ein paar ah das ist gemein wenn ich jetzt sage hohle Nüsse aber Leute die einfach **komplett** uninformiert sind und die dann mit den klassischen Sprüchen kommen wie <Ja, du isst meinem Essen das Essen weg> letztens hat sich ein Typ versprochen hat zu mir gesagt habe ich vegane Krapfen gepostet auf Facebook und er hat darunter geschrieben <Dein Essen isst meinem Essen das Essen weg> und ich sage also ich habe zurückgeschrieben so <Ich glaube nicht dass meine Krapfen ( )> ((lachend)) also wenn du schon so Sprüche klopfst dann bitte richtig, also solche Personen habe ich schon auch in meinem Umfeld aber das waren nie wirklich Konflikte und Streitereien weil das ist halt das ich ich denke halt ich bin leider ich bin im **Recht** also man kann mich eigentlich nicht totargumentieren was das angeht und es kommen dann immer die gleichen Dinge <Ja nein du

ernährst dich einseitig> ich <Das stimmt nicht schaue mir eine Woche beim Essen zu und du wirst sehen es ist das Gegenteil der Fall> <Ja es ist ungesund> ich so <Ja na schaue dir mein Blutbild an ich mache jeden Jahr jedes Jahr mache ich ein Blutbild und dann halte ich euch das gerne unter die Nase wenn ihr mit solchen Argumenten kommt>, es gibt einfach zu viel was dafür spricht als das ich da irgendwie streiten könnte aber ich fange auch nie Diskussionen von mir aus an weil ich eben ehrlich gesagt keinen Bock mehr darauf habe es ist **immer** das gleiche man darf sich immer den gleichen Mist anhören und die Leute sagen dann <Ja ich esse **eh nur** Bio und **eh nur** das Fleisch> ich so <Ja und die Wurstsemmel unterwegs, oder der Schinken auf der Pizza im Lokal das ist natürlich auch alles super und (selbst ich bin ja) auch nicht für Bio weißt du das ist immer noch nicht totgestreichelt also es ist immer noch schlecht in meinen Augen> aber streiten, aber ich habe sehr viele **absolute** überzeugte Fleischesser die mir dann auch zum Geburtstag sowas wie eine Bacon-Torte auf Facebook posten und so ziemlich seichter Humor aber das sind halt dann ja ein paar Burschen eigentlich aber insgesamt ist es wirklich so dass mein Freundeskreis und meine Familie relativ positiv eingestellt sind und das befürworten und einfach interessiert nachfragen aber nie den Streit suchen, zum Glück ja sonst wären sie wahrscheinlich auch nicht mehr meine Freunde ((leicht lachend)) wenn das so eine streitlustige Partie wäre,

I: Also hast du keine Freundschaften verloren oder so ((nachfragend)),

B6: Nein:, ich habe doch einige Freundinnen also die ich jetzt wirklich als Freundinnen bezeichne engere Personen, ahm die auch wirklich sagen <Okay ich verstehe dich aber ich könnte das nie> und das ist eigentlich so die klassische Aussage die ich im engen Freundeskreis höre <Ich könnte es nicht> und dann erkläre ich ihnen halt die Alternativen oder was ich so für lustige Sachen ausprobiere und sie <Ja das ist ja alles ganz toll aber man muss so viel **lernen** und sich so viel informieren> aber das ist auch Wissen das dir bleibt denke ich mir immer also ich merke es mir ja welche Dinge ( ) ich muss ja nicht jedes Mal die Zutatenliste wieder lesen das ist dann der Klassiker <Ja nein, wie kannst du das das ist so **anstrengend** du kannst ja **nie** was unterwegs kaufen> ich so <Oja schaue das das das das jeder Bäcker hat mittlerweile was> sie <Ja beim Maroni-Stand> <Ja **gerade** beim Maroni-Stand kann ich eigentlich alles essen> sie so <Ja aber trotzdem und keine **Milka** Schokolade> <Ja aber schau welche coolen Schokoladen es da gibt du musst mal die Vivani ausprobieren und sowas> aber, nein es sind nie ernsthafte Diskussionen aber ich zeige ihnen halt doch immer gerne so <Schau probiere das mal aus wie toll das ist> und, es kommt dann schon immer positive Resonanz aber sie könnten halt nie auf ihren [Fast Food Kette] verzichten und nie auf ihr **Schnitzerl** und den ganzen Kramsch oder <Siehst nicht wie gut das Steak> ist der Klassiker <Hey wie kannst du auf Steak verzichten> sage ich <Ich habe das nie wollen das ist ekelhaft da rinnt **Blut** raus, wie kann man nur auf sowas stehen>, im Allgemeinen bin ich wirklich gut (aufgehoben) was das betrifft, ich habe an der Uni ein paar Kollegen gerade Männer die dann meinen <Ja na die [Name] mit ihrem **veganen** Eis mit ihrem **veganen** Job was ist das für eine Arbeit> ich so <Ja geh, lasst mich alle (angerannt)>,

I: Also gibt es auch Leute die sich lustig machen darüber ((nachfragend)),

B6: Lustig machen ist es eher ja, also mich nicht ernst nehmen aber das sind dann wieder so Gespräche denen ich aus dem Weg gehe also da kenne ich einen Uni Kollegen der ist wirklich so ein ein großer **Bär** der halt der Ansicht ist ja ein Mann ohne Fleisch ist kein **Mann** und ich so <Ja ein Mann der Muttermilch trinkt ist ein echter Mann ja> also er kann auch nie wirklich mit mir diskutieren weil ich immer mit so flachen Witzen dann komme und dann ist er auch immer relativ schnell mundtot ((lachend)),

I: ((lachend)),

B6: Ah das sind halt so Leute mit denen habe ich eigentlich nicht wirklich Kontakt und im Alltag zu tun also denen gehe ich eher aus dem Weg, oder auch im im Eisgeschäft gibt es immer wieder mal **Kunden** die von ihren Bekannten hin geschliffen werden oder: also Ehemänner wo die Frau vegan lebt zum Beispiel oder Söhne wo die Mutter vegan ist also es ist jetzt sehr geschlechtsspezifisch es gibt auch andere Formen natürlich ((leicht lachend)) ahm und die sind dann oft so <Ah das kann ja gar nicht schmecken> und dann komme ich hin mit dem Löffel und sage <Probieren Sie mal das und

das so zwei drei Sorten und **dann** sagen Sie mir Ihre Meinung aber nicht schon im Vorhinein> und ich, weiß jetzt keine Prozentzahl aber geschätzt sind 95 Prozent davon die **dann** sagen <Boah das schmeckt geil das ist ja richtig gut das ist **besser** als normales Eis> ich so <Ja weil da richtige Zutaten drin sind nicht irgendwelche **Pasten**> also ich habe eher solche positiven Erlebnisse dann mit **Geschmack** überzeugen statt mit Argumenten wobei ich nach wie vor eigentlich finde die Argumente sind eigentlich das schlagendste ((leicht lachend)) aber gut das ist halt leider was da verschließen die meisten Leute die Augen davor wir sind ja nach wie vor nur ich glaube 0,9 Prozent Veganer also das heißt wir sind ((leicht lachend)), wir sind der **Rand** und nicht die Masse, aber jeder ich finde jeder ist ah ein Schritt nach vorne jeder der sich dafür entscheidet ist ein, ein Stück mehr in der Gesellschaft das den richtigen Weg geht, aber ich habe eigentlich keine Bekannten die das jetzt irgendwie als **Sekte** oder sowas hinstellen also meine Freunde die mich haben einige auf Facebook ausgeblendet statt mich gleich zu löschen aber ich werde ausgeblendet bei ihnen wegen den Veganer Gruppen auf Facebook weil manche davon öffentlich sind und wenn ich da was kommentiere dann sehen die das in dem News Flip und da habe ich schon öfter gesagt bekommen gerade von männlichen Freunden <Hey ich habe dich jetzt ausgeblendet weil das geht mir auf den Arsch ständig muss ich sehen irgendwas über Tierleid> ((lachend)) ich so <Ja naja>, zeigt eh wieder wie man drauf ist ((leicht lachend)),

I: ((leicht lachend)) Und hast du neue Leute kennengelernt Leute die auch vegan leben ((fragend)),

B6: Ja gerade durch die Arbeit vor allem also durch die Arbeitskollegen, ahm ich war noch nie auf irgend so einem Veggie Treffen in Wien also ich habe gehört da gibt es welche im Yamm und sowas aber da war ich noch nie, ah ich habe im engen Freundeskreis eine die sehr aufgeschlossen ist für Veganismus die lebt aber soweit ich weiß vegetarisch und ((leicht lachend)) isst auch ab und zu Fleisch also sie ist halt so eine (Art) Flexitarierin oder wie man dann sagt aber sie ist immer ganz begeistert wenn sie bei mir ist <Ja boah das ist vegan das muss ich testen> aber so im engen Kreis bin ich eigentlich die Einzige auch in der ganzen Familie, ich habe schon neue Leute kennengelernt gerade eben auch auf Facebook bin ich durch das Plaudern Schreiben mit ein paar Leuten zusammengekommen aber jetzt so im engen Freundeskreis die ich regelmäßig treffe ehrlich gesagt nicht wäre wünschenswert wäre schon irgendwie nett wenn man sich da ein bisschen mehr austauschen könnte aber das ist dann eigentlich bei mir das Facebook was früher die Foren waren das erlebe ich halt jetzt in diesen Vegan Gruppen auf Facebook wenn es halt neue Produkte gibt ist das immer gleich da posten es 50 Leute oder auch die **Meinung** dazu die Diskussion also ich bin da sicher in, in sechs oder acht Veganer Gruppen auf Facebook nur für Wien oder auch für „Ich packe auf mein veganes Tellerchen“ ((leicht lachend)) die deutschen Gruppen wo doch über 30 000 Mitglieder sind also das reicht mir als als Austausch für den Alltag,

Interview 7 Transkript

Kurzfragebogen:

Alter: 25

Geschlecht: männlich

Wohnort: Wien

Familienstand: ledig

Höchste abgeschlossene Schuldbildung: Masterstudium

Beruf/Ausbildung: Projektleiter

Seit wann vegan: 1 Jahr und 4 Monate

I: Also vielen Dank erst mal dass du dir Zeit nimmst für das Gespräch es geht um Veganismus und den Entscheidungsprozess und um den Alltag ich werde erst mal nur zuhören nach der Eingangsfrage und eventuell nachfragen und zwischendurch vielleicht deine Aussagen zusammenfassen ahm um sicher zu gehen dass ich das auch richtig verstehe da kannst du mich gerne korrigieren, und es ist alles anonym, okay, ahm dann erzähle mir bitte mal wie es dazu gekommen ist dass du vegan bist,

B7: Ah: (3) das war eigentlich grundsätzlich mal gesundheitliche Aspekte, also ich habe ganz viele Nahrungsmittelunverträglichkeiten gehabt, und: ahm: habe dann eine Zeit lang eben also ich war davor schon Vegetarier für eine lange Zeit ahm: bin dann eben durch diese Nahrungsmittelunverträglichkeiten habe ich dann eben auf Milch verzichtet und auf Eier für eine lange Zeit habe eigentlich nur Obst und Gemüse gegessen, und: habe das eigentlich dann, ah so (auch) quasi beibehalten, und mich dann erst mit den ethischen, Dingen beschäftigt und erst dann gesehen was eigentlich da falsch rennt wie wir die Tiere ausbeuten und habe eigentlich dann erst auch andere Aspekte wie eben Leder und so weiter dann, mitgenommen, genau aber eigentlich ist der grundsätzliche Zugang zur **veganen** Ernährung ist eigentlich über die Gesundheit gekommen,

I: Das heißt war das dann nicht so eine Entscheidung du willst jetzt vegan werden sondern eher dass du nach und nach auf Sachen verzichtet hast ((fragend)),

B7: Also eine Entscheidung war es auf jeden Fall Vegetarier (sage ich einmal) zu sein und: das Vegane das war dann eigentlich schon so von einen Tag auf den anderen sage ich jetzt mal (4) einfach Milch und Eier weglassen und, ja und dann halt erst mit der Zeit überall, festgestellt wo eigentlich Milch drin ist wo Eier drinnen sind und am Anfang ist man da noch relativ unsicher und ich habe halt einfach keine Milch und keine Eier mehr gekauft dabei war mir nicht bewusst dass Brot, das im Brot überall drinnen ist und so weiter und ja und habe damals halt dann eben nur quasi als Kur Gemüse und Obst gegessen ((leicht lachend)), genau,

I: Und hast du bestimmte Erwartungen oder Befürchtungen gehabt vor der Umstellung ((fragend)),

B7: Die Erwartungen waren halt dass es mir besser geht ((lachend)),

I: ((leicht lachend)) und ist es so ((fragend)),

B7: Ja es war also gesundheitlich ist es da dann stark bergauf gegangen also die Unverträglichkeiten (wurden) also ich esse nach wie vor keine Milch oder kein Ei ich bin nach wie vor Veganer also ich könnte es jetzt nicht sagen ob ich Milch vertrage oder nicht aber so vom Wohlbefinden her ist es dann schon viel besser geworden,

I: Und wie war das mit deinem Umfeld wie haben die reagiert ((fragend)),

B7: Naja also, damals habe ich das jetzt auch nicht als als Veganismus irgendwie ah deklariert sondern halt quasi nur, als als vorübergehende Kur oder als Fasten oder wie man das auch immer nennen mag, halt Magen-Darm Sanierung durchzuführen und: von dem her ist das eigentlich relativ positiv aufgenommen geworden und: also von der Familie ‚ist irgendwie' und wie ich das dann schon auch länger durchgezogen habe und das dann auch als **vegan** gekennzeichnet habe sage ich einmal das hat sich eigentlich dann nicht verändert das war eigentlich der nahtlose Übergang (3) (dass ich dann halt) beim auswärts essen gehen auch mehr darauf geschaut habe und,

I: Und wie lange warst du schon vegetarisch vorher ((fragend)),

B7: Davor puh:, ja so zwei Jahre ungefähr, also ist für mich schwer zu sagen es ist halt immer, Fleischkonsum ist weniger geworden und dann halt mal ganz weglassen und dann, nur hin und wieder mal Fisch oder so, ja und dann halt quasi zum strikten Vegetarier ((leicht lachend)), wobei ja also bei Käse und so bin ich halt auch erst im Nachhinein draufgekommen dass das eigentlich Blödsinn mit vegetarisch war ((leicht lachend)) weil halt, (eben mit Gelatine oder so drin ist (3) ‚ja ich war als Vegetarier nicht so'),

I: Und, war die Entscheidung vegetarisch zu sein auch aus gesundheitlichen Gründen ((fragend)),

B7: Nein die war eigentlich aus ethischen Gründen,

I: Mhm und sind Personen aus deinem nahen Umfeld auch vegetarisch oder vegan ((fragend)),

B7: Ahm, jetzt oder damals ((fragend)),

I: Beides ((leicht lachend)),

B7: Also jetzt habe ich schon viele Veganer im Freundeskreis weil einfach, weil ich mich quasi mit der **Szene** wenn man das so sagen mag vernetzt habe und halt da viele Leute kennengelernt habe aber sonst ah: Vegetarier oder Veganer eigentlich s- davor habe ich fast keine gekannt ja (3) also **eine** Freundin die war so Teilzeitvegetarierin ‚aber sonst' ((leicht lachend)), und meine damalige Freundin ah: die war auch mal kurzeitig (wieder) Vegetarier aber dann, doch nicht und, ‚also auch sehr inkonsequent' ((lachend)),

I: Also hast du die ah Entscheidung selber für [dich getroffen] ohne dass du in deinem Umfeld, ((fragend)),

B7: [Ja genau], genau ohne dass ich da jetzt irgendwen mitgenommen habe oder, ja, ich habe mir gedacht wenn ich es wenn ich es eher positiv vorlebe dass die dass dann andere Leute vielleicht nachahmen oder so aber, das hat leider nicht funktioniert ((lachend)),

I: ((lachend)) Ahm, und wie ist das jetzt im Alltag hat sich dein Alltag verändert, oder hast du manchmal Auseinandersetzungen deswegen wegen deiner Lebensweise ((fragend)),

B7: Nein eigentlich nicht, würde ich jetzt nicht sagen also (4) also bei meinen **Eltern**, da hat es eigentlich nie irgendwelche Konflikte oder so gegeben wegen, vegan sein also wegen dem Essen, die haben da immer recht viel Rücksicht genommen auch beim auswärts essen gehen und so dann, ah: ja bei den Großeltern also das ist halt die die verstehen das halt eher weniger sage ich mal aber zu denen habe ich jetzt auch nicht so viel Kontakt also mit denen habe ich nicht so viel zu tun, aber es ist überall respektiert worden eigentlich also (3) es ist zwar oft halt so <Ja wie kriegst du deine Vitamine oder dein Eiweiß und sonst irgendwas> halt solche Fragen kommen dann gleich als erstes irgendwie aber ja es ist nie irgendwie kritisch oder irgendwas schlimmes an den Kopf geworfen worden oder,

I: Okay mhm gehst du zu ahm veganen Veranstaltungen Events eigene ((fragend)),

B7: ((unterbricht)) Ja ja also eh dadurch habe ich auch relativ viele Leute kennengelernt, ahm eben bei diesem Yamm Tisch ‚der im Yamm stattfindet' bei der Veganmania war ich, ja, ja,

I: Und was ist das ((fragend)),

B7: Die Veganmania ((fragend)) eine Messe für Veganismus,

I: Und kommen da nur Leute hin die vegan sind ((fragend)),

B7: Nein ich würde sagen eigentlich alle die daran interessiert sind oder ich glaube zum Teil auch dadurch dass es eine öffentliche Veranstaltung war draußen war ah kommen die Leute auch zufällig vorbei und kaufen sich einen Döner und checken dann im Nachhinein erst dass der ohne Fleisch war ((lachend)),

I: ((lachend)) Ah was hast du für Erfahrungen gemacht bei solchen Veranstaltungen ((fragend)),

B7: Wie ((fragend)) ((lachend)),

I: ((lachend)) Ich weiß nicht, zum Beispiel im Umgang mit mit anderen Veganern Veganerinnen oder mit Omnivoren ((fragend)),

B7: Wie Erfahrungen also dass das die alle so lieb sind oder wie ((lachend)) nein also ja also, irgendwie so die Veganer die ich kennengelernt habe die die haben irgendwie schon alle gleiche Persönlichkeitsmerkmale und also so sind halt irgendwie einfühlsam und sehr offen und, also es gibt schon so ein paar Persönlichkeitsmerkmale die irgendwie so mir vorkommt die Veganer miteinander teilen also, wobei es jetzt egal ist was für einen Beruf der hat oder wo er her kommt wie alt was für ein Hintergrund ist ganz egal aber ich denke so, eh so diese Offenheit dieses dieses, Mitfühlende glaube ich hat irgendwie jeder in sich,

I: Das ist ja interessant, wie glaubst du dass das damit zusammenhängt also dass die Leute deswegen vegan werden oder dass sie durch das vegan werden diese Persönlichkeitsmerkmale haben ((fragend)),

B7: Ich glaube das hat sicher eine Wechselwirkung ja also das Mitgefühl halt für für andere Lebewesen sage ich mal und wenn man sich damit halt mehr beschäftigt denke ich auch dass sich das so eine Wechselwirkung ob es vorher schon da war oder nicht das kann ich das kann ich schwer sagen aber (5) (ja was natürlich schön ist, in der) ich habe jetzt Veganer kennengelernt und man hat halt quasi gleich eine Gesprächsbasis und man tut sich halt irgendwie dann auch gleich leichter irgendwie also man hat halt ein gemeinsames Interesse das ist jetzt aber denke ich mir bei Hobbys oder so eigentlich das gleiche also man hat dann irgendwie gleich, man überspringt gleich irgendwie so einen Punkt beim Smalltalk also,

I: Und fühlst dich wohl in der Szene ((fragend)),

B7: Ja doch also, weil es gibt da ich habe mich jetzt nicht so viel mit viel damit beschäftigt diese **rechte** Veganerszene, ahm: das finde ich jetzt nicht so toll aber, ich weiß jetzt auch nicht was dahinter steckt (ich habe da) nur so Fetzen aufgefangen dass sich die Rechte irgendwie in vegane Reihen begeben hat (das ist irgendwie so, ist die tolle Nahrung), keine Ahnung (3) mit dem habe ich mich jetzt nicht beschäftigt ((leicht lachend)),

I: Mhm, bist du persönlich aktiv als Veganer ((fragend)),

B7: Was heißt persönlich aktiv ((nachfragend)),

I: Zum Beispiel dass du dich für Rechte für Tiere einsetzt bei VGT zum Beispiel oder dich ehrenamtlich engagierst,

B7: Also so jetzt aktiv kann man eigentlich nicht sagen nein,

I: Und versuchst du so persönlich Leute aufzuklären oder sogar zu überzeugen dass sie vegan werden ((fragend)),

B7: Doch das versuche ich schon aber jetzt eigentlich nicht so, wie soll ich sagen ah: mit so einem religiösen oder sonst irgendwie also was heißt religiösen aber ich versuche jetzt nicht irgendwie die Leute so **aktiv** irgendwie zu überzeugen mit mit <Mah was bist denn du für ein Mörder> oder <Wie

kannst du nur Fleisch essen> so sondern eher eigentlich, das positiv vorzuleben und irgendwie eher von, der positiven Seite zu nicht=nicht dieses Negative das mag ich irgendwie nicht also das ist nicht meine Art da den Leuten jetzt irgendwas an den Kopf zu werfen ich denke mir halt sie sie sind noch nicht bereit oder sie wissen es einfach nicht es ist einfach extrem viel Unwissen auch da also, die Leute wissen ja gar nicht was da alles abrennt, ja für die ist Fleisch ein Produkt im Supermarkt genau wie eine Banane oder ein Apfel da steht kein Lebewesen dahinter, und (4) ja also, wenn dann eher so der positive Weg sage ich jetzt einmal der liebevolle Weg ist finde ich ist ist das nachhaltigere ‚als wie wenn' wenn man den Leuten jetzt irgendwas schlimmes an den Kopf wirft,

I: Und wie schaut das konkret aus der positive Weg ((fragend)),

B7: Der positive Weg, ja einfach die also was halt, was ich festgestellt habe ist einfach ah, man kennt viel **extrem** viel was was was uns als Nahrung angeboten wird bei Obst und Gemüse gar nicht wenn man sich jetzt Standard westeuropäisch ernährt mit Fleisch und, Milch und sonst irgendwas und, diese Vielfalt ist den meisten Menschen eigentlich gar nicht bewusst und, wenn man denen mal zeigt was es eigentlich alles gibt und und dass das eigentlich keine Einschränkung ist sondern dass das eigentlich eine Bereicherung im Leben ist, ich denke dann findet eher ein Umdenken statt, dass es da so **viel** gibt ‚ich meine man sieht es jetzt eh bei dem Büffet eigentlich' /in der Küche steht ein veganes Büffet/ weil viele Leute denken einfach wenn wenn sie jetzt an vegan denken <Ah da bleiben mir ja nur mehr Karotten und Tomaten und so Sachen und und Äpfel über und ich kann dann nichts mehr essen> und, ja dass einfach, und dass man auch leistungsfähig bleibt trotzdem oder sportlich oder in sportlicher Hinsicht oder im Kopf also das,

I: Also du hast gesagt du glaubst dass die Leute vieles nicht wissen und dass sie das nicht so kennen, ahm glaubst du dass es dann wichtig wäre ahm die Leute mehr zu informieren (3) dass das- ((fragend)),

B7: ((unterbricht)) Ja Aufklärung ist auf jeden Fall sehr wichtig aber ich denke, es ist einfach, viele Leute **wollen** es auch gar nicht wahrhaben oder wollen es auch gar nicht sehen also, ich glaube man muss da halt wirklich auf auf auf wahrscheinlich auf auf die Fleischpackung oder auf die Milchpackungen ein Foto von der Fabrik Tierfabrik darauf drücken dass die Leute checken dass von wo das eigentlich herkommt, keine Ahnung wie man das am besten angeht ((leicht lachend)), das ist jetzt nicht der positive Weg aber ((lachend)) der positive Weg wäre Milch wegnehmen und eine Sojamilch reingeben aber ((lachend)),

I: ((lachend)) Ahm was ahm bedeutet Veganismus für dich, aus heutiger Sicht ((fragend)),

B7: Aus heutiger Sicht ja es ist eine Lebenseinstellung also, es (5) ein Leben das weniger Leid produziert (6) und es hat so viele Aspekte weil es ist auch wenn man andere Veganer kennenlernt es gibt so viele Zugänge dazu die einen kommen eh über das Gesundheitliche dazu die anderen über einen eher spirituellen Weg andere rein ethisch also (es oder) auch aus **Umweltgründen** also es gibt so viele Zugänge dazu und also Veganismus zeichnet für mich mittlerweile einfach so **viel** aus das sind so viele Aspekte die da dabei sind, das ist nicht nur gesund essen oder (3) jetzt tue ich was Gutes für die Umwelt das ist **so vieles** also,

I: Also es hat viele positive Auswirkungen ((nachfragend),

B7: Ja auf jeden Fall,

I: Gibt es für dich Grenzen oder Ausnahmen in dieser Lebensweise ((fragend)),

B7: Grenzen oder Ausnahmen, ja also meine Grenzen sind oder waren dass ich einfach (3) nicht vegane Produkte die ich schon habe ich sage jetzt mal Lederschuhe also jetzt nicht **wegschmeiße** das wäre aus meiner Sicht, sinnlos, also Ledergürtel oder sonst irgendwas jetzt da wegzuschmeißen verursacht mehr Schaden oder Leid oder wie auch immer als wie wenn ich es mir jetzt einfach behalte und so lange trage bis er (3) abgetragen ist ((lachend)),

I: ((lachend)),

B7: Aber also neue Sachen kaufe ich jetzt nicht mehr nach ja, sonst gibt es bei mir Grenzen ((nachdenkend)) also das versuche ich eigentlich schon so weit wie möglich also,

I: Also auch was Kleidung Putzmittel Kosmetik betrifft ((nachfragend)),

B7: Bei Kosmetik schaue ich drauf auf jeden Fall, ahm, ja bei Kleidung (3) schaue ich schon drauf (4) bei Putzmitteln das ist interessant über das habe ich noch nie so viel nachgedacht ganz ehrlich ((leicht lachend)) ich meine ich kaufe halt ah (3) eh diese ganzen ah, [Marke] also diese [Marke] Marke ‚ich weiß nicht ob das' ob die also **vegan** gekennzeichnet glaube ich nicht aber (3) dadurch dass ich eh drauf schaue dass es möglichst natürliche Sachen sind gehe ich meistens davon aus dass sie auch, vegan sind, aber Putzmittel (wäre auch was meine Grenzen ja) ((lachend)),

I: ((lachend)) Ah oder zum Beispiel Haustiere hast du Haustiere ((fragend)),

B7: Nein ich habe keine Haustiere,

I: Ahm, also tauscht du dich viel mit anderen Veganern und Veganerinnen aus ((fragend)),

B7: Ah ((nachdenkend)) (3) es geht also, jetzt über vegane Lebensweise oder ((nachfragend)),

I: Ja über alle Themen die damit zu tun haben und Erfahrungen,

B7: Ja doch eigentlich ja schon mhm,

I: Glaubst du ist das wichtig ((fragend)),

B7: Ja ich denke es also mir hätte das vor allem am Anfang sehr geholfen also, ich denke vor allem am Anfang wenn man umsteigt ah, wäre es sehr hilfreich wenn man von von anderen Leuten Rückhalt bekommt und Informationen bekommt also so eh gibt es eh dieses Buddy System mittlerweile von der VGÖ, das finde ich ist eine tolle Sache wo man quasi einen Ansprechpartner hat den man jederzeit fragen kann weil, eh von einen Tag auf den anderen das geht einfach nicht auf 100 Prozent man kommt eh so schrittweise drauf was alles nicht vegan ist, oder was alles vegan ist ((leicht lachend)),

I: ((leicht lachend)) Das klingt als ob es sehr ahm kompliziert wäre ((leicht lachend)),

B7: Ist es eigentlich nicht eigentlich ist es sehr einfach ((leicht lachend)), also,

I: Und du hast auch vorher gesagt dass man von jemandem Rückhalt bekommt wie meinst du das wieso braucht man Rückhalt ((fragend)),

B7: Dass man jetzt nicht irgendwie so, eben dass man ah Tipps kriegt wo kann man sich unterwegs was zum Essen holen oder, ich meine für mich war das eigentlich nie sehr wichtig weil ich eh immer alles selber koche und ‚eher da' selten auswärts, unterwegs ahm, aber ich denke mir für für für andere Menschen ist es schon wichtig dass sie da irgendwie so jemanden im Hintergrund haben,

I: Also einfach dass man [Informationen] bekommt was vegan ist und was nicht ((fragend)),

B7: [Genau], wo man oder weiß ich nicht irgendwelche Tipps zu Bücher oder halt Rezepte keine Ahnung Internetseiten und so weiter, auf was muss man schauen keine Ahnung also,

I: Mhm gibt es Situationen wo es dir schwer fällt vegan zu sein ((fragend)),

B7: Ja bei Reisen, also das ist was wo ich was ich festgestellt habe das sind, also da schränke ich mich irgendwie selber ein oder, also das Reisen jetzt ins ferne Ausland sage ich jetzt mal in Europa oder so ist es kein Problem oder in Amerika aber jetzt nach Asien oder so weiter da, weil ich plane jetzt eben für für den Winter eine Reise nach Asien und und da ist das jetzt gar nicht so einfach also (3) da denke ich da dann halt schon oft wie weit, schränke ich mich da jetzt selber ein mit mit (3) mit dem Bereisen von der Welt weil eigentlich mag ich schon was von der Welt sehen aber (4) wobei ich dann wobei es einen Teil in mir gibt der sagt es gibt sowieso überall auf der Welt veganes Essen weil zwecks Obst

und Gemüse gibt es überall aber zwei Wochen lang nur ((leicht lachend)), oder noch länger ist es halt trotzdem schwierig dann muss man sich halt wirklich vorab wirklich gut informieren,

I: Also würdest du sagen dass man dadurch manchmal in der Lebensqualität eingeschränkt ist ((fragend)),

B7: In der Lebensqualität nicht, aber vielleicht wird man ein bisschen unflexibler dadurch,

I: Weil man sich vorher also weil man das vorbereiten muss und planen muss und ((nachfragend)),

B7: Genau oder eh wenn man auswärts wo essen geht dann (3) ja ( ) ah ein anderer Punkt ist eh halt mit der Firma (3) ja wenn da halt Weihnachtsessen oder sonst was ist das ist halt immer doch extra wurscht und so das ist dann nicht immer recht angenehm eigentlich ja, nicht so mit Freunde Familie weil keine Ahnung ist das eigentlich ohne Probleme wenn man, ja vorher das abklären kann oder selber entscheiden kann wo man hingeht oder wie man da tut, aber eh auf Reisen oder halt mit der Firma ist es oft nicht so einfach, ja,

I: Bist du da in der Firma der einzige Veganer ((fragend)),

B7: Ja ((leicht lachend)) es gibt, **einen** Vegetarier der ist es aber auch nur so Halbzeit (irgendwie) ((lachend)) der ist sehr interessiert an dem ganzen und mit dem habe ich mich auch schon viel ausgetauscht aber der ist jetzt ist jetzt nicht so (anders) und ist auch wieder relativ weit weg ja (3) damals habe ich einfach auch ein bisschen aufgepasst dass (das einen nicht so) isoliert sage ich mal oder halt Essen hat hat schon auch immer recht viel mit Gesellschaft zu tun und, mit wie soll man sagen (3) Essen ist halt ein zentraler, Bestandteil unserer Gesellschaft und ständig Thema eigentlich immer und überall und, das hat viel mit Gemeinschaft zu tun und, eh und wenn man dann zum Beispiel jetzt in in der Firma nicht in die Kantine mitgehen kann das ist halt schon sage ich mal, ein harter Brocken eigentlich weil so lernst du die anderen Leute nicht wirklich einmal informell oder halt abseits von der Arbeit kennen, das ist halt wenn du jedes mal dein eigenes Essen mitbringst und im Büro halt isst und die anderen gehen in die Kantine und quatschen halt die ganze Zeit <Wie geht es der Familie blablabla> und <Am Wochenende tue ich das> weil so lernt man die Leute nicht wirklich abseits von der Arbeit kennen also (3) da also einfach aufpassen also, dass man sich da jetzt nicht irgendwie, dass man dann auch andere Wege sucht mit den Leuten irgendwie da, in Kontakt zu kommen,

I: Und wie machst du das in der Firma also nimmst du dir dann immer dein eigenes Essen mit und ((fragend)),

B7: ((unterbricht)) Ja also ich habe eigentlich immer mein eigenes Essen mit, genau,

I: Und sitzt du da dann alleine ((fragend)),

B7: Ja ((leicht lachend)), ich sitze eigentlich dann alleine ich sitze da immer alleine in meinem Büro ja und esse dann vor mich hin ((lachend)),

I: ((lachend)),

B7: Die meisten gehen in die Kantine ja das ist aber einfach kein Angebot also es, es gibt eine Salatbar aber da gibt es genau Blattsalat und Tomaten und, das ist auch nicht so das wahre,

I: Und hast du schon mal versucht mit denen zu reden dass in der Kantine vielleicht auch was anderes angeboten wird für dich ((fragend)),

B7: Ja aber das ist nicht möglich das ist halt ein Standard Essen das wird zentral vorbereitet und, also wir haben ja diesen wie heißt dieses wenn man jetzt bei Catering Service diese unterschiedlichen Unternehmen beliefert oder unterschiedliche Kantinen das heißt das wird irgendwie wo zentral produziert und eigentlich dann vor Ort nur mehr aufgewärmt das mag ich jetzt sowieso nicht essen also das ist von der Qualität her, nicht, entspricht da nicht meinem Standard ((leicht lachend)) sage ich

mal, aber: ( ) auch vegetarische Speisen die sind immer voll mit Käse und was weiß ich was alles ((leicht lachend)) das ist, von dem her ist das einfach leider gibt es kein Angebot da derzeit,

I: Und fühlst du dich da ausgeschlossen manchmal ((fragend)),

B7: Nein ich fühle mich nicht ausgeschlossen eigentlich also (3) ich finde es schade aber,

I: Fühlst du dich sonst irgendwo manchmal als Veganer ausgeschlossen ((fragend)),

B7: Nein eigentlich nicht wirklich also, fällt mir jetzt eigentlich keine Situation ein,

I: Mhm (3) gehst du in eigene vegane Supermärkte und Restaurants ((fragend)),

B7: Ja also, Supermärkte also eher unregelmäßig sage ich mal zum MaranVegan und Veganz eben, ahm dadurch dass ich eigentlich beim ich gehe immer zu dem [Bio Lebensmittelkette]einkaufen, der Biomarkt der hat ohnehin eigentlich alles also, also was ich brauche und von dem her brauche ich jetzt gehe ich jetzt nicht unbedingt regelmäßig in vegane Supermärkte und ja also beim Essen schon, regelmäßig eigentlich ja,

I: Ahm hast du oft mit Vorurteilen zu kämpfen ((fragend)),

B7: Ja ((leicht lachend)) eh mit Vorurteilen wie ah, Veganern fehlt Eiweiß und fehlen Vitamine und Veganer sind, denen fehlt halt alles Mögliche an, an Nährstoffen und das ist eine Mangelernährung und, da wird da wird man nur voll dünn davon und keine Ahnung das ist halt ja ((leicht lachend)) das sind so die Vorurteile oder, <Das ist schon sehr extrem> genau Veganismus ist schon sehr extrem das ist so ein Vorurteil ja schon ein extreme Lebensweise ja,

I: Also vor allem was jetzt die die Nährstoffe und die Ernährung angeht sind [die Vorurteile] ((fragend)),

B7: [Das sind eigentlich] die Vorurteile jetzt also betrifft, meines Erachtens dann (hörst) du halt immer so das <Da fehlt dir was> oder <Mir wäre das zu anstrengend> ((leicht lachend)) <Muss ich immer nur schauen dass das da muss ich dann Vitamine zusätzlich nehmen> keine Ahnung,

I: Und hast du auch positive Erfahrungen gemacht dass zum Beispiel jemand das bewundert was du machst oder das dann deswegen also auch ausprobiert weil du ihm das erzählst ((fragend)),

B7: Ja also bew- also Bewunderung habe ich schon ein paar Mal ah, wie soll ich jetzt sagen, geerntet ((lachend)),

I: ((leicht lachend)),

B7: Also eh aber eher so <Boah ich würde das nicht schaffen wie schaffst du das nur> und und, <Wie kriegst du das im Alltag hin> so so diese Bewunderung halt also (3) ja ah zu Veganismus an sich habe ich jetzt eigentlich (4) nicht wirklich Leute ah 100 prozentig bewegen können also, in meiner Familie ich versuche es immer wieder aber ((leicht lachend)), immerhin wird jetzt auf Milch verzichtet und auf Eier ((leicht lachend)), der andere Weg ((leicht lachend)),

I: Das ist ja eigentlich auch schon sehr viel oder ((nachfragend)),

B7: Ist eh viel ja ((leicht lachend)),

I: Aber auf Fleisch nicht ((nachfragend)),

B7: Fleisch eben ja, das geht nicht keine Ahnung warum nicht aber (das, eh dieses), da bin ich dann eh oft nicht mehr so lieb ((lachend)),

I: ((lachend)) Okay also da dann nicht mehr so liebevoll und positiv ((nachfragend)),

B7: Bei der Familie da wird es dann oft schwierig (öfter) ‚das ist halt einfach ja‘,

I: Und was sagst du dann zum Beispiel ((nachfragend)),

B7: Also **denen** zeige ich dann eher schon mal ein Foto oder Video oder sonst irgendwas wie es=wie es ausschaut also wo das Fleisch herkommt oder, ich ich werfe=ich werfe ihnen jetzt auch nicht irgendwelche Vorwürfe an den Kopf oder bezeichne sie als Mörder oder sonst irgendwas aber, denen versuche ich (halt schon irgendwie so) die Realität nahe zu bringen also so schaut es wirklich aus und ihr glaubt doch nicht dass die Kuh da, eine Riesenweide für sich hat und die glücklich ist,

I: Und wie sind die Reaktionen darauf ((nachfragend)),

B7: Eh immer sehr verständnisvoll und <Ja eh hast eh recht> und und ah: <**Jedes** Mal wenn ich mein Fleisch esse dann sehe ich=dann sehe ich das Gesicht von dir vor mir> und ich denke mir dann halt immer ach wieso kannst du es dann trotzdem essen und, ja nein das ((lachend)) das sowas **nervt** mich dann einfach voll, das ist einfach ja,

I: Okay, das heißt bei deiner Familie versuchst du schon immer wieder, [aufzuklären] ((nachfragend)),

B7: [Ich versuche] eigentlich schon immer genau aufzuklären (4) also wenn **ich** da bin bei meiner Familie zu Hause bin dann wird eh nur vegan gegessen und dann, eben meine Mama kann mittlerweile auch recht gut vegan kochen und die kennt sich da eh schon voll aus, aber:, ja also ich (habe halt) ich ich verstehe es halt oft nicht weil sie wissen das alles und sie befürworten es auch und finden es eigentlich gut und setzen es einfach nicht um und, vielleicht sind sie einfach noch nicht so weit keine Ahnung ((leicht lachend)), was sich da noch tun muss, aber da bin ich eher schroff ((leicht lachend)) jetzt sage ich mal ja,

I: Und was ah sagen sie warum sie es nicht umsetzen, oder sagen sie sie würden es gerne tun ((nachfragend)),

B7: ( ) ja das ist die Reaktion ist immer <Ich kann nicht, ich kann das nicht> keine Ahnung, (3) das ist halt so (4) ich ich ich glaube es ist auch einfach sie sie sie wollen es noch nicht wirklich ja keine Ahnung schwer zu sagen,

I: Ahm also und grenzt du dich von Personen ab die ahm nicht vegan sind ((fragend)),

B7: Ob ich mich abgrenze ((nachfragend)),

I: Ja,

B7: Hm (5) ja ich muss sagen so der Freundeskreis der hat sich schon natürlich ein bisschen in die vegane Szene verlagert das das, ist aber einfach glaube ich ein Nebeneffekt, also so abgrenzen, würde ich jetzt eigentlich nicht sagen,

I: Also würdest du jetzt nicht ahm alte Freundschaften, kündigen deswegen ((nachfragend)),

B7: Nein das würde ich nicht machen nein,

I: Okay (4) und hast du ein Vorbild ((fragend)),

B7: ((lachend)) ein Vorbild,

I: Oder jemanden an dem du dich orientierst, oder der dich motiviert hat ((fragend)),

B7: Nein mich hat nicht der Attila Hildmann motiviert ((lachend)), den habe ich mir erst danach gekauft, nein zurzeit inspiriert oder motiviert mich der Brendan Brazier eigentlich, heißt der so, oder so keine Ahnung, ja, (mein) Männervorbild dann ja ((leicht lachend)), also dieser kanadische, ‚Triatleth‘,

I: Mmh, wie siehst du denn die Zukunft für Veganismus ((fragend)),

B7: Ja also eigentlich positiv also es vor allem in Wien ist irgendwie hat es sich sehr positiv entwickelt muss ich sagen und da tut sich extrem viel also veganes Angebot und, ja wenn man jetzt in den

Supermarkt schaut man bekommt eigentlich überall schon also jetzt nicht Obst und Gemüse sondern, wirklich vegane Produkte das ist eigentlich ein Wahnsinn was sich da tut von dem her sehe ich es eigentlich recht positiv auch was die Kennzeichnung angeht und auch was die Akzeptanz angeht, was auch das Angebot beim auswärts Essen angeht und ich glaube vor einem Jahr hätten noch nicht so viele Leute gewusst was jetzt vegan heißt oder, wenn du da irgendwo essen gegangen bist also jetzt vegan <Vegan häh was vegetarisch> ich glaube dass sich das das Bewusstsein schon stark verändert jetzt, im letzten Jahr, also vor allem Wien ist eigentlich ein Wahnsinn was sich da tut,

I: Und woran liegt das glaubst du ((fragend)),

B7: Ich glaube weil die Nachfrage auch immer stärker wird (also ja), weil es immer doch glaube ich mehr Leute gibt die die halt umsteigen und dadurch wird dann die Nachfrage mehr natürlich und, ich glaube die Unternehmen sehen da gleich Geld drinnen und die große Chance irgendwie, ja,

I: Also du glaubst dass die Nachfrage das,

B7: ((unterbricht)) Angebot (damit) bestimmt ja, so, genau,

I: Gut fallen dir vielleicht noch irgendwelche aussagekräftigen Situationen ein ((fragend)),

B7: Aussagekräftige Situationen, was sind denn aussagekräftige Situationen ((lachend)) ((fragend)),

I: ((leicht lachend)) Einfach was du für Erfahrungen [gemacht] hast, seit du vegan lebst, oder ob sich irgendwas verändert hat, vor allem im sozialen Umfeld und im Alltag,

B7: [Erfahrungen] ((lachend)), hm hm, ja es dreht sich doch immer sehr viel um das Essen ((lacht)) (noch was was mir) aufgefallen ist ja bei Veganern geht es immer um Essen irgendwie also, aber das ist das einzige ja sonst, Anekdoten aus dem veganen Leben gibt es viele aber ((lachend)) so jetzt sozial keine Ahnung nein,

I: ((leicht lachend)) Okay also hat sich hauptsächlich deine Ernährung verändert ((nachfragend)),

B7: Genau ja oder das (war), doch,

I: Gut, dann wären wir von meiner Seite aus am Ende angelangt, und ahm nochmal danke für das Gespräch dass du so offen darüber gesprochen hast, ja, danke,

B7: ((lachend)) Bitte,

Interview 8 Transkript

Kurzfragebogen:

Alter: 34

Geschlecht: weiblich

Wohnort: Wien

Familienstand: ledig, Partnerschaft

Höchste abgeschlossene Schuldbildung: Bachelor

Beruf/Ausbildung: Angestellte & arbeitssuchend

Seit wann vegan: etwas mehr als ein Jahr

I: Okay dann erzähle mir bitte mal wie es dazu kam dass du vegan wurdest,

B8: Ahm also ich habe schon, zuvor circa 23 Jahre vegetarisch gelebt schon so seit Kindheitsalter überhaupt kein Fleisch mehr gegessen Riesenekel davor gehabt aber, mit dem Gedanken ich esse kein Fleisch war für mich alles erledigt ich mache alles richtig ich mache alles gut ich bin Tierliebhaber die Fleischesser sind die Bösen ich bin gut, vegan habe ich auch, nie verstanden weil ich so richtig also ich hatte diese gestörten Meinungen wo ich mir jetzt am Kopf greife wenn jemand sagt <Du musst die Kuh melken weil sonst platzen die Euter> (weil ich habe vegan nie ganz verstanden dass waren für mich nur bisschen die Spinner) ahm und aber voriges Jahr haben sich dann die Infos gehäuft von wegen ich habe über Küken sexen erfahren dass eine Kuh **nicht** immer Milch gibt ich habe es ja nie hinterfragt für mich gibt eine Kuh immer Milch weil das ist ja eine Milchkuh und wer sie nicht melkt ist böse also vollkommen absurd und als diese Infos dann gekommen sind Kälber Abfall, und Küken sexen habe ich dann immer mehr begonnen zu recherchieren aber eben bewusst auch **überhaupt** nicht auf Vegan Seiten weil ich habe Käse **über alles** geliebt und wollte auf keinen Fall verzichten und: habe dann sehr viel, recherchiert aber in die Richtung hin, um die Bestätigung zu bekommen so wie ich es mache ist es richtig und eine Kuh gibt immer Milch und ich muss, sie eh trinken und Küken sexen ist nicht überall und, je mehr ich aber und ich habe begonnen auch bei Industrieseiten zu schauen und eh **überall** möglichst nicht vegane Seiten und mir gedacht habe alle zu extrem und lasst mich in Ruhe ich suche was neutraleres aber die Sache ist je mehr ich gesucht habe desto wenig desto mehr fruchtbare Infos habe ich gefunden ich habe keine Infos gefunden die mir sagen <Dass was du machst ist leiwand und die Kuh freut sich dir die Milch geben zu können das Kalb braucht eh keine und ist blunzen> das heißt ich habe viel recherchiert um mein Verhalten, zu rechtfertigen und habe aber nur das absolute Gegenteil gefunden, und dann ging es eigentlich Schlag auf Schlag dann hat es mir, nur noch gegraust und ich bin jeden Sommer drei vier Stunden vorm Internet gehockt und jeden Tag furchtbare Dinge, rausgefunden meinem Freund (nur rübergeworfen) <Weißt du was sie mit den Kühen machen weißt du das jetzt habe ich gerade was über Wolle gesehen> und mir ist es einfach nur noch vergangen, und das ging dann relativ schnell innerhalb von ein paar Wochen also Eier habe ich sofort weggelassen, und dann kurz darauf dann auch die Milchprodukte, ja so der Weg dahin, also ich wollte nicht vegan werden und habe nur begonnen zu recherchieren und es auf Grund der Recherche **ging es** gar nicht anders und jetzt ja heilfroh dass ich, mich damit auseinandergesetzt habe ja,

I: Und dann hast du das sehr schnell umgestellt ((nachfragend)),

B8: Ah ja Eier sofort und dann habe ich mal begonnen einen Joya Sauerrahm zu kaufen war verzweifelt ohne Ende weil ich mir gedacht habe pfui Teufel das kann kein Mensch essen was soll ich machen Sojamilch gegraust hat es mir, war ich richtig verzweifelt und mir gedacht oh Gott das eine ist böse das andere schmeckt mir nicht ich **liebe** aber Milch was mache ich nur um Himmels Willen ahm, aber irgendwie der der Geschmack war dann das hat mir irgendwie total schnell zu schmecken begonnen, und ich habe so Stück für Stück ging das eben zuerst die Eier weg dann die

Milchprodukte dann habe ich gesagt <Aber Leder kaufe ich immer noch weiter ich liebe Leder> weil das ist ja eh nur die Haut vom vom Schnitzel was die anderen Bösen essen dann aber habe ich mich mit der Lederindustrie beschäftigt dann kam die Wolle dazu also es ging so Stück für Stück beim Essen hat es begonnen und dann Kleidung Schminksachen Putzsachen, ja,

I: Also hat es sich immer mehr ausgeweitet ((nachfragend)),

B8: Genau, ja,

I: Und wie hast du die Umstellung erlebt war das schwierig für dich, hast du Angst davor gehabt ((fragend)),

B8: Ahm: schwierig in dem Sinn zu Hause habe ich jemanden gehabt eh Vegetarier als Freund aber großes Kopfschütteln der hat mich **überhaupt** nicht verstanden, hat noch weiterhin seine Milch gekauft und ist eine Kuhmilch neben einer Sojamilch gestanden, der lebt übrigens seit vorigem, nein seit diesem Jahr Jänner ( ) ich sage mal zu 95 Prozent vegan falls es das gibt 95 und nicht 100 Prozent, ahm also der hat mich noch als Spinner erklärt und zieht jetzt aber eh vollkommen mit aber entschuldigung was war gerade die Frage spinne ich jetzt ((fragend)),

I: [Die Umstellung],

B8: [Aja ob es schwierig war die Umstellung], ja im Supermarkt war ich vollkommen verloren weil ich halt draufgekommen bin **egal** wo **egal** was ich gekauft habe ist zumindest irgendein Molkepulver drin Butterreinfett Hühnereiweißpulver irgendwas, und das war aber dann gar nicht die Frustration dass ich mir gedacht habe buhu ich kann das nicht mehr kaufen sondern ich bin eine richtig Kranke geworden weil ich mir gedacht habe was zur Hölle tut das da drinnen was macht ein Milchpulver bei Kartoffelchips ihr Wabbler so ja und von dem her war es schwierig zuerst also wirklich **alles** umdrehen ich bin zwei Stunden im Supermarkt gestanden vollkommen verloren wo gehe ich hin, Kleingedrucktes ständig gelesen aber das ging dann auch relativ schnell bald weiß man das ist böse das ist gut das kann man nehmen das nicht, ja also das das war schwierig am Anfang, und viele neue Lebensmittel kennengelernt und mich damit auseinandergesetzt was ist das überhaupt wie verw- wie: kann ich mit denen kochen aber das ist halt jetzt nicht, nicht **schwierig** sondern das war viel viel Neues, schwierig war dieses behinderte Kleingedruckte lesen im Supermarkt,

I: Also mehr Aufwand, das informieren und einkaufen ((nachfragend)),

B8: ((unterbricht)) Am Anfang ja einfach am Anfang ja, was eh jetzt überhaupt nicht mehr ist jetzt gehe ich einfach beim Käseregal vorbei wie ich früher beim Fleisch Fleischregal stur vorbeigegangen gibt es halt noch ein weiteres böses Regal ja und der Rest geht dann eh wieder, zum Großteil,

I: Okay und wie hat dein Umfeld auf deine Entscheidung reagiert ((fragend)),

B8: Ja eben mein mein Freund hat mich bisschen so zum Spinner erklärt meine Mutter sowieso weil die war wegen vegetarisch schon nicht glücklich, und ist seit Ewigkeiten der Meinung dass das eine Spinnerei von mir ist und sich bald legen wird, wen gab es denn noch, ja ich glaube vielleicht waren sie ein bisschen genervt die Freunde weil das war mein Thema Nummer eins ich habe nur noch darüber geredet, was ich wieder entdeckt habe und was ich wieder weiß und was es hier schlechtes gibt und da, also ich glaube meine Freunde habe ich bisschen genervt meinen Freund auch der konnte das Wort vegan nicht mehr hören der hat schon so einen Grant bekommen, ja, also zu Hause Unverständnis und ich glaube ich habe die Leute bisschen genervt weil ich ja wirklich jeden Tag zwei drei vier Stunden recherchiert habe bis in die Nacht hinein, und dann auch meine Infos mit irgendjemandem teilen wollte ja, dann bekomme ich da zu Hause eh keinen Zuspruch dann treibe ich mich halt auf Facebook auf irgendwelchen Gruppen herum wo ich mit irgendwelchen Leuten über irgendwas diskutieren kann, ja,

I: Also ist das auch wichtig für dich dass du dich mit anderen Veganern Veganerinnen austauschen kannst ((fragend)),

B8: Wäre mir, wichtig ich habe es viel zu wenig also ich habe wenige in meinem Umfeld zwar viele Vegetarier aber von vegan wollen sie gar nichts wissen, ja aber jetzt geht es bei meinem Freund eh also jetzt nerve ich ihn nicht jetzt spricht er eigentlich jeden Tag wieder darüber <Auf Facebook habe ich schon wieder mitbekommen jemand hat gesagt Fleisch braucht man für irgendwas diese Trotteln> und ja also jetzt kommt von ihm eh viel und jetzt geht das zu Hause zumindest schon bisschen besser, aber das hat mir am Anfang total gefehlt also ich war ziemlich alleine und, habe die Leute genervt glaube ich ja,

I: Und wie war das dann mit deinem Freund also hast du ihn dazu überredet oder [irgendwie beeinflusst ((fragend))],

B8: [((unterbricht)) Überhaupt nicht] überhaupt nicht weil ich gewusst habe wenn ich auf ihn einrede dann kann ich es vergessen ich habe einfach **köstlichst** gekocht ohne Ende also ich koche eh wahnsinnig gerne und: das hat ihm auch sehr gut geschmeckt und er hat meine ganzen Sauerrahm Orgien und Käse Orgien eh immer ziemlich ekelhaft gefunden dass ich da Tonnen von Sauerrahm zu **jedem** Essen dazu essen muss ah und das hat ihm halt wahnsinnig geschmeckt und daheim, war nie eine Diskussion er hätte jetzt gern Käse oder Kuhmilch oder sonst was oder dass er irgendwas grauslich findet es hat ihm einfach so gut geschmeckt und ich habe ihm zwischendurch immer wieder Infos hingeworfen was ich wieder rausgefunden habe und dann auch begonnen mit ihm zu diskutieren, weil er wieder gemeint hat <(Ja kein Ding beim Bauernhof wo das früher so war)> also wir haben halt viel über die Themen, diskutiert ich habe ihn **nie** überredet ahm und er ist irgendwann einmal auf mich zu gekommen Ende Dezember und hat gesagt <B8 ich habe mir das durch den Kopf gehen lassen du hast, vollkommen recht es ist absurd irgendwie noch Käse und Milch und so zu essen und er möchte das ab Jänner auch weitestgehend weglassen> hat sich dann noch schnell drei Lederschuhe oder so bestellt ja bevor es erster Jänner war ja,

I: ((lachend)),

B8: Ahm jetzt verzweifelt er gerade nach einem Jahr wieder Schuhe suchen, das ist bisschen ein Problem mit veganen schönen Schuhen ahm, nein also nicht überredet das ist von von ihm aus alleine gekommen aber er ist jetzt sage ich **so** 100 Prozent dahinter wie ich ich koche ich ich recherchiere die Themen ich interessiere mich dafür aber halt er hat so das bisschen Wissen von mir und, damit findet er ist es absolut absurd was wir den Tieren antun und da zieht er zum Großteil mit, ja,

I: Okay, aber mich würde noch interessieren wie das war du hast ja gesagt du hast dich dann mehr informiert und: hat es da irgendwie ein Ereignis gegeben oder so wo du gesagt hast <Ich informiere mich da jetzt da mal> oder wie war das ((fragend)),

B8: Ja das hat mal begonnen eben im März hat meine Freundin auf Facebook über eine Facebook Nachricht ein Bild geteilt vielleicht kennst du das eh da sind Büffelkälber auf einem Haufen in Italien tot, ahm da ging es eben darum das hat irgendwer fotografiert der dort war, die haben halt nur Milch wenn sie geschwängert also wenn sie schwanger sind und die männlichen Büffel die werden weder halt ah die werden nicht die werden nicht gegessen ich glaube man braucht nur die Milch ich kenne mich bei Büffel nicht so aus, und dann wurden eben diese Büffel, ah diese Büffelkälber männlichen die man nicht zu Milchbüffel heranziehen konnte ah abgemurxt, was irgendwie wie war das in Italien ist das, erlaubt aber wenn ein Tierarzt dabei ist und da muss man aber irgendwie dafür bezahlen und es wird aber toleriert dass es die Bauern einfach halt abmurxen und dann hinten auf den Haufen hauen und das war ein Haufen Kälber da habe ich mir mal gedacht okay, aha komisch bei Kälbern ist das wenn sie, die kriegen haben sie nur Milch wenn sie schwanger sind bei Kühen ist das noch anders habe ich mir noch in dem Moment gedacht also ich habe ich habe es mal wahrgenommen es ist bisschen rumgespukt aber ich habe es noch in irgendeine Ecke geschoben, und dann war im VGT in einer Zeitschrift im Frühjahr ein Bericht über Küken sexen den habe ich auch nur so aufgemacht aber richtig richtig Fleischesserlike habe ich mir gedacht was Eier kann ich jetzt auch nicht mehr essen ihr Spinner und habe weitergeblättert ich wollte mich damit überhaupt nicht konfrontieren und das waren aber so zwei Infos die ich im Frühjahr aufgeschnappt habe und ich glaube ein paar Wochen paar Monate später hat der VGT irgendein Thema auf Facebook geteilt, da

ging es eh um Kühe Milch so irgendwie wo ich dann drunter kommentiert habe und mit dem VGT bisschen geschrieben habe, und die haben mir dann auch eine Doku geschickt ah irgendein Link zu irgendeiner Milchdoku die ich mir dann angeschaut habe, und da ist es dann irgendwie Step by Step losgegangen also ich wurde mit dem Thema konfrontiert habe es aber bisschen noch zur Seite geschoben aber die wurden dann dieses Jahr immer wieder aufgefrischt und dann, das war jetzt nicht so das **eine** Erlebnis halt aber, viel auf Facebook Facebook ist sehr schuld würde ich sagen ja und der VGT ja,

I: Okay, also es waren so einzelne Informationen die dann dich zum Nachdenken gebracht haben ((nachfragend)),

B8: Genau ja,

I: Okay (4) und wie wie definierst du vegan Veganismus, ‚aus heutiger Sicht' ((fragend)),

B8: Lustig die Diskussion hatte ich gerade schon bei mit meiner Frisörin weil sie gemeint hat <Aha und du kaufst Plastikfetzen günstige von irgendeinem Shop> wo ich ihr gesagt habe <Vegan geht wenn ich es ganz nüchtern betrachte einfach, dass ich keinem Tier bewusst irgendwie Leid zufüge> sprich am Boden eine Ameise treten ist okay weil ich kann nicht am Boden schweben wenn ich auf einem Ameisenhaufen herum hüpfe ja dann habe ich es bewusst gemacht dann ist es halt, böse einfach bewusst jeglichstes Tierleid zu vermeiden wo es geht aber wenn ich mir Louis Vuitton maßgeschneiderte Plastikschuhe kaufe die ein behindertes Kind in Indien unter Schlägen, herstellt ist das für mich es ist nicht okay und es ist grauslich aber das ist noch vegan und ich finde in vegan wird viel zu viel hineininterpretiert <Du lebst vegan dann musst du doch auch das dann musst du doch auch das und wie kannst du da einen Plastik Umschlag haben /B8 berührt meine Mappe/ warum hast du kein Papier denke an die Umwelt> ja also, Tieren kein kein Leid zufügen, wissentlich,

I: Also ziehst du dann irgendwo auch Grenzen ((fragend)),

B8: Ja ich kaufe Alpro Produkte und Palmfett ah Sachen mit Palmfett ‚und hoffe ich werde jetzt hier nicht gesteinigt',

I: ((lachend)) Okay,

B8: Also ja das vielleicht sind das weitere Schritte oder so aber (ich vorerst) so viel umgekrempelt und, da ist meine Grenze ja,

I: Okay, und hast du im Alltag öfters Diskussionen ((fragend)),

Interview 9 Transkript

Kurzfragebogen:

Alter: 33

Geschlecht: weiblich

Wohnort: Wien

Familienstand: ledig

Höchste abgeschlossene Schuldbildung: Matura

Beruf/Ausbildung: Studium und Teilzeitarbeit

Seit wann vegan: 1,5 Jahre

I: Okay passt, also es geht um den Entscheidungsprozess von Veganismus, um den Alltag und es ist alles [anonym], okay, ahm dann erzähl mir einfach mal bitte wie es dazu gekommen ist dass du vegan geworden bist,

B9: [Okay], ahm nach einem kläglichen Versuch mit glaube ich 15/16 Jahren wo vegan ja nur sehr sehr s- strange war und es nicht sehr viel Produkte gegeben hat wo ich dann eine Woche lang glaub ich nur Vollkornnudeln gegessen habe, ahm, habe ich eben vor eineinhalb Jahren circa auf vegan umgestellt eigentlich, also der ursprüngliche Gedanke war Tierrechte, Vegetarier bin ich schon länger und bin dann auf Facebook eigentlich mit immer mehr Leuten befreundet gewesen die sich mit Tierrechten beschäftigen und der Rai Te, ‚den wirst du ja wahrscheinlich eh kennen, dieser (berühmte) Deutsche der ziemlich umstritten ist', mit dem war ich dann auf Facebook befreundet und der hat beinahe täglich Dinge über Milch gepostet und dann habe ich mich eigentlich dazu entschlossen es durchzuziehen und habe es am Anfang sehr gut geschafft und sehr strikt gehalten ahm bis ich immer mehr ins Schludern gekommen bin durch Ausnahmen wie [Süßigkeit] zu Weihnachten am Baum und so Sachen halt ja und die Ausrutscher die ich jetzt habe sind hauptsächlich wenn dann Eier und so, das andere vermisse ich eigentlich nicht also ich esse keinen Käse ‚wie es den meisten geht' ja aber grundsätzlich Ursprung war Tierrechte ahm und das ist auch immer noch der Hauptgrund ahm zweiter Grund der für mich auch nachvollziehbar ist und wegen dem ich es auch machen würde ist die Umwelt oder auch Menschenrechte, der für mich **wenigste** Grund war immer die Gesundheit, weil man sich ja vegan auch sehr ungesund ernähren kann aber es stimmt halt schon dass ich sehe trotzdem auch den positiven Effekt den es auf meine Gesundheit hat aber das wäre nicht der Grund für mich warum ich es durchziehen würde, also wenn das Steak nicht aus der Kuh kommen würde sondern aus keine Ahnung Sägespäne bestehen würde, würde ich wahrscheinlich mein Leben lang Steak essen ja, also Ursprung war sicher Tierrechte, ja,

I: Das heißt du hast schon gern Fleisch gegessen und so ((nachfragend)),

B9: Ich habe Fleisch **geliebt:,** über alles, darum Käse vermisse ich nicht, eben nur Fleisch vermisst nur seit ich vegan bin, ahm, bin ich so weit weg von Fleisch dass ich nie wieder auf Fleisch zurückfallen würde also so wie es mir vorher mit vegetarisch und Fleisch essen gegangen ist geht es mir halt jetzt mit vegan und vegetarisch dass ich halt immer wieder einmal einen Ausrutscher habe aber teilweise gar nicht aus Lust heraus sondern eher aus Faulheit weil solange du dir alles selbst kochst also ich kann mir selbst Palatschinken machen, ich kann mir selbst Kuchen machen, ich kann mir selbst Softfleisch machen vegan, Problem habe ich wenn mein Freund sagt eben am Sonntag brunchen oder ja einfach aus aus Faulheit weil ich dann geschwind was zum Essen brauche oder eben diese ganzen Naschsachen wo Milchpulver und so Geschichten drinnen sind ja, da da beginnts halt dann irgendwie schlampig zu werden wo ich mir dann denke ja da ist ja eh nur das drinnen und da ist ja eh nur ( ) und ich kaufe ja eh keine Milch und ja aber ich bewege mich wieder in eine strengere Richtung hoffe ich bald ja aber ansonsten im Alltag habe ich eigentlich keine Probleme mehr damit ja, Partnerschaft ist eventuell ein Problem weil wenn der der Partner dann ahm doch haufenweise Käse konsumiert oder

(normal essen will) dann hat man halt doch irgendwann ein Problem, ja aber er ist zumindest Vegetarier ‚immerhin' ja, ansonsten also Essen ahm war relativ einfach umzustellen was ich auch sehr bald umgestellt habe ist weiß ich nicht ob das so normal ist ich habe Kosmetik sofort umgestellt und ich bin bei der Kosmetik wahrscheinlich strenger als als ich beim Essen bin, Putzmittel habe ich komplett umgestellt, ja auch in der Ordi ja ansonsten ja weiß ich nicht irgendwelche speziellen Fragen oder ((fragend)),

I: Ahm ((leicht lachend)) ja ich habe einige Fragen, ahm hast du dich vor der Umstellung zum Beispiel informiert, viel informiert über ((fragend)),

B9: Über was ich ersetzen muss oder ( ) ((nachfragend)),

I: Ja zum Beispiel,

B9: ((seufzend)) Ja das ist dann eher so nebenbei gekommen mit diesen Argu- wo man dann Argumente eben braucht wenn jemand sagt <Mah da geht dir etwas ab> und so ahm ja und ich habe auch einen ziemlich schlimmen Vitamin D Mangel gehabt aber ich bin mir sehr sicher dass der nicht vom vom Vegan-Sein kommt weil der war ganz am Anfang der Vegan-Phase und ahm das bin ich mir sehr sicher dass der nicht vom vom veganen Lebensstil kommt abgesehen davon ärgert es mich immer weil ich kenne wenige Menschen die sich so sehr um die Ernährung kümmern wie Veganer und jemand der dreimal in der Woche Käseleberkäsesemmel isst und jeden Tag zwei Liter Cola trinkt der beschäftigt sich auch nicht damit was ihm abgeht /Telefon läutet, kurzes Telefonat/ ( ) eben wie ich Dinge ersetzen kann also wie wie ich mir die Geschmäcker holen kann die ich haben möchte wo ich essen gehen kann, wie ich kochen kann, Kuchen machen kann, wie ich Eier ersetzen kann ja, also alles eher in die Richtung, ich glaube es gibt wenig Menschen die so viele vegane Kochbücher daheim haben wie ich, glaube ich habe so ziemlich jedes gekauft und was mir schon sehr genehm gekommen ist ist dass es halt im Moment so ein Trend ist auch wenn viele Veganer das vielleicht verurteilen dieses trendy vegan sein, ich finde es dumm von Veganern das zu verurteilen weil wenn jemand aus Tier- oder Umweltgründen vegan ist soll ich ja froh sein wenn andere Menschen auch vegan sind egal aus welchen Gründen auch immer und mir hat das schon sehr geholfen weil ich nicht so sehr die die Ökoschiene fahre also ich kauf nicht gerne Kosmetik die so ökomäßig ausschaut und ich kaufe gerne moderne Sachen und ich kaufe gerne exklusive Sachen und dadurch dass das so Trend geworden ist habe ich da halt auch meinen Vorteil daraus ja, inzwischen kaufe ich auch vegane Zeitschriften und ja eine zeitlang habe ich mich damit beschäftigt welche **Stars** alle vegan sind um das Ganze zu posten um halt quasi Belege dafür zu haben dass das nicht so abnormal ist ja,

I: Mich würde noch interessieren du hast gesagt wie du jugendlich warst hast du schon einmal versucht vegan zu sein oder (vegetarisch oder) ((fragend)),

B9: ((unterbricht)) Also ich habe es versucht ganz kurz also ich war immer mal jahrelang Vegetarierin bis ich irgendwann wieder beim Käseleberkäsesemmerl gelandet bin, **immer** aus dem Tierrecht heraus, aus dem Verständnis dass es es nicht unser Recht ist Tiere zu essen, das habe ich immer so empfunden auch wenn ich es jahrelang gegessen habe ahm und immer wenn ich dann irgendwie in Wien war und irgendwie mit VGT irgendwo in Berührung gekommen bin bei einer **Demo** oder Infostand oder so ahm da habe ich das eigentlich das erste mal aufgeschnappt dieses Vegan-Sein, habe aber damals weder selbst kochen können noch einen eigenen Haushalt gehabt also das war einfach, ich habe mir damals gar nicht vorstellen können wie das funktionieren soll, weil meine Mutter hat schon die Hände über dem Kopf zusammengeschlagen wie sie gehört ich bin Vegetarierin ja also das ist damals ziemlich kläglich gescheitert ja,

I: Das heißt du hast einfach nicht die Möglichkeiten gehabt das umzusetzen [und und] ((nachfragend)),

B9: [Nein],

I: Hast du dir dann vorgenommen dass du das später mal machen willst wenn du zum Beispiel ((fragend)),

B9: ((unterbricht)) Ich habe das dann irgendwie wieder, vergessen eigentlich und mir war auch lang selbst nicht klar obwohl ich jetzt obwohl es mir jetzt umgekehrt nicht mehr verständlich ist war mir sehr lang nicht klar was so schlimm daran sein soll Milch zu trinken oder Käse zu essen war jetzt niemals Milchfan aber ahm ich habe lang geglaubt dass es total okay ist wenn ich wenn ich teure Bio-Eier kaufe ja, aber selbst jetzt wo es mir klar ist habe ich eben diese diese Rückfälle, ja, aber das einzige wo ich nie wieder zurückfallen werde ist Fleisch, weiß ich nicht was da passieren müsste, aber ich glaube ich dadurch hat mich der Veganismus also darauf hat mich der Veganismus gebracht weil ich jetzt eben diese höhere Stufe, bewegen will ist diese Fleischstufe für mich komplett weggefallen ja und wenn ich dann keine Ahnung beim [Lebensmittelkette] oder so für /Verabschiedung einer Patientin/ wenn ich dann für meinen Freund oder so einen Käse einkaufe dann fallt mir immer wieder auf, also ich ernähre meine Hunde mit Fleisch und wenn meine Hündin Durchfall hat und ich Fleisch einkaufen muss beim [Lebensmittelkette] dann verstecke ich das Fleisch im Einkaufswagen weil ich weil ich es selbst so furchtbar finde das zu kaufen ja, also das ist es hat mich schon sehr weit weit gebracht inzwischen das Ganze ja,

I: Hast du auch schon mal überlegt, deine Hunde vegan zu ernähren ((fragend)),

B9: Überlegt schon, nur muss ich dazu sagen die einzige die das im Moment publiziert in Österreich, halte ich für sehr strange, also die habe ich auch schon zweimal getroffen auf einer Messe,

I: Die Martina Hinterwallner ((nachfragend)),

B9: Ich glaube ja,

I: Die das „Vegan healthy dogs“ Buch oder,

B9: Ahm diese, es ist, sie kommt von der Yoga Schiene, groß, ziemlich jung, lange Haare, blond immer zusammengebunden,

I: Ah okay dann ist es eine andere,

B9: Ahm die habe ich als sehr strange empfunden und ich ( ) meine Hunde und einer meiner Hunde hat schon Krebs gehabt und ich habe vor meine Kinder vegan zu ernähren aber bei meinen Hunden finde ich es einerseits nicht fair ihnen die Entscheidung aufzuzwingen ahm und meine größte Angst ist wahrscheinlich dass ich dass ich ihnen damit schade und wenn man sich so diese ganzen Fertigfutter diese veganen durchliest, ich habe auch nicht, keine sondere Lust meinen Hunden irgendwelche Maisstärke weiß ich nicht was Flocken Geschichten zu ernähren, wenn dann wäre für mich die noch die Alternative selbst zu kochen und nachdem es mich schon nervt dass ich Ihnen Kartoffeln kochen muss und für mich selbst so viel kochen muss, ich würde es für mich niemals ausschließen und es wäre natürlich ein Traum aber im Moment spielt da sicher auch noch die Faulheit mit und das Unwissen und ja, aber ja es mangelt nicht am schlechten Gewissen weil ich habe jeden Tag Fleisch in der Hand und ich finde es jeden Tag furchtbar ‚in Wirklichkeit‘, ich tröste mich im Moment nur noch damit dass das ja die Abfälle sind von dem (das die Fleisch essen und so) Sachen, das heißt halt dass sich ganz Österreich dazu entschließen kann fleischlos zu essen würde ich einen Weg finden meine Hunde anders zu ernähren ja, ja,

I: Und in der Partnerschaft wie funktioniert das da ((fragend)),

B9: Ahm am Anfang die hat es extrem gut funktioniert weil also Auslöser für mein Vegetarier-Sein war ahm eine Reise nach [Ort] wo es diese [Sehenswürdigkeit] diese Essensmärkte gibt diese berühmten wo, die anscheinend **ganz** toll sind und wo man so tolles Essen kriegt, ich habe auf den Marktplatz fast hingekotzt ah weil ich die Tiere dort alle hängen gesehen habe und dann ja also seitdem bin ich bin ich Vegetarier dann geworden fix und für immer und dann hat sich kurz danach mein Freund eigentlich dann eh über diesen Rai Te über Facebook dieses ahm, wie heißt dieser Film der kreidet das eh überall hin Earthlings angeschaut eben ich habe mir von Earthlings nur die ersten fünf Minuten angeschaut weil ein Vorteil vom Vegan-sein hat für mich dass ich mir das nicht mehr anschauen muss weil ich es nicht ertrage aber er hat sich diesen Film angeschaut und ist seitdem Vegetarier, kauft aber immer mal wieder Käse mit Lab was mich wahnsinnig aufregt und in der ersten Verliebtheit hat er das noch viel

strenger mitgemacht und jetzt wo mehr mehr der Alltag da ist haben wir halt schon auch Diskussionen dass er halt auf Käse nie verzichten will und irgendwann ist er mal dahergekommen mit damit dass er Fisch vermisst, dass Fisch ja gesund ist und er eigentlich gerne Fisch essen würde aber ich weiß dass ich in einem Haushalt lebe wo wo abgesehen von meinen Hunden irgendwer Tiere konsumiert also das Thema ist eh vom Tisch aber es ist nicht immer einfach ja obwohl ich sagen muss dass ich sicher noch einen Partner habe der das der das eh sehr gut mitmacht und sehr gut toleriert also er, wir haben auch keine Milch daheim, er isst die ganzen veganen Sachen die ich koche ja, er geht auch immer in jedes neue vegane Lokal mit mir essen und er versteht grundsätzlich warum ich das mache,

I: Aber er könnte es sich selber nicht vorstellen ganz vegan ((nachfragend)),

B9: Nein, nein er liebt Käse über alles und ((nachdenkend)) nein glaube ich nicht, natürlich wäre ich mehr dahinter jeden Tag jetzt vegan zu kochen, ihn komplett zu versorgen würde ich ihm viel mehr Möglichkeiten nehmen Käse zu essen oder oder nicht vegan zu essen aber ja, er ist vollkommen damit einverstanden dass ich die meisten Sachen im Bioladen kaufe und er versucht nur mikrobielles Lab zu essen weil ich ihm immer wieder sage dass er kein Vegetarier ist wenn er normales Lab isst, was viele Vegetarier glaube ich nicht wissen, was auch ich ( ) nicht gewusst habe, ja,

I: Das heißt den Käse konsumiert er schon daheim, kauft er den selber ein oder ((fragend)),

B9: Ich kaufe ihn am Wochenende weil ob ihn er jetzt am Sonntag beim Bäcker um den doppelten Preis kauft ((leicht lachend)) oder ich beim [Lebensmittelkette] um einen normalen Preis und **ich** dann zumindest die Kontrolle habe dass er mikrobielles Lab isst und kein normales Lab also den kaufe schon **ich** ein, ich versuche möglichst wenig davon zu kaufen, er isst aber auch die ganze vegane Wurst mit mir, ahm seit es diese vegetarische Wurst gibt die es mir früher viel einfacher gemacht hätte vegetarisch zu sein, ahm seitdem habe ich auch einige Rückfälle gehabt weil jetzt kaufe ich für ihn diese vegetarische Wurst die ihm sehr viel Freude macht und kaufe nicht immer diese vegane Wurst für mich weil die vegane Wurst die mir schmeckt gibt es wieder nur im Biomarkt weil die Vegavita Wurst da schmeckt mir nur der Leberkäse, ja das sind halt dann so die die Rückfälle und es ärgert mich halt obwohl man sich freuen sollte drüber dass es die vegetarische Wurst gibt ärgert es mich halt dass sie es nicht gleich mit Erbseneiweiß machen, sondern mit Hühnereiweiß, ja aber zumindest bin ich sehr happy drüber dass es die inzwischen bei jedem [Lebensmittelkette] gibt und dass da einfach eine Bewegung in die richtige Richtung stattfindet, wobei interessant wäre wo das Hühnereiweiß her ist, wahrscheinlich ist das nicht mal aus Österreich fürchte ich, ja, aber ja ich kaufe für ihn Käse ein, den ich dann immer unter dem Gemüse verstecke ((lachend)), ich gehe meistens mit meiner Vegan-Tasche oder irgendwelche wo irgendwo vegan draufsteht einkaufen und die Leute müssen sich denken ich habe einen Schuss wenn ich dann im im Einkaufwagen den Käse habe, ja,

I: Und gehst du auch in spezielle vegane Supermärkte ((fragend)),

B9: Ahm also am Anfang habe ich Veganmaran gestürmt ahm dann beim Veganz waren wir auch ein paar Mal, und ich habe so meine Produkte gefunden die ich dort immer kaufe, nur kriege ich die Sachen halt auch beim [Bio Lebensmittelkette], sehr viele davon, das einzige wo ich wirklich zum Veganmaran muss, ist das MyEy, das kaufe ich immer dort und Gemüse muss ich sagen kaufe ich beim Veganmaran nicht das kaufe meistens beim [Bio Lebensmittelkette] beziehungsweise sehr oft noch beim [Lebensmittelkette] weil es da halt auch Biodinge gibt und das ist mir dann halt einfach irgendwann zu teuer ahm ja und Veganz waren wir am Anfang ein paar Mal das war mal ganz interessant für zwei drei Fertiggerichte und so Schokosachen und so, Kosmetik kaufe ich dort eigentlich gar nicht weil ich die meiste Kosmetik immer wenn wir in die USA in New York irgendwo in L.A. sind, deck ich mich da komplett ein beziehungsweise gehe ich da eher zum [Drogeriemarkt] oder was sehr gut ist ist ah die [Ort] Apotheke, weiß jetzt nicht wie die heißt und da gehe ich lieber in die normalen Kosmetikladen und eigenen, wobei man da sehr aufpassen muss weil nicht alles was Naturkosmetik ist, ist tierversuchsfrei und nicht alles ist vegan und die erklären einem immer dass alles tierversuchsfrei ist aber da schaue ich eigentlich immer auf die Peta-Liste beziehungsweise google es manchmal also von dem her fallt für mich Veganmaran eigentlich auch weg, wenn ich spezielle Sachen brauche, wenn ich irgendwelche Rezepte irgendwie binden muss und so dann schau ich schon dort hin ja aber ansonsten für den täglichen Einkauf ist er mir einfach zu weit weg, ja also

greif ich lieber auf [Bio Lebensmittelkette] zurück und die glaube ich die Hauptfirma die mich vegan ernährt ist ist, wie heißen die [Marke] ((fragend)) diese diese veganen Salamigeschichten die machen auch diesen wunderbaren Topfen, den veganen der zwar sehr teuer aber echt toll ist [Marke] heißen sie glaube ich, also das ist das ist meine vegane Hauptfirma glaube ich, von denen beziehe ich glaube ich am meisten ja, aber durch das Vegan-Sein bin ich eigentlich auch ein bisschen auf die Gesundheitsschiene zumindest gekommen, ja, zumindest ein positiver Nebeneffekt auch für mich selbst,

I: Und geht ihr auch in vegane Restaurants ((fragend)),

B9: Ahm am Anfang sind wir ins, wie heißt das gegenüber von der Uni ((fragend)),

I: Yamm ((fragend)),

B9: Ins Yamm gegangen, das finde ich ein bisschen **teuer** aber ich bin froh dass es das gibt ahm vom Dings war ich sehr enttäuscht eigentlich, wo sich der VGT immer trifft, vom Landia, ich meine es sind zwar alle total nett dort und alles aber da muss ich ganz ehrlich sagen, dass kann ich das kann ich irgendwie aus ziemlicher Überzeugung sagen da koche ich besser deftig und österreichisch und fleischig vegan als die, vom dem her sind wir dort dann nicht mehr hingegangen, beim Schillinger war ich, Schillinger habe ich toll gefunden auch vom Preis her toll gefunden und einfach halt schön dass du in ein Gasthaus gehen kannst in ein österreichisches und **ganz** normal essen kannst wie als Kind und es vegan ist ahm das ahm Swing Kitchen war ich auch schon, habe auch den Bericht vom Falter gelesen den ich ganz ganz furchtbar finde ahm hat mir geschmeckt eben mir wäre allerdings lieber gewesen der Schillinger hätte einfach eine Filiale aufgemacht aber ich glaube so geht es sehr vielen und was mich sehr gefreut hat waren die Chicken Nuggets weil die habe ich sonst nur in L.A. gegessen die waren wirklich **beinahe** so wie die in L.A., mir ist es nachher allerdings **ganz, ganz, ganz furchtbar schlecht** gegangen nach dem Swing Kitchen,

I: Körperlich ((fragend)),

B9: Ja, **ganz schlecht**, aber das mag, keine Ahnung vielleicht vertrage ich Weizen nicht sonderlich gut, ich meine das man kann auch nicht erwarten dass man Chicken Nuggets isst die vegan sind die dann sonderlich natürlich sind ja das kann man einfach nicht erwarten aber ansonsten, gehen wir halt in Lokale wo ich auch was veganes kriege im im [Restaurant] ist die Linsensuppe vegan ahm ansonst von die Lokale hier, **indisch** haben wir ein paar Mal bestellt ahm bei diesem diesem [Bio Lieferservice] glaube ich die haben auch die vegane Variante aber ansonsten koche ich dann meistens daheim beziehungsweise esse ich Avokado-Maki, sehr viel, sehr sehr viel, wobei es dann halt wieder ist Sojasoße ob die dann wirklich vegan ist keine Ahnung also **so** so extrem ausblicken tu ich es dann nicht wenn ich mir jetzt Avokado-Maki bestelle und meine Sojasoße vom [Bio Lebensmittelkette] ist aus dann esse ich auch die Sojasoße die mitgeliefert wird ja, weil es mir nicht darum geht dass mein Körper allergisch auf irgendetwas reagiert sondern mir geht es darum dass der Veganismus stärker verbreitet wird, ja,

I: Versuchst du das auch irgendwie selber so zu verbreiten, aufzuklären, andere zu überzeugen oder so in die Richtung ((fragend)),

B9: Ahm vor allem damit dass ich da sehr viele Zeitschriften auflege /B9 deutet auf ein Regal/ ahm dass ich wann **immer** wenn mich jemand und wenn sich nur jemand ein Zuckerl hier nimmt sage ich eben dass die Zuckerl vegan sind ahm ich versuche die Leute immer aufzuklären dass vegan nicht irgendwas Komisches, Weltfremdes ist, im eigenen Freundeskreis eigentlich am allerwenigsten weil es dadurch sehr zu Streitereien kommen würde weil ich es, ich verstehe dass Leute die Tiere nicht mögen dass denen das egal ist aber wo es bei mir aufhört ist wenn ich Freundinnen habe die behaupten <Schweine sind meine Lieblingstiere> und es dann komisch finden wenn ich vegan bin, da muss ich mich **sehr** zusammenreißen dass (ich sie dann nicht) dafür verurteile dass sie weiter Schnitzel essen ja, also im Freundeskreis verbreite ich es relativ wenig weil weil ich da massiv streiten würde aber ich habe schon eine Freundin dazu gebracht Vegetarierin zu werden, eine zweite Freundin dazu gebracht vegan zu werden weil das waren alles Leute die sowieso schon offen demgegenüber waren und sobald

mich jemand angeht wegen wegen vegan sein wehre ich mich natürlich vehement ja, ich poste auch relativ viele Sachen auf Facebook aber nachdem ich nur mit irgendwie Tierschutzsachen befreundet bin ist das eh, ja eher hinfällig ‚weil das eh lauter Leute sind die vegan sind' ahm ja ansonsten, ja ich habe überall irgendwelche Sticker und Pints oben und habe es auf meiner Handtasche oben und ja, es kommt immer so in Wellen, manchmal bin ich mehr in diese in diese Richtung ‚und manchmal halt weniger' ja, aber grundsätzlich bin ich wahrscheinlich schon eher eine von die die gerne die anderen verurteilt, ja,

I: Und hast du schon Auseinandersetzungen, Konflikte gehabt wegen deiner Lebensweise ((fragend))

B9: ((Nachdenkend)) Mmmh, realtiv mäßig weil die Leute wissen dass man sich mit mir nicht anlegen sollte ((leicht lachend)) wenn ich von was überzeugt bin aber: was ich oft mache ist wenn ich daheim bin in meinem Dorf dass ich mit **Bauern** darüber rede, ich habe jetzt einen Bauern dazu gebracht dass sie selbst zugegeben haben dass es für sie ganz furchtbar zu ertragen ist wie die Kühe schreien wenn sie ihnen das Kalb wegnehmen, und: in meinem 1000 Einwohner-Bauern-Dorf kriege ich von meinem Wirt ein veganes Hauptgericht serviert, der hat das für mich kreiert, der macht mir immer so ein ahm so ganz tolles: angebratenes Sellerie und Gemüsevariationen und hat das jetzt sogar in die Speisekarte aufgenommen, ja aber da diskutiere ich relativ viel also ich versuche schon sehr oft das Gespräch auf vegan zu kriegen, mit allen möglichen Leuten auch da mit Patienten, damit es einfach **normaler** wird dass es vegane Menschen gibt und nicht nur irgendwelche ahm Jugendlichen oder irgendwelche grad am Anfang vom Studium die gerade ihre radikale Phase ausleben und dann quasi normal werden sondern dass vegan einfach was normales sein sollte, ja,

I: Und tauscht du dich mit anderen Veganern oder VeganerInnen aus ((fragend)), hast du da irgendwie Kontakte geknüpft oder so ((fragend))

B9: Mmh nachdem ich eben nicht mehr in dieser Studentenszene bin kenne ich selber eher also eine Freundin habe ich die vegan ist die vorher Vegetarierin war ahm, eher über Internet wenn dann beziehungsweise wenn ich hin und wieder auf irgendwelche Demos gehe also das mache ich schon also jetzt nicht Vegan-Demos sondern halt irgendwelche ahm Rumänien Hunde Tötungs Demos oder so dann schon aber ich habe eigentlich sehr wenig wenig Freunde in die Richtung weil es sich einfach irgendwie nicht ergibt oder ich nicht in diesen Szenen unterwegs bin, **AH** zu (Lokalforums ins Rupps) bin ich immer sehr gern gegangen bevor ich drauf gekommen bin dass ich das vegane Gulasch auch selber machen kann und die Palatschinken aber das Rupps habe ich sehr gern gehabt da haben wir uns sehr oft auch was zum Essen geholt, ja, ja, aber nein vegane Freunde nicht sehr viel und Familie sowieso nicht, ja aber die kriegen auch nur veganes Essen also wenn die bei mir zu Weihnachten sind gibt es ein veganes Essen, das ist also-,

I: ((unterbricht)) Kochen sie für dich oder ((fragend)),

B9: Nein ich mache es, meine Mama wäre damit, nicht dass sie es nicht wollen würde aber ich glaube die wäre damit überfordert ( ) sie hat schon dieses Suppenpulver ohne Hefe weil ich halt auch ohne Hefe essen will und sie macht mir dann halt immer (eingebrennte) Linsen, das ist das einzige vegane ((leicht lachend)) für sie aber: so extra kochen, aber das würde, wird vermehrt dadurch dass es in Geschäften mehr mehr Sachen gibt, weil wenn sie dann was kaufen kann wo sie dann sicher weiß das ist vegan dann kauft sie das schon für mich ja, ja, aber ich glaube die Leute stellen sich das auch noch viel zu kompliziert vor, zum Kochen ja,

I: Und was glaubst du was die Leute daran hindert vegan zu werden ((fragend)),

B9: Ich glaube dass die Leute vegan nicht besonders mögen weil sie daran erinnert werden ahm: dass sie Fleisch essen, das betrifft glaube ich vor allem Leute die Tiere mögen, weil wenn ich mir meinen Tierschutzverein anschaue wo ich beide Hunde herhabe wo Leute wirklich ihr ganzes **Leben** dem Tierschutz widmen und die ganzen **Wochenenden** widmen, Streit mit dem Partner riskieren, ihre **Autos** ah **ruinieren** lassen von die dreckigen Hunde die sie vom Lager heimführen also die wirklich ihr **Leben** damit verbringen Tiere zu schützen die machen dann ein Sommerfest und ein Weihnachtsfeier wo sie, ja Ripperl grillen: und Würschtel verkaufen: und ah alle möglichen anderen

Tiere töten und das sind dann glaube ich die Leute die einfach sich einfach nicht damit beschäftigen wollen weil sobald sie sich damit beschäftigen würden hätten sie Angst dass sie auf was verzichten müssen und ihr Leben umstellen müssen und das tut halt niemand so gerne, ja, also wie ich noch Fleisch gegessen habe habe ich eine vegane Freundin damals noch vegetarische Freundin gehabt die auch meine Arbeitskollegin war, neben der bin ich gesessen und habe irgendwie über Tierschutz geredet und habe mich aufgeregt wie schlimm es den Tieren geht und habe daneben eine Käseleberkäsesemmel gegessen also das muss für sie auch furchtbar gewesen sein, ich habe sie im Nachhinein eh oft gefragt warum sie mich nicht einfach gefragt habe ob ich ob ich wo angerennt bin ja, aber:, ahm, ja sie hat war halt anscheinend viel toleranter als ich, aber:, wenn Leute mit vegan ein Problem haben die die Tiere nicht mögen weiß ich nicht weil weil man immer vom Fremden Angst hat, wahrscheinlich, weil Veganer oft den Zeigefinger erheben und andere verurteilen, nehme ich mal an, ja und weil es einfach fremd und komisch ist, ja,

I: Und glaubst du dass auch Vorurteile eine Rolle spielen dabei ((fragend)),

B9: Ja ganz sicher weil die wenigsten lassen sich auf eine wirklich intensive Diskussion ein weil das: letzte Argument ist dann halt du kriegst es halt es ist halt normal, ich habe vor kurzem erst wieder gelesen es ist normal dass ein Mensch an der an der obersten Stufe der Nahrungskette steht und es ist halt normal Fleisch zu essen und es war immer so und es wird immer so sein, und: wenn man da: nachbohrt und und diskutiert dann geben die Leute meistens einfach auf, was sie wahrscheinlich dann dazu bringt dass sie Veganer als noch extremer sehen weil sie es einfach verdrängen und sich nicht mit der Wahrheit beschäftigen wollen, meine Mama klassisches Beispiel liebt Tiere über alles, hat schon weiß Gott wie viele Pflegehunde von mir aufgenommen ahm, hilft Tieren immer und isst weiterhin Schnitzel und erzählt mir aber daneben dass sie irgendwo einen Bericht gesehen hat wie arm die Schweinderl sind und wie arm die Küken sind also **klassisch** eigentlich ja, ich glaube das ist halt auch ein sehr großer Schritt dass man was ändern will und das fallt einem wahrscheinlich noch leichter wenn man noch jung ist, ja, aber es dürfte sich auch einiges geändert haben und Wien ist da absoluter Vorreiter, ich war in London und war enttäuscht, Wien ist wirklich und das hätte ich von Österreich **nie** geglaubt, Wien ist da echt Vorreiter, ich weiß nicht genau woher es kommt, VGT nehme ich mal an, und sehr viel junge Leute nehme ich mal an aber Wien ist echt Vorreiterrolle bei dem ja,

I: Und wie ist es in Amerika, du hast vorher erwähnt, dass du ihn L.A. warst und so ((fragend)),

B9: Ahm: L.A. ist halt von dem her toll weil es halt voll auf der Gesundheits- und Schönheitsschiene läuft was ja mir egal ist, mir egal warum die Leute kein Fleisch essen also da krieg ich durchaus, hat man durchaus die Chance in einem ganz normalen Frühstückslokal ahm ein Tofu-Ei zu kriegen, also Tofu-Rührei ahm dort habe ich diese da hat es so ein Fast-Food Lokal gegeben das **nur** rein vegan war, das heißt du hast dort **alles** essen können und das habe ich natürlich geliebt ja, Chicken Nuggets, Chicken Burger und so echt gute Sachen aber auch gesunde Sachen, und in L.A. ist es halt einfach, ahm, wichtig für die Schönheit und auch Trend nehme ich mal an, ja und in New York hast ja diese Whole-Foods-Kette, diesen Supermarkt wo du, wo du ganz ganz normal die veganen Zimtschnecken dort ganz normal kaufen kannst also in in New York hätte ich überhaupt kein Problem mit vegan sein da kriegst du **alles**, aber das wird bei uns ja auch mehr Gott sei Dank, also New York, L.A. ist echt toll, nur die Mitte kann man vergessen, also ich war dann auch in Miami, da bin ich wutentbrannt aus einem Lokal gestürmt weil ich wie ich auf die Toilette gegangen bin ah bei einem Hummer Becken vorbeigegangen bin ((schnaufend)) und dort (hat man eben) nur Fleisch und nur weiß ich nicht da habe ich nicht mal wirklich was vegetarisches gefunden, ja aber Wien ist da echt, echt fortschrittlich finde ich ja, und man kriegt beim [Lebensmittelkette] schon so viele Sachen ( ) jetzt gibt es halt Butter nicht mehr soweit ich weiß, ist aber wichtig dass man sich beschwert, ich beschwere mich immer beim [Lebensmittelkette] wenn es irgendwas nicht mehr gibt oder wenn irgendwas nicht lagernd ist ((räuspern)), aber es ist eigentlich schon recht einfach für mich sich vegan zu ernähren, wenn man kochen kann, ja also ich frage mich immer wie Leute tun die nicht kochen können,

I: Essen gehen ((lachend)), bestellen ((fragend)),

B9: Ja ((lachend)), ist halt ist halt auf Dauer teuer beziehungsweise schwierig, ja, kommt wahrscheinlich auch darauf an wie wichtig einem Essen ist, mir ist Essen wahnsinnig wichtig,

I: Würdest du sagen dass sich dein Leben seitdem verändert hat ((fragend)),

B9: Ja, ich bin, ich stehe v-, also ich bin viel mehr bei mir, weil ich viel mehr das lebe was ich empfinde, ahm ich bin viel mehr stolz auf mich, ich, ich muss kein schlechtes Gewissen mehr haben ‚oder viel weniger schlechtes Gewissen haben', ich kann Tieren wieder in die Augen schauen also jetzt nicht Hunden sondern ja wenn ich irgendwo Schweinen oder so begegne, ich kann mir jetzt Bilder von Tiertransporten anschauen und mir denken, es ist schlimm aber ich beteilige mich zumindest nicht mehr daran, also für mich ist es extrem erleichternd dass ich Fleisch nicht mehr vermisse, ganz extrem erleichternd ‚das habe ich mir immer gewünscht' ahm, und: ich bin immer sehr froh wenn ich mich rein vegan ernähre ja und ich habe auch immer ein schlechtes Gewissen wenn ich es nicht mache, weil es für mich einfach ja, also eine sehr hohe Wertigkeit hat, ja, also für mich hat es sich sicher positiv verändert, allein schon durch die Leute die man kennenlernt und s- und auch dass man irgendwie auf die Gesundheitsschiene mehr kommt und, das Körperbewusstsein verändert sich finde ich, und es verändert sich meiner Meinung nach, also zumindest bei mir hat es sich verändert, ich bin:, ich bin weniger aggressiv glaube ich, aber nicht weil ich jetzt kein Fleisch mehr esse und dadurch also nicht aus aus aus irgendwie (nur meine eigenen Geschichten) sondern ich habe mehr so dieses: Leben und leben lassen und möglichst niemanden verletzten, das hat sich mehr über mein ganzes Leben jetzt gezogen, weil ich jetzt niemanden mehr verletzte oder eben weniger verletze zumindest, ja, ich kenne aber wenig- also ich glaube wenn es mehr Veganer auf der Welt gäbe, gäbe es um einiges mehr Frieden auf der Welt, ja, ja,

I: Also hat es sich sehr positiv ausgewirkt auf dein Leben ((nachfragend)),

B9: Ja, sicher, sehr positiv, also ich bereue es überhaupt nicht, ja,

I: Was genau bedeutet Veganismus für dich, kannst du das irgendwie so zusammenfassen oder so wie wenn du das jemandem erklären würdest ((fragend)),

B9: Mmh, möglichst so zu leben dass man, niemand anderen verletzt und möglichst viel positiv verbreitet und möglichst die Welt mit wenig Schaden verlasst, ja und einfach bewusst lebt und bewusst einkauft, ja und ich glaube nicht dass vegan das Ziel ist sondern vegan ist der Weg, zumindest für mich weil, weil ich es anders gar nicht leben kann, ich kann jetzt nicht alle meine Lederschuhe wegschmeißen und ah viele Veganer würden mich definitiv nicht vegan nennen, wenn ich, mir einmal im Jahr Lederschuhe kaufe ja, das sind halt noch so Ausrutscher die ich habe und ich glaube je mehr vegan sein Trend wird desto weniger habe ich das Problem weil vegan muss für mich schon auch lebbar sein was solche Dinge betrifft und ich habe halt gerne schönes Gewand, ich habe gerne schöne Schuhe, ich habe gerne schöne Kosmetik aber da bin ich eh komplett umgestiegen aber: ja, muss halt auch lebbar sein, aber das wird es immer mehr Gott sei Dank,

I: Das heißt dir ist es auch wichtig, dass es ein breites Angebot gibt und dass du auf nichts verzichten musst ((nachfragend)),

B9: Ja also ich finde es ganz toll, wenn es eben diese ganzen günstig-vegan ah Geschichten gibt, nur ich mag auch eine Creme haben die schön ist die mehr nach [Marke] ausschaut als nach [Marke] und dafür bin ich auch bereit zu zahlen und das gibt es Gott sei Dank inzwischen auch /Telefon läutet, kurzes Gespräch, entschuldigt sich/,

I: Kein Problem, dann kann ich wenigstens kurz die Fragen durchschauen ((lachend)), okay, wo waren wir ((fragend)),

B9: Ja okay, ahm: dabei dass vegan: inzwischen auch sehr schöne Sachen hat und nicht nur diese, also nicht dass ich was gegen Leute habe die auf dieser Ökoschiene fahren nur ich fahre nicht auf der Ökoschiene ((leicht lachend)), ich finde es, ahm, ich habe es halt trotzdem immer lieber elegant und und eher tussihaft und stehe halt trotzdem auf Kleider und schöne Schuhe und, also mein größter Verzicht ist glaube ich dass ich auf mein Flüssig-Make-up verzichte, ((leicht lachend)) das ist für mich glaube ich, abgesehen von Eiern der schlimmste Verzicht, ja,

I: Hast du da noch keinen veganen Ersatz finden können ((fragend)),

B9: Viele aber keines ist so gut, aber ich gebe nicht so schnell auf, also ich habe, nach einigen Fehlkäufen, jetzt bin ich gerade bei, ahm, na, nicht [Marke] sondern dieses andere, aber, ja, ich werde sicher wieder eines finden das halbwegs gut ist aber, ja,

I: Und findest du dass es im Alltag mit viel Aufwand verbunden ist oder überhaut die Umstellung vielleicht eher oder im Alltag ((fragend)),

B9: Kommt darauf an wie intelligent man ist, glaube ich, ahm:, ich habe halt schon auf einem relativ hohem Wissensniveau angefangen umzustellen weil ich in der Schule Ernährungswissenschaften gehabt habe, weil mir diese Begriffe alle schon einmal was gesagt haben, weil ich mich auch wenn ich nicht Vegetarier war irgendwo immer damit beschäftigt habe, irgendwas darüber gelesen habe, mir das immer irgendwie aufgefallen ist, es gibt Leute die sind überfordert damit wenn sie Diabetes haben und jetzt keinen Zucker mehr essen sollen weil sie einfach die ganzen Begriffe nicht verstehen die in Lebensmitteln drin sind, das ist nicht mein Problem und ich, nachdem ich sehr gerne esse finde ich mir dann auch relativ schnell die Quellen wo ich es her kriege und vor 15 Jahren wäre das für mich noch Wahnsinn gewesen und inzwischen gehe ich zum [Bio Lebensmittelkette] und kriege so gut wie alles, ich kann daheim einen Eieraufstrich machen der schmeckt wie Ei dank diesen indischem Salz und die Kochbücher die alle herausgekommen sind also, die nehme ich mir eher so als Leitfaden und drehe mir dann eher selber was zusammen aber, für mich persönlich war es nicht schwierig weil es mir Spaß gemacht hat, aber ich glaube dass jemand, der sich damit vorher gar nicht beschäftigt hat dass das für den schon, eher wie es wie es für mich mit 15 wo ich dann eine Woche Vollkornnudeln gegessen habe, ja aber es wird sicher leichter dadurch dass es mehr Angebote gibt, ja,

I: Und hast du die Umstellung dann von einen Tag auf den anderen vorgenommen oder eher so langsam und schrittweise ((fragend)),

B9: Ich habe es zuerst von einem Tag auf den anderen gemacht was natürlich jetzt diese: Ausrutscher nach sich zieht ahm: und im Moment betreibe ich es halt eher so mit ja, also ich habe nicht so viel von mir verlangt weil ich in manchen Bereichen **sehr** perfekt und hundertprozentig das durchziehe, dass ich es mir dann, quasi selbst, auch wenn das dumm ist, aber dass ich es mir dann quasi selbst verzeihe wenn ich dann einmal irgendwo Eiernockerl esse, oder, ja also bei den Sachen wo es wo es irgendwie geht, mein Make-up kaufe ich mir nicht, dafür leiste ich es mir es dass ich halt einmal eben wirklich irgendwo eine Eierspeise oder Eiernockerl esse, ah am Anfang habe ich es sehr strikt gemacht weil (4) weil ich das glaube ich immer so betreibe dass ich (bei solchen) Sachen da bin ich **sehr** überzeugt am Anfang dann muss ich das komplett durchziehen weil das sonst nicht funktioniert, ja,

I: Und gibt es für dich irgendwelche Grenzen für den Veganismus, also du hast ja dann manchmal eh so kleine Ausrutscher ((fragend)),

B9: Die Grenze ist für mich, also ich finde es schlimm wenn Veganer gegen Veganer gehen und miteinander streiten wie furchtbar es ist wenn man veganen Fleischersatz isst, weil solange damit die Umwelt nicht geschädigt wird und kein Tier dadurch verletzt wird kann es jedem Veganer wurscht sein ob der andere Veganer sich seinen veganen Leberkäse kauft oder nicht, und das finde ich, also das hat sich glaube ich ein bisschen gewandelt, aber Veganer, sind halt dann (teilweise) schon so sehr sehr **streng** und sehr in ihrer Welt und das schadet glaube ich dem Veganismus und und schadet auch schadet auch dem Ruf vom vom vegan sein, ja, ich denke mir man kommt halt weiter damit wenn man, also wenn ich Leute zum Essen einlade oder so koche ich immer vegan und die Leute sind dann immer im positiven überrascht und ja das sind für mich halt halt Grenzen wenn man, also so wie der im Falter jetzt geschrieben dass es in Wirklichkeit beim beim Swing Kitchen gar keine eigentlich veganen Produkte gibt weil das einzig eigentlich vegane ist der Salat, das stimmt ja absolut nicht, vegan heißt ja nicht nur dass es dass es ahm gesund und Salat sein muss, aber wenn man es vielleicht nicht essen mag ist eine veganes Sojawürschtel trotzdem ein veganes Produkt, ja und das habe ich nie verstanden da wird man von Fleischessern **und** von Veganern angestiegen wenn man das macht und das kann ich nicht nachvollziehen, ja, also da wäre für mich auf jeden Fall eine Grenze, und ich finde vorsichtig muss man sein auch wenn ich es-, den Vergleich selbst oft selbst nutze, der Martin Balluch hat darüber einmal was geschrieben, ahm, ich sage für mich selber immer ich kann keinen Urlaub am Bauernhof mehr machen, ich kann, zu keine Schweine, zu keine Kühe mehr außer, ahm, in

irgendwelche Gnadenhöfe weil das finde ich ist als würde ich sie im KZ besuchen und wieder gehen ohne sie zu retten, ich finde aber trotzdem man sollte in der Öffentlichkeit, in Zeitungsartikeln vorsichtig damit sein das KZ und die Gaskammern und das ganze-, diese ganze Geschichte mit Holocaust mit die Tierrechte zu vergleichen auch wenn ich dem Vergleich zustimme weil man sich damit extrem viel Angriffsfläche macht, und weil man sich dann glaube ich Feinde hervorruft die man sonst gar nicht hätte, ja, weil es halt einfach ein extrem empfindliches Thema ist, aber das wäre, wäre für mich in der Öffentlichkeit eine Grenze, einfach aus aus aus Klugheit heraus mir jetzt nicht mehr Feinde zu schaffen und sich nicht in: in ein: faschistisches Eck stellen zu lassen, ja, ansonsten gibt es da für mich nicht sehr viele Grenzen,

I: Und wie stehst du so zu Veganern die versuchen zu provozieren oder wie der VGT ((fragend)),

B9: Ich finde es toll, ja, ja, also ich würde wenn ich eine Tochter hätte die ich mit 13 mit von der Polizei abholen muss weil sie irgendwo irgendwas angestellt hat in Bezug auf Tierrecht auf die wäre ich **wahnsinnig** stolz, ja, also hätte ich, hätte ich kein Problem damit und und war ich selber früher teilweise, ahm: selbst zu Zeiten wo ich Fleisch gegessen habe wäre wahrscheinlich ich eher die gewesen die dabei gewesen wäre in irgendeinen so einen Henderl Stall einzubrechen oder irgendwas auszustellen oder irgendwas illegales zu machen, wobei der VGT das ja offiziell eh nicht macht aber ahm, ja finde ich sehr gut ohne die hätten wir es nicht so weit gebracht, und es muss immer die Radikalen geben damit nachher das Ganze gemäßigter stattfinden kann, ja, ja, wobei ich es gar nicht als radikal bezeichnen würde sondern als optimistisch, hm nur muss man da immer vorsichtig sein gerade in Österreich ist jetzt wieder eine Gruppe mit mit Tierrechtlern eine neue Gruppe, ah diese ( ), die: da sind halt teilweise auch Leute dabei die zwar Tiere befreien wollen aber dann eher politisch in eine Richtung gehen die ich bedenklich finde, also da muss man immer ein bisschen aufpassen da bin ich beim VGT immer noch am besten aufgehoben, ja die haben auch am meisten erreicht glaube ich,

I: Bist du beim VGT Mitglied ((fragend)),

B9: Ich bin jetzt offiziell da Mitglied aber es geht eher darum dass ich (diesen Dings) ausgefüllt habe aber ich ich ( ) und ah wenn ich irgendwann die Zeit finde dann zahle ich ihnen auch die 30 Euro Mitgliedsbeitrag (also daran) wird es nicht scheitern und ich würde vollkommen dahinter stehen ja, ja, also ich war auch schon ein paar mal bei diesem Erstlings-Treffen da dabei habe dann aber irgendwie in meinem ganzen Alltag das dann wieder: irgendwie schleifen lassen, ich habe mir eigentlich immer vorgenommen mal bei so einem Stand dabei zu sein oder irgendwas zu machen ja, aber grundsätzlich stehe ich sehr hinter dem VGT, ja, und ich würde auch hinter einer radikaleren Gruppe stehen die irgendwelche Dinge beschädigt, irgendwo einbricht, irgendwo Tiere stiehlt, irgendwas extremeres macht solange es nicht auf eine **polemische**, **dumme** ( ) Art und Weise passiert und das passiert halt oft dann über so eine Art und Weise, ja,

I: Okay und ist für dich Veganismus wirklich ahm was dein ganzes Leben, beeinflusst, was du langfristig, du hast auch gesagt du möchtest deine Kinder irgendwann vegan ernähren ((fragend)),

B9: Ja, ja, ja weitestgehend ja, ja, hm, zumindest definitiv ohne Kuhmilch, weil ich- man kann noch eher davon überzeugen dass es gesundheitliche Vorteile hat Fleisch oder Fisch zu essen aber Milch ist einfach das perverseste Lebensmittel für mich das es das es gibt in Wirklichkeit ja, abgesehen vielleicht noch von Gelatine Gummibären ja, ahm also Milch auf jeden Fall meine Kinder werden sicher nie Milch sehen, sicher nie, ja, schwierig auch natürlich mit so Sachen wie Milchpulver und so also ich mag jetzt nicht dass mein Kind im Kindergarten nicht die Schokolade essen darf die die anderen essen oder so Sachen ja, aber wie gesagt da habe ich halt eher den Standpunkt der Körper reagiert ja nicht allergisch darauf es geht ja um den Geist dass man die richtige Einstellung dazu hat, ich- mein Kind wird jetzt nicht sterben wenn es ein [Süßigkeit] isst ja, und ich mag dann auch nicht dass dass es dann ein schlechtes Gewissen entwickelt das habe ja eh **ich** schon, aber ich finde es geht auch darum um die Einstellung dass man den richtigen Weg geht und und die richtigen Ziele vor Augen hat ob man da dann einmal wenn man ein- extreme Lust hat ob dann einmal eine Rippe Schokolade isst wo Milchpulver drin ist finde ich jetzt nicht so verwerflich muss ich ehrlich sagen, ja, weil wenn ich die vegane Alternative habe dann nehme ich eh immer die vegane Alternative ja, ja, und für mich ist Weihnachten noch so der der Knackpunkt ich kaufe zu Weihnachten immer [Süßigkeit],

und wünsche mir immer dass sie vegan sind auch wenn ich weiß dass sie das nicht sind, ja, aber das ist halt was was ich vielleicht auch irgendwann ablegen werde, ja, ja,

I: Mmh du hast gesagt bei dir war das so der Auslöser wie du in [Ort] warst und wie du auf dem Markt warst, also war das wirklich da dann wo die ( ) ((nachfragend)),

B9: ((unterbricht)) Ja, (da bin ich) Vegetarierin geworden da habe ich da bin ich, wir waren in einem fünf Sterne Hotel wir haben ein **tolles** Büffet gehabt, mir hat dann von jedem Essen gegraust ich habe dann gar nichts mehr essen können es war einfach, **widerlich** was ich dort gesehen habe, es war so was von, von von verachtend wie die wie die mit- das (ist jetzt wieder menschenverachtend und so aber) wie die ganzen Asiaten hauptsächlich die Chinesen mit Tieren umgehen ist für mich ganz furchtbar das bringt mich obwohl ich mich dafür schäme, dazu, gewisse Völker, zumindest kurzzeitig echt zu **hassen** ja, wenn ich sowas sehe kriege ich einen massiven Zorn und mir ist ich habe es echt **so** furchtbar gefunden obwohl es eigentlich nicht so viel Unterschied macht bei uns kriegt man halt die Kühe im Supermarkt ohne Kopf und ohne Beine und dort hängt halt das ganze Viech dort aber es war einfach, einfach furchtbar für mich also für mich würde das sicher zutreffen was der was der, Paul McCartney immer sagt wenn <Wenn Schlachthäuser aus Glas wären wären wir alle Veganer> ahm, hätte ich früher schon einmal ein Schlachthaus gesehen wäre ich schon viel länger, Vegetarier zumindest gewesen ja, ja, und es ist auch total pervers jetzt für mich wenn ich auf Facebook lese dass irgendwo, ein Pferd vom Schlachter gerettet werden soll dann teile ich das und denke mir mah bitte hoffentlich kauft die irgendwer und am nächsten Tage spaziere ich, ahm in den Zoohandel und kaufe Pferdefleisch für meinen krebskranken Hund ja, also in Wirklichkeit bekämpfe ich mich selbst, aber das sind halt alles noch, so Sachen ich glaube vegan, ist ist halt wirklich, wenn man es so strikt nimmt nur über lange Zeit komplett durchführbar und umsetzbar und es wird immer wieder Kompromisse geben die man eingehen muss, ja, vor allem wenn man von, von der von Tierethik her kommt, ja,

I: Glaubst du wärst du trotzdem vegan geworden wenn du jetzt nicht auf dem Markt gewesen wärst ((fragend)),

B9: Ja, ja, spätestens jetzt wäre ich es weil einfach in Wien im Moment es absolut Trend ist und und sich auch gut vermengt mit diesen ganzen mit diese ganzen Szenen (im Siebten) und diese ganzen, A-alternativen Geschäften diesen Antiquitätengeschäften diese, ja es es es fügt sich irgendwie alles ineinander, dieses, ich gehe gerne auf den Flohmarkt und kaufe gerne alte Sachen und irgendwie habe ich das Gefühl, dass das alles irgendwie so eine Szene ist also ich gehe auch in Geschäfte rein und finde da auf einmal einen einen Vegan-Führer zum Kaufen ja, obwohl das eigentlich ein Geschäft für für irgendwelche Second-Hand Mode ist also irgendwie fügt sich das bei mir ganz gut zusammen, also ich wäre es sicher auch so geworden ja, mhm,

I: Okay, ich schau mal kurz durch, hast du vielleicht ein Vorbild ((fragend)),

B9: Alicia Silverstone wenn ich schon eine nennen muss, weil die halt so für mich früher finde ich so die (clueless) war und die Tussi war und (halt auch) die **absolute** Tierliebe empfindet und ich habe auch ihr Buch zu Hause und bin in L.A. jeden Tag auf diesen Farmers Market gegangen in der Hoffnung sie zu treffen, ah:, ja weil die einfach für mich das ( ) ist, sie ist hübsch sie war für mich immer, eine schöne Frau und sie lebt das auf eine ganz eigene Art und Weise, ja, und ich mag das diese diese Verbindung mit Stars und vegan immer ganz gerne weil Stars ja von allen so bewundert werden und und und das teilweise Leute sind von denen man es gar nicht glaubt wie der Alec Baldwin ist doch Veganer, und den präsentiere ich immer ganz gerne so den typischen Fleischessern weil man es von dem einfach nicht glaubt ja, Joaquin Phoenix der hat Earthlings gedreht glaube ich oder zumindest Regie geführt, ja, also sind jetzt keine Vorbilder wo ich mir zehn Poster daheim aufhänge aber sind durchaus Menschen die ich bewundere, ja,

I: Und Attila Hildmann ((fragend)),

B9: Ich bin sehr froh dass es ihn gibt, sehr froh sogar, ich finde es furchtbar wenn sie ihn wegen seinem Auto ansteigen weil das geht keinen was an ob er einen Porsche fährt oder nicht, sollen nicht immer alle so so heikel und Dings sein man kann genauso auf schnelle Autos stehen und und gerne irgendwie

( ) und vegan sein ich finde das- die sollten ihn da in Ruhe lassen und sollen seine Bücher nicht kaufen wenn sie es nicht wollen, und es darf ihm auch nicht sein Erfolg vorgeworfen werden weil, hätte es ihn nicht gegeben gäbe es viel weniger Veganer, aber:, ich selbst habe zwei Bücher von ihm daheim, ich k- habe noch nie was von ihm nachgekocht ich habe mir die Bücher immer durchgelesen mehr so aus Motivationszwecken und weil ich halt gerne vegane Bücher kaufe aber mir sind sie zu: weit hergeholt mir ist das zu kompliziert, muss ich ehrlich sagen, ja ich tu mir da selber irgendwie was lieber zusammen also ich mag lieber diese diese vegane Hausmannskost oder diese, Bücher von der Melanie, Kröpfl ((fragend)), glaube ich,

I: „Wir kochen vegan“ ((nachfragend)),

B9: Genau, damit kann ich mehr anfangen also ich ich habe auch ein paar mal schon in in Buchhandlungen Menschen die in dieser Vegan-Ecke waren ich habe dann ich suche halt wenn ihnen diese Händler irgendwas erzählt haben mit <Ja und der Attila Hildmann> und so, ich finde es nicht sehr klug jemanden der mit vegan beginnen will, aus Tierrechtsgründen finde ich oder aus einfach, weil man einfach mal versuchen finde ich es nicht sehr klug wenn man ihm Attila Hildmann in die Hand drückt weil die Leute nicht wissen was sind Chiasamen was ist das und dort ein Häufchen davon und da ein Smoothie und Dings, ich glaube da tut man sich mehr Gefallen damit wenn man ihnen ein paar Grundrezepte in die Hand gibt, so kannst normal einen Kuchen machen so kannst normal eine Soße machen, so Sachen eher ja, aber ich habe nichts gegen ihn, gar nicht, ich würde ihn auch jederzeit verteidigen was solche Geschichten und sein Auto betrifft ja, ja, ja,

I: Okay, mmh hast du Freunde, Bekannte oder so verloren weil du vegan geworden bist ((fragend)),

B9: Mmmh, nein, würde ich ihnen ganz genau sagen was ich denke würde ich sie eventuell vielleicht verlieren ((leicht lachend)) zumindest vielleicht na ((fragend)), aber nein,

I: Und gehst du auf so vegane Events, so wie den Vegan Ball der vor kurzem war ((fragend)),

B9: Vegan Ball war ich nicht aber, ich gehe ich auf jede, sonstige also ich war auf dem veganen Weihnachtsmarkt, ich war, ahm, auf der Vegan Planet, ahm, ich war im was ist Sommer immer beim Museumsquartier die Messe ((fragend)), ah,

I: Das Sommerfest ((nachfragend)),

B9: Ich glaube ja, also das ist da bin ich immer immer dabei,

I: Fühlst du dich manchmal ausgegrenzt als Veganerin ((fragend)),

B9: Nein, eigentlich nicht, nein, **NEIN** ich bin da eher irgendwie so, stolz darauf weil ich es als etwas Besonderes empfinde, und ich bin halt für viele Leute so quasi die die ( ) <Ah ich kenne auch eine die vegan ist> ich glaube das bin ich für viele Menschen weil ich halt in einem Umfeld bin wo ich wo ich eine der wenigen oder die Einzige bin, ja, hm,

I: Und umgekehrt, grenzt du dich von Leuten ab die nicht vegan sind ((fragend)),

B9: Nein aber:, ich habe ein Riesenproblem damit wenn ich Gäste einlade und, oder jemand bei uns die hat eh schon ( ) und würde sich zum Beispiel, wir würden Essen bestellen und die würde sich Fleisch bestellen ‚da hätte ich ein Riesenproblem‘, ja, und dann muss ich dann abwägen inwieweit ich was sage oder inwieweit ich mir nur was denke aber das finde ich einfach extrem unhöflich, weil bei Nichtrauchern in der Wohnung zünde ich mir auch keine Zigarette an, ja,

I: Und wenn du dich zum Beispiel mit jemandem zum Essen triffst und die bestellen Fleisch stört dich das dann ((fragend)),

B9: Stören tut es mich aber ich sage es nicht weil es nicht mein Recht ist dass es mich stört und weil ich mir dann immer denke sei nicht so **scheinheilig** ah vor drei Jahren, hast du dir jeden zweiten Tag eine Käseleberkäsesemmel reingepfiffen aber es war erst vor kurzem eine Physiotherapeutin da und hat

zwei Käseleberkäsesemmeln gegessen und: der F und ich sind reingekommen und uns hat beiden so gegraust und Käseleberkäsesemmel, ich habe normalerweise liebt man entweder Dinge oder man **hasst** sie oder oder also ich schmecke auch noch so es schmeckt mir auch nicht bei Käseleberkäsesemmel das war **immer** mein Rückschritt immer und früher habe ich es **geliebt** wie nur was also ich habe nie gesundes Fleisch geliebt ich habe immer nur das fette geliebt und Schweinsbraten und so und Käseleberkäsesemmel ich weiß noch genau wie sehr ich es geliebt habe wie sehr es mir geschmeckt hat ich weiß noch genau wie es sich im Mund angefühlt hat, aber ich rieche es und es stinkt, das ist irgendwie so der der in einem Ding ein kompletter Gegensatz, ja aber, wenn ich es mir aussuchen könnte wäre es mir natürlich lieber die Leute würden vor mir kein Fleisch essen aber nicht weil ich einen Gusto darauf kriege sondern, ja ich sage der Mama sage ich solche Sachen oft wenn sie dann wieder, ah wieder erzählt ja sie haben keine Ahnung sie hat heute dem Papa Schnitzel irgendwo gekauft oder irgendwas (und ich denke mir dann so) naja ((schnaufend)) wieder ein Schweinderl weniger, also bei der Mama mache ich sowas noch am ehesten, ja, bei Freunden mache ich es glaube ich teilweise deshalb nicht weil es dann wieder heißt die Veganer erheben immer den Zeigefinger, ja, aber ich kann nicht abstreiten dass ich es furchtbar finde wenn wenn jemand der Tiere gerne hat, sie isst, in Wirklichkeit finde ich es furchtbar, ja, also wenn ich mir ein Königreich B9 gründen könnte würde ich Fleisch verbieten ((lachend)), wahrscheinlich, ja, mich stört auch der Geruch also mich stört es inzwischen auch wenn in einem in einem Lokal sitze und neben mir bestellt jemand was, was halt stärker riecht dann stört es mich, ja,

I: Fallen dir sonst noch irgendwelche Situationen aus dem Alltag ein, irgendwas woran du dich erinnerst jetzt, bestimmte Erfahrungen oder so ((fragend)),

B9: Eigentlich naja ich versuche halt immer, sehr oft das Thema auf vegan zu lenken auch wenn ich mit den Hunden spazieren gehe oder wenn ich irgendjemanden treffe und, was ich halt bemerkt habe ist dass die Leute inzwischen mit vegan mehr anfangen können und dass inzwischen manche interessiert sind und nicht immer nur negativ, früher als Vegetarierin am Land habe ich schon gehört <Wenn Gott wollte dass wir alle, Vegetarier sind hätte er uns Schnäbel gemacht zum Körner essen> also das habe ich schon lange nicht mehr gehört, also es ist irgendwie ein bisschen, der Vegetarismus ist glaube ich in der Mitte der Gesellschaft angekommen durch den Veganismus, und, und ich glaube der Veganismus ist, ahm, inzwischen (auch etwas mittiger anzuordnen) zumindest, schauen einen die Leute nicht mehr **komplett** schockiert an wenn man sagt man ist vegan, manche sagen auch, wo sie früher gesagt haben <Oh Gott du Arme> sagen sie manchmal jetzt eher sogar <Ah eh cool> ja, finde ich toll, weil früher war es im- immer entweder nur <Oh Gott du Arme was kannst du noch essen> also das höre ich in letzter Zeit weniger, ja, und (das verurteilen) und das ist auch weniger geworden finde ich, ja,

I: Also haben sich die Reaktionen verändert ((fragend)),

B9: Ich finde schon ja, ja, mh, mag auch damit zu tun haben dass ich früher am Land gelebt habe und jetzt in Wien lebe aber ich war eigentlich immer von Leuten umgeben die:, traditionell gegessen haben, nur halt die Reaktionen haben sich verändert ja,

I: Und wie siehst du die Zukunft für Veganismus ((fragend)),

B9: Gut ((lachend)) sehr gut, ahm, ich bin mir sicher dass das nicht nur ein Trend ist, sondern dass sich der Trend irgendwo festigt ahm, und ich glaube dass das auch dadurch geschafft worden ist dass die Leute mehr Bewusstsein für ihren Körper und für ihre Gesundheit kriegen, weil, ich bin mir sicher dass das nicht nur aus den Tierrechten heraus kommt, sondern dass die Leute dann halt auch merken dass:, ah wie viele Giftstoffe gewisse Kosmetika, das wäre mir f- mir **immer** wurscht gewesen ja das wäre mir **immer** egal gewesen aber: jetzt wo ich es mir so über die Tierrechte bewusst gemacht habe bin ich schon sehr wohl froh dass ich Produkte verwende die:, meine Haut weniger schädigen, wo ich weniger Giftstoffe aufnehme und ich glaube dass die:, ah Firmen auch zunehmend ein Problem damit kriegen weil sich Konsumenten nicht mehr so verarschen lassen, weil die einfach viel mehr mitkriegen was Sache ist ( ), ich habe es durch das **vegan** sein mitgekriegt, wie Firmen Geld sparen weil, es ist ja früher hat es beim [Unternehmen] vegane Sachen gegeben und dann haben sie halt **Butterreinfett** geändert und warum haben sie es geändert ((fragend)) nicht weil sie Veganer ärgern wollen sondern

weil das Butterfett **billiger** ist ja, und das sind halt so so kleine Feinheiten die man dann mitkriegt ahm, die man wenn man nicht vegan wäre nicht mitkriegen würde und ich glaube dass das immer mehr Menschen mitkriegen, das kriegen immer mehr Menschen mit wo überall Zucker rein geschmissen wird und da sind sicher in nächster Zeit die Firmen gefragt beziehungsweise haben kleine Firmen wieder mehr Chancen groß zu werden, oder Erfolg zu haben, ja, also ich glaube schon dass die Menschen bewusster einkaufen es, ich glaube nicht dass es jemals so werden wird dass man gar kein Fleisch mehr isst zumindest nicht in den nächsten 100 200 Jahre, aber, meine Hoffnung wäre dass Fleisch essen immer mehr verpönt wird und dass Fleisch essen als primitiver angesehen wird und Fleisch das Essen der Armen sein wird und nicht so wie es sehr lange nach dem Krieg war das das Essen der reichen Leute, ja, also ich glaube dass es sich auf jeden Fall in eine positive Richtung bewegt ‚für das', und das das in das in einem Fleischland wie Österreich also das finde ich schon, irgendwie eigentlich bewundernswert wäre interessant warum das wirklich entstanden ist, ja,

I: Hast du eine Vermutung ((nachfragend)),

B9: Naja meine Vermutung ist es dass es sich weiter bewegt hat durch, weil die Leute immer gesundheitsbewusster werden, das war sicher eine große Säule, ich glaube dass der VGT in Österreich viel bewegt hat, aber dass es halt sehr viel über die Gesundheitsschiene gelaufen ist aber auch über die Trendschiene und, mh, man mit vegan auch mehr anfangen kann seit es was dafür zum Kaufen gibt weil die Leute kaufen gerne wir sind eine Konsumgesellschaft sobald man was **kaufen** kann wird es als normal angesehen, glaube schon dass das auch mit der Grund ist, ja, und vegan wird jetzt auch, immer mehr als als positiv angesehen weil sobald mich die Leute (hier) fragen ob sie ein Zuckerl haben dürfen und ich dazu sage <Die sind auch **vegan**> <Ah na dann> heißt noch lange nicht dass das gesund ist aber die sehen dass dann gleich so und sagen <Ah das ist toll das kann dann ja nicht so ungesund sein> ja also, glaube dass sich dieser Begriff einfach ins Positive gewandelt hat ein bisschen, ja, mh, was es in Österreich noch nicht gibt ist diese, was es in L.A. sehr viel gibt und in New York das man einfach beides auf einem auf einem kriegt, ich glaube es gibt wenige Lokale in Wien wo du vegan und Fleisch kriegst, und dort ist das eher so weil es halt auch glaube ich eher wegen dieser Beauty-Schiene herrührt und diese Gesundheitsschiene dass das halt einfach ganz normal ist dass ich da sitze und mein Tofu-Ei esse und der da sitzt und seine Eier mit Speck isst, aber dadurch ist es auch mehr in der Gesellschaft, dort verurteilt dich keiner dafür, dort hat es eher mit Disziplin zu tun, dass man vegan ist, ja,

I: Und sind das dann eher die Frauen dort die das machen ((fragend)),

B9: Ich glaube dass es gerade in L.A. auch die Männer sind also jeder der halt irgendwie Schönheits Beauty bewusst ist, in Österreich sind es sicher eher die Frauen, obwohl sich da glaube ich mit den der Jugendlichkeit ein bisschen was ändert also ich glaube dass da mehr Burschen jetzt vegan sind, aber von der Tendenz her ich glaube eine Frau kann man eher davon überzeugen als einen Mann, oder zumindest mit anderen Argumenten überzeugen ‚als einen Mann, ja' ja, aber ich lerne jetzt auch immer mehr Männer kennen die vegan sind, ja, (‚das finde ich immer beruhigend') ja,

I: Gut, dann würde ich noch gerne wissen wie wichtig dein soziales Umfeld für die Entscheidung war oder auch für die Umsetzung, dass du vegan bist ((fragend)),

B9: ((unterbricht)) Für die Entscheidung war es gar nicht wichtig, beziehungsweise vielleicht insofern wichtig dass ich immer eher die Tendenz gehabt habe, etwas anders zu machen als alle anderen das heißt vielleicht, wäre ich in einer komplett veganen Familie aufgewachsen in so einer Hippie Familie vielleicht würde ich dann oder nein glaube ich nicht dass ich dann anders denken würde, ahm also ich habe meine Entscheidung getroffen ohne irgend- irgendjemanden zu fragen ob das jetzt gut ist oder schlecht ist und, ah wäre mir da irgendwer entgegengetreten ist der der hat einen Streit mit mir gehabt, ‚zum Glück ist mir niemand entgegengetreten' und mein Freund hat mich eigentlich sehr unterstützt dabei, ja, ja,

I: Gut, also von meiner Seite wären wir dann am Ende angelangt außer es gibt noch etwas was du erzählen willst ((fragend)),

B9: Ich glaube ich habe eh sehr viel erzählt ((lachend)), also ich kann stundenlang über das Thema reden aber, ich glaube so die die Hardfacts haben wir, eh geschafft, ahm, wie wertest du das aus ‚ist das nicht irre schwierig' ((fragend)), also machst du eine Studie oder ((fragend)),

I: Ahm, das, es gibt verschiedene Methoden, also es ist ein qualitatives Interview, warte also ich schalte zuerst mal ab, weil (wenn du nichts mehr-), okay dann danke für das Gespräch,

B9: Ja, ((lachend)) ,

Abstract (Deutsch)

Die vorliegende Masterarbeit analysiert den Entscheidungsprozess für eine vegane Lebensführung anhand von problemzentrierten Interviews mit VeganerInnen in Österreich die seit maximal zwei Jahren vegan leben („neue VeganerInnen“). Ziel besteht darin, einen Einblick in die alltägliche Lebensführung der neuen VeganerInnen zu erhalten. Ergänzt wird dies durch ein Experteninterview mit dem Obmann der Veganen Gesellschaft Österreich. Theoretisch wird sowohl die Mikro-, als auch die Meso- und Makroebene in den Blick genommen indem anhand von dem Konzept *doing*, Vergemeinschaftungsprozessen, Ideologien, Konsumforschung, Ernährungssoziologie und dem Konzept der alltäglichen Lebensführung die Bedeutung des Veganismus auf verschiedenen Ebenen der Gesellschaft veranschaulicht werden soll. Es wird gezeigt, dass Veganismus zahlreiche soziologische Kernthemen umfasst und deswegen grundlegender soziologischer Forschung bedarf.

Abstract (English)

This master´s thesis analyzes the decision-making process for a vegan lifestyle based on problem-centered interviews with vegans in Austria who have been living vegan for less than two years (“new vegans”). The aim is to gain an insight into the everday life of the new vegans. This is supplemented by an expert interview with the chairman of the Vegan Society of Austria. The micro-, meso- and macro-levels are considered from a theoretical standpoint based on the concept of *doing*, communitarisation processes, ideologies, consumer research, the sociology of nutrition and the concept of everyday life. This illustrates the importance of veganism on several levels of society. It is shown that veganism is linked to many of the core issues of sociology and therefore requires fundamental sociological research.

Lebenslauf

Ausbildung

2005-2009 Bundesoberstufenrealgymnasium Scheibbs
06/2009 Reifeprüfung mit gutem Erfolg

2009-2013 Bachelorstudium Soziologie, Universität Wien
Bachelorarbeit: „Die embryopathische Indikation und Entscheidungskonflikte im Zusammenhang mit pränataler Diagnostik – Eine wissenschaftliche Analyse anhand von ethischen, rechtlichen und sozialen Aspekten“, Veröffentlichung bei Grin Verlag

2013-2015 Masterstudium Soziologie, Universität Wien
seit September 2013 in Ausbildung zur Ernährungstrainerin bei der Vitalakademie

Berufserfahrung

2011 Interviewerin bei IFES Meinungsforschungsinstitut
2015 Interviewtätigkeit bei IPR Sozialforschung

Fremdsprachenkenntnisse

Englisch in Wort und Schrift (Sprachkompetenznachweis Level B2)
Spanisch in Wort und Schrift (Grundkenntnisse)

Persönliches

Geburtsdatum: 22.10.1991
Staatsbürgerschaft: Österreich
Kontakt: sarahwohlfarter@hotmail.com

Eidesstattliche Erklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Masterarbeit selbstständig gemäß den Richtlinien der guten wissenschaftlichen Praxis angefertigt habe.

Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form keiner anderen Prüfungsbehörde weder im In- noch Ausland vorgelegt.

Wien, den 07. Oktober 2015

Sarah Wohlfarter