



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

Askese in der Konsumgesellschaft?

Eine Untersuchung von Online-Foren im Hinblick auf
Hintergründe und Entwicklung moderner Abstinenz

verfasst von / submitted by

Timo Göller

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Master of Arts (MA)

Wien, 2016 / Vienna 2016

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

066 905

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Soziologie

Betreut von / Supervisor:

Doz. Dr. Eva Cyba

Inhalt

1	Einleitung	5
2	Hintergründe und Abgrenzungen	6
2.1	Konsum und Verzicht	6
2.2	Formen des Verzichts	9
2.2.1	Unfreiwilliger Verzicht.....	9
2.2.2	Asketischer Verzicht.....	10
2.2.3	Pragmatischer Verzicht.....	12
2.2.4	Zusammenfassung	13
3	Theorien	14
3.1	Max Weber und die protestantische Ethik	14
3.2	Norbert Elias und der Prozess der Zivilisation	17
3.3	Michel Foucault und die Gouvernementalität.....	21
3.4	Pierre Bourdieu und soziale Distinktion	23
3.5	Ulrich Beck und die Individualisierung.....	26
3.6	Zusammenfassung und Implikationen	30
4	Entwicklung in den letzten Jahren: Daten zur Abstinenz	32
4.1	Daten zum Verzicht auf tierische Produkte	32
4.2	Daten zum Verzicht auf Alkohol	34
4.3	Daten zum Verzicht auf Nikotin	36
4.4	Fazit	37
5	Forschungsfragen	38
6	Methode.....	40
7	Auswertung	48
7.1	Abstinenz gegenüber tierischen Produkten.....	49
7.1.1	Motive und Hintergründe	49

7.1.2	Veränderungen im Zeitverlauf.....	57
7.2	Abstinenz gegenüber Alkohol	60
7.2.1	Motive und Hintergründe	60
7.2.2	Veränderungen im Zeitverlauf.....	68
7.3	Abstinenz gegenüber Nikotin	73
7.3.1	Motive und Hintergründe	74
7.3.2	Veränderungen im Zeitverlauf.....	81
8	Gemeinsamkeiten im Überblick.....	84
8.1	Resümee der Annahmen und andere Auffälligkeiten	85
8.2	Parallelen in der zeitlichen Entwicklung	88
9	Ausblick	90
	Literatur	92
	Anhang	97
	Zusammenfassung	97
	Abstract.....	99

1 Einleitung

Die Aufforderung zum Konsum begegnet uns überall. Sie blickt auf der Straße von Plakatwänden auf uns herab, wird in unser Wohnzimmer gesendet, schleicht sich in die Tageszeitung und wartet mit bunten Neonschildern an jedem Häuserblock auf unsere Huldigung der vielversprechenden Warenwelt. Verschiedenste Genussmittel sind scheinbar unbegrenzt und ohne großen Aufwand verfügbar, jederzeit könnten wir der Versuchung nachgehen, jederzeit könnten wir uns dem kurzzeitigen Vergnügen hingeben. Doch wir tun es nicht.

Tapfer wehren wir uns gegen die vielen Verlockungen. Teure Bio-, Veggie- und Fair-Trade-Produkte werden den etablierten und günstigeren Alternativen vorgezogen, Anti-Raucher-Kampagnen und Rauchverbote erhalten immer größeren Zuspruch und das tägliche Feierabendbier oder seit jeher traditionell angelegte Trinkgelage sind nur noch schwer zu rechtfertigen. Stattdessen prägen Attribute wie zuckerfrei, alkoholfrei, nikotinfrei, fettfrei oder frei von tierischen Bestandteilen das Beuteschema des modernen Menschen: Du bist, was du nicht isst!

Doch warum machen wir es uns so schwer und wenden tagtäglich große Anstrengungen auf, unseren Konsum zu zügeln? Wieso geben wir uns nicht haltlos all jenen stets verfügbaren Produkten hin, welche für andere Generationen noch zum puren Luxus zählten und für viele Menschen auch noch immer zählen? Wollen wir uns von Kapitalismus und Verschwendung abwenden, steckt also eine Ideologie dahinter? Haben wir ein schlechtes Gewissen, wenn wir von hungerleidenden Menschen oder eingepferchten Tieren erfahren? Oder ist es doch bloßes Eigeninteresse und der Wunsch nach Gesundheit und Schönheit?

Diese Arbeit soll den Fragen nachgehen, welche Hintergründe für die Abstinenz gegenüber tierischen Produkten (dazu zählen sowohl Produkte aus Tieren als auch Produkte von Tieren), Alkohol und Nikotin verantwortlich sind, wie sich diese in einem vergleichsweise knappen Zeitraum verändern und wo Gemeinsamkeiten zwischen diesen drei Arten der Abstinenz liegen. Dazu werden Beiträge der Jahre 2003 bis 2015 aus Internetforen qualitativ ausgewertet. Im Vorfeld werden verschiedene Formen des Verzichts genauer

herausgearbeitet und für das Vorhaben abgegrenzt, relevante Theorien dargelegt und statistische Daten über den Konsum in diesem Zeitraum zusammengetragen. Aus den Theorien und den Daten sollen Annahmen und Erklärungen für Auffälligkeiten im Auswertungsmaterial abgeleitet werden.

2 Hintergründe und Abgrenzungen

Das Phänomen des Verzichtens kann in unserer Gesellschaft sehr wechselhaft und vielschichtig auftreten. Einerseits ändert sich die Häufigkeit des Konsums bestimmter Lebensmittel im Laufe der Zeit, andererseits auch die Motive für und gegen den Konsum der jeweiligen Produkte. Beides wird in dieser Arbeit noch genauer behandelt, weshalb im Folgenden ein Überblick über die Hintergründe gegeben und eine genauere Abgrenzung gezogen werden soll.

2.1 Konsum und Verzicht

Die Frage nach dem richtigen und guten Leben wurde bereits allzu oft gestellt. Schon die alten Griechen haben sich den Kopf zerbrochen, ob man seine Gelüste so gut wie möglich zügeln oder diesen gerade nachgehen sollte. Die Debatten über eine angemessene Lebensführung waren dabei vor allem philosophischer Natur. Unter dem Begriff der Lebenskunst verstand man in der Antike den geistigen Wandel hin zu wünschenswerten Eigenschaften und einer angemessenen Lebenshaltung (vgl. Horn 1999). Die Theorie des Hedonismus (abgeleitet von dem altgriechischen Wort *hēdonē*, übersetzt „Lust“) ist dabei besonders bekannt. Nach dieser Maxime soll man bei einem guten Leben vor allem Unlust und Schmerzen weitestgehend vermeiden bzw. das Leben wählen, welches die meisten sinnlichen Genüsse und Wohlgefühle verspreche (vgl. Fenner 2013:31). Der Hedonist bzw. die Hedonistin gibt also möglichst vielen Gelüsten nach, etwa durch ungezügelter

Konsum oder der Befriedigung sexueller Triebe. Das exakte Gegenstück ist die Askese, welche im Kapitel 2.2.2 noch genauer behandelt werden soll.

Mit dem Siegeszug der Wissenschaft in der Neuzeit änderten sich schließlich die Verhältnisse. Die Philosophie musste den empirischen Ergebnissen der Forschung weichen und die richtige Lebensführung war nicht länger nur eine Einstellungssache. Durch unzählige Untersuchungen sollte nun die für uns gesündeste Lebensweise ermittelt und so eine absolute Wahrheit gefunden werden. Doch philosophische Überlegungen zur richtigen Lebensführung erlebten bald einen erneuten Aufschwung. In der jüngsten Vergangenheit, vor allem ab den 80er Jahren, zeichnete sich ein erneuter Wandel ab und die Philosophie kehrte in die Debatte um gesellschaftliche Konsumpraktiken zurück (vgl. Hoesch et al. 2013:1f.). So wird beispielsweise in heutiger Zeit nicht nur darüber diskutiert, ob ein bestimmtes Produkt unserem Körper eher schadet oder nutzt, sondern etwa auch, ob dieses nachhaltig hergestellt oder ethisch verwerflich ist.

Die verschiedenen Denk- und Rechtfertigungsarten lassen sich besonders gut anhand des Alkohols aufzeigen. Dieser begleitet unsere Geschichte seit langer Zeit, obwohl gleichsam der Umgang mit diesem nicht selten kontrovers diskutiert wurde (vgl. Spode 2010:364ff.). So tranken Römer und Griechen beim *Convivium* bzw. *Symposion* oftmals bis zum Erbrechen, wobei diese Sitten von vielen MitbürgerInnen als Missbrauch und Verletzung ethischer Grundregeln (*temperantia, mesotes*) gesehen wurden. Dagegen war das archaische Gelage bei den Germanen eine heilige Ehrenpflicht, die den Geist für wichtige Entscheidungen öffnen sollte, beispielsweise über Krieg und Frieden. Tatsächlich sahen Schriftsteller und Gelehrte schon in der Antike eine Verbindung von unmäßigem Trunk und persönlichen Verfehlungen sowie körperlichen Leiden - was seinerzeit allerdings nie in die Mitte der Gesellschaft vordrang. Auch im Mittelalter wurde der übermäßige Alkoholkonsum vor allem von geistlichen Autoritäten verdammt, da der Exzess sowohl Seele und Ehre, als auch Leib und Gut schade. Gerade der Bierkonsum galt als barbarisch und sollte zumindest durch Wein ersetzt werden, schließlich war dies vom Sakrament des Abendmahls so vorgeschrieben. Dennoch scheiterten weitestgehend alle Bemühungen, den Konsum zu zügeln: Je höher der soziale Status, desto höher war die

Trinkmenge an Bier. Freilich lag dies auch am stark keimbelasteten Wasser, dessen alltäglicher Verzehr schlichtweg noch ungesünder war - der Verbrauch von oftmals mehr als fünf Litern Bier pro Person und Tag lässt sich damit jedoch nur schwer begründen.

Um 1800 findet sich schließlich eine bedeutende Zäsur: Das Trinken wurde zu einer Krankheit, der temporäre Rausch zu einem langwierigen Leiden erklärt (vgl. Spode 1993:115ff.). Es war der Beginn des ärztlichen Diskurses und des modernen Alkoholwissens. Durch Therapien versuchte man erstmals, aus Angst vor den Folgeschäden, Personen vom Trinken abzuhalten. Sowohl die Alkoholsucht als auch die Folgen wurden damit zu einer Krankheit und Bedrohungen für das persönliche und gemeinschaftliche Wohl. Mit dem Wissen um die schädliche Wirkung des Alkohols wurden immer wieder Gegenbewegungen gestartet, welche aber nie dauerhafte Erfolge feiern konnten. Besonders nach dem Aufkommen des Branntweins in Deutschland versuchten diverse Gelehrte den Konsum mit Warnungen einzudämmen, was ein paar Jahrzehnte später in der größten Massenbewegung des 19. Jahrhunderts gegen die „Branntweinpest“ mündete. Nachdem sich diese Bewegung nach der Märzrevolution in nichts aufgelöst hatte, boomten eine Generation später alkoholgegnerische Vereine, welche allerdings mit dem Ersten Weltkrieg einen bedeutenden Mitgliederrückgang verzeichneten. In der Zwischenkriegszeit und durch die darauf folgenden repressiven Methoden der Nazi Herrschaft war der Alkoholkonsum sehr gering, nach 1945 hingegen zählte sich nahezu niemand mehr zur Anhängerschaft der Antialkoholbewegung. In heutiger Zeit schließlich wird eine Prohibition kaum mehr ernsthaft diskutiert, hingegen versucht man aufklärerisch gegenzusteuern - es gilt das Ideal der Mäßigung.

Letztendlich zeigt sich, dass der Konsum seit jeher schwankt. Selbst wissenschaftliche Warnungen vor der „Mär vom gesunden Gläschen“ (vgl. Berres 2015) sowie Aufklärungskampagnen können keinen großflächigen und dauerhaften Erfolg verzeichnen:

„Das Auf und Ab des Alkoholkonsums und seiner organisierten Bekämpfung haben zur Vermutung geführt, das Alkoholbedürfnis des Menschen sei letztlich etwas Statisches, und das Auf und Ab würde quasi um diesen Durchschnitt zyklisch schwanken.“ (Spode 1993, S. 269).

Das Beispiel sollte daher auch verdeutlichen, dass nicht nur der Rechtfertigungsrahmen für Konsum und Verzicht einem gewissen Wandel unterworfen ist, sondern davon unabhängig ebenso der tatsächliche Verbrauch in den unterschiedlichen Zeitperioden. Schließlich lassen sich verschiedenste Gründe finden, wieso Personen trotz des vorhandenen Angebotes auf Konsumgüter verzichten. Diese sollen nachfolgend genauer kategorisiert werden.

2.2 Formen des Verzichts

Verzicht ist nicht gleich Verzicht. Wenn wir etwa darüber nachdenken, warum wir bestimmte Produkte meiden, dann geschieht dies meist aus den unterschiedlichsten Gründen heraus. Im Folgenden sollen die Arten des Verzichts genauer abgegrenzt und die im Anschluss relevanten Formen spezifischer betrachtet werden.

2.2.1 Unfreiwilliger Verzicht

Wenn Menschen auf Alkohol, Nikotin oder tierische Produkte verzichten, so kann dies zunächst freiwillig oder unfreiwillig geschehen. Da der unfreiwillige Verzicht nicht vornehmlich aus dem Willen der Person resultiert, sondern aufgrund von Ursachen gegeben ist, die diese nicht unmittelbar beeinflussen kann, soll er genauer definiert und dann für die Untersuchung ausgeklammert werden.

Faktoren, welche dazu führen, dass Personen unfreiwillig verzichten, können intrinsisch und extrinsisch sein. *Intrinsische Faktoren* kommen unmittelbar von der Person selbst und reichen von Abneigung und Ekel bis zur Unverträglichkeit und Allergien. Es ist davon auszugehen, dass alle Faktoren in den letzten Jahren zugenommen haben. Allgemein stieg die Häufigkeit von Allergien in den westlichen Industrieländern stark an, wenngleich sich die Ursachen dafür nicht immer eindeutig feststellen lassen (vgl. Hermann-Kunz 2000). Mit der zunehmenden Fülle an Angeboten steigt aber auch die Häufigkeit

von Nahrungsmittelunverträglichkeit (vgl. Klotter 2010), oftmals aufgrund psychosomatischer Ursachen, denn in unserer Lebenswelt entwickelt sich ein zunehmendes Paradoxon: Obwohl noch nie eine solche Lebensmittelsicherheit vorhanden war, fühlen wir uns permanent vergiftet. Dies wird durch die Werbung sogar noch verstärkt, welche sich fast immer auf die „natürliche Herstellung“ bezieht. Durch die Verleugnung der industriellen Lebensmittelproduktion wirkt diese dann erst recht ungesund und schädlich.

Extrinsische Faktoren sind der Person zum jeweiligen Zeitpunkt von außen auferlegt und finden sich in Form von Gesetzen, sozialen Zwängen oder der Nichtverfügbarkeit des jeweiligen Produkts wieder. Während Letzteres wohl immer seltener der Fall ist, kann man bei den sozialen und rechtlichen Regularien in vielen Bereichen ebenfalls von einer Zunahme ausgehen. Besonders an den Gesetzen zum Nichtraucherschutz wird dies ersichtlich. Während der Nikotinkonsum von staatlicher Seite immer stärker kontrolliert und reglementiert wird, steigt damit auch die Ablehnung gegenüber verrauchten öffentlichen Plätzen in der Bevölkerung (vgl. Mons et al. 2008:201f.). Auch für Alkohol und tierische Produkte gilt Ähnliches, was aber im Kapitel 4 noch ausführlich behandelt wird.

Grundsätzlich kann festgehalten werden, dass eine Person immer dann unfreiwillig verzichtet, wenn sie nicht anders kann oder die unmittelbaren negativen bzw. negativ wahrgenommenen Folgen den Nutzen zumindest deutlich übersteigen würden. Da im Folgenden aber vor allem der freiwillige Verzicht thematisiert wird, soll das Augenmerk nun auf dessen zwei Ausformungen gelegt werden.

2.2.2 Asketischer Verzicht

Wie bereits in Kapitel 2.1 erwähnt gibt es ein Gegenstück zum Hedonismus, der Unlust vermeiden und Wohlgefühle maximieren möchte. Dabei handelt es sich um die Askese (abgeleitet vom griechischen Verb *askein*, was *üben* bedeutet), die in verschiedensten Formen bei Völkern auf der ganzen Welt existiert. Ursprünglich waren asketische Praktiken meist an Rituale der Reinigung und Vorbereitungen für sakrale Handlungen gebunden. Sie sollten den Körper festigen sowie die jeweilige Person befähigen, mit der Geisterwelt in Austausch zu treten bzw. selbst die Grenzen des eigenen Körpers zu überwin-

den (vgl. Sorgo 2001, S. 76). Zentral bei asketischen Praktiken ist also immer die Verbindung zwischen Körper und Geist bzw. Körper und Seele. Im alten Griechenland war es methodisches Körpertraining für Athleten, das vor allem die Psyche formen sollte; im Christentum wurde die Bedeutung auf Märtyrer und all jene übertragen, die streng christlich lebten und sich dadurch ewiges Leben erhofften, wodurch der Körper sogar der Seele untergeordnet wurde.

Der klassische Asket bzw. Asketin muss sich also „vom Körper lösen und doch mit ihm, in ihm leben“, gefangen im „Paradox der Sterblichkeit der Unsterblichkeit“ (Michaels 2004, S. 13). Oftmals zeigt sich dies in einer gewissen Körperfeindlichkeit, die natürliche Welt wird als unrein oder sündig gesehen. Wenn das Fleisch aber schwach ist, muss der Geist stark sein, um die Zeichen des körperlichen Verlangens wie Lust, Hunger und Schmerz zu überwinden. Das Ziel ist die reine Geistigkeit oder die Nähe zu Gott, die Kultur prägt jedoch den Weg dorthin. Folglich haben sich unterschiedlichste Formen der Askese entwickelt, denn für alle Religionen ist sie unentbehrlich.

So war und ist auch im Christentum die Mühe körperlich, der Zweck aber liegt im Jenseits. Extreme Praktiken wie das Aufhalten in Mückenschwärmen oder Essen von grünem Gras sind aus dem 4. Jahrhundert überliefert, gemäßigte und allgemein erfüllbare Maßnahmen wurden schließlich im Übergang von der Sekte zur Staatsreligion eingeführt (vgl. Sorgo 2001, S. 80f.). Die christliche Vernunft und Tugend ergab sich aus der Befolgung der zehn Gebote, das Handeln musste dabei nichts mit irdischer Vernunft gemein haben, Glaube und Vertrauen wurden vor Wissen gestellt. Aus diesem Grund wuchs die christliche Religion ab dem 4. Jahrhundert rasant, da vor allem niedere Schichten von der Heilversprechung angezogen wurden - Menschen also, deren Leben ohnehin hauptsächlich durch das schlichte Überleben bestimmt war. Der unausweichlichen Mühsal konnte dadurch ein tieferer Sinn zugeordnet werden: Je mehr man opferte, desto größer war die Zuwendung Gottes.

Das Gottesbild des Christentums und damit die zu erbringenden Opfer haben sich jedoch mehrmals geändert (vgl. Münch 2004, S. 164ff.). Der Gott des Alten Testaments wird als mächtig und jähzornig beschrieben. Der Weg zur Erlösung besteht darin, das Verhalten an den Geboten Gottes auszurichten und die Welt nach Gottes Regeln zu formen. Mit dem Auftreten von Jesus Christus ändert sich dieses Bild: Statt Zorn und Bestrafung wird

nun Vergebung gelehrt, statt die Welt zu verändern, muss die eigene Sündhaftigkeit erkannt und durch Demut der Weg zur Erlösung beschritten werden. Folglich wurde weniger in die Welt eingegriffen, sondern die Welt als grundsätzlich sündhaft angesehen und auf das Paradies gewartet. Dies kehrte sich durch die Reformation allerdings wieder um (vgl. Kapitel 3.1).

Doch wie sieht es in heutiger Zeit aus? Bei der Vielzahl von Personen, die auf den Konsum bestimmter Genussmittel verzichten, könnte man meinen, fast jeder praktiziere tatsächlich Formen der Askese. Allerdings muss man anhand der Gründe differenzieren. Askese bezeichnet eine Philosophie, der ein höherer Sinn zugrunde liegt und asketische Praktiken entspringen ausschließlich einer religiösen oder philosophischen bzw. moralischen Motivation. Diese mag zwar in bestimmten Bereichen durchaus gegeben sein (etwa beim Verzicht im Sinne der Nachhaltigkeit), oftmals sind die Gründe jedoch banaler (man denke an Diäten vor der Badesaison).

Des Weiteren ist der Verzicht in unserer Gesellschaft kaum mehr ein grundsätzlicher Verzicht ohne Substitution - dies würde dem kapitalistischen System ohnehin widersprechen - stattdessen wurde aus dem Wunsch nach Verzicht ein Markt:

„In steigendem Maße kann beispielsweise die Qualität von Lebensmitteln aus dem Fehlen irgendwelcher Elemente abgeleitet werden: ungesüßter Kaugummi, fettreduzierter Käse, ungespritzte Zitronen, alkoholfreies Bier. Die Askese reüssiert als Funktion des Konsums.“ (Macho 2001, S.140)

So gibt es in unserer Gesellschaft zwar vielerlei Bestrebungen, wie etwa Verpackungen oder Abgase zu reduzieren, dennoch steigt der Konsum und die Mobilität ungebremsst weiter an. Diese Arten des Verzichts, bei dem kein höheres Ziel dahinter steht, sollen im Folgenden als pragmatischer Verzicht behandelt werden.

2.2.3 Pragmatischer Verzicht

Askese ist nicht mit allen Formen des Verzichts gleichzusetzen. Wird etwa am Abend auf größere Mengen Alkohol verzichtet, um am Folgetag im Beruf die nötige Leistung zu erbringen, so kann weniger von Askese als vielmehr von pragmatisch-freiwilligem

Verzicht gesprochen werden. Man könnte behaupten, dass dieses Beispiel auch als extrinsisch-unfreiwilliger Verzicht gesehen werden könnte, da der Zwang von außen (in Form des Arbeitgebers) auferlegt wurde. Wie bereits beschrieben, soll dafür ausschlaggebend sein, ob unmittelbar negative Folgen gegeben sind. In diesem Beispiel verbietet der Arbeitgeber weder den Konsum am Abend, auch übt er in diesem Moment keinen sozialen Zwang aus. Zu dem gegebenen Zeitpunkt ist es der betreffenden Person selbst überlassen, ob und wie viel Alkohol diese konsumiert. Das gleiche Prinzip gilt dann beispielsweise auch für das Rauchen von Zigaretten, welche den Konsumenten zwar gesundheitlich stark beeinträchtigen können, dies aber normalerweise erst auf längere Sicht.

Umgekehrt soll die Freiwilligkeit auch nicht als frei von sämtlichen sozialen Einflüssen verstanden werden. Ausgehend vom nicht gänzlich freien Willen, da unser Denken und Tun zumeist von unserer Umwelt bestimmt ist, soll aber auch hier gelten, dass die soziale Kontrolle zwar zum unfreiwilligen Verzicht führen kann, allerdings nur, wenn sie unmittelbaren Einfluss ausübt. So kann ich hier zum Rauchen von Zigaretten als Beispiel zurückzukehren: Als Gast wird man höflicherweise nachfragen, ob das Rauchen im Haus erlaubt ist bzw. am Esstisch auf das Rauchen verzichten, wenn man direkt mit anderen Personen konfrontiert ist. Die soziale Kontrolle wirkt sich also unmittelbar aus. Umgekehrt ist der Verzicht auf Zigaretten, obwohl man in einer Raucherrunde sitzt, nicht als unfreiwilliger Verzicht zu werten, nur weil man zeitlebens Bemerkungen über die Unsittlichkeit des Rauchens ausgesetzt war.

2.2.4 Zusammenfassung

Zwei Arten von Verzicht müssen unterschieden werden: der freiwillige und der unfreiwillige Verzicht. Letzterer wird für die nachfolgende Untersuchung ausgeklammert, beim freiwilligen Verzicht bzw. der Abstinenz (abgeleitet vom griechischen Verb *abstinere*, was *sich enthalten* bedeutet) soll hingegen genauer zwischen Askese und Pragmatismus differenziert werden. Zusammenfassend lässt sich die Aufteilung wie folgt darstellen:

Verzicht	Typ	Ursachen
unfreiwillig	intrinsisch	physische oder psychische Hinderungen
	extrinsisch	gesetzliche, soziale oder logistische Hinderungen
freiwillig (Abstinenz)	asketisch	religiöse oder moralische Motive
	pragmatisch	profane und eigennützige Motive

Die Grenzen zwischen den vier unterschiedlichen Typen können durchaus fließend sein, ebenso können mehrere Ursachen vorliegen. Gleichsam können sich die Erscheinungen aber auch gegenseitig behindern: Ist etwa ein Produkt nicht verfügbar, so wird man auch nicht in die Situation kommen, sich für oder gegen dessen Konsum entscheiden zu müssen.

3 Theorien

Das Phänomen des freiwilligen Verzichts wurde von diversen Theoretikern thematisiert. Im folgenden Überblick über deren Werke sollen die Besonderheiten in Bezug auf die Abstinenz herausgearbeitet und in Verbindung mit dem Forschungsvorhaben gebracht werden. Dabei sollen auch relevante Arbeiten mit einbezogen werden, die darauf aufbauen.

3.1 Max Weber und die protestantische Ethik

Max Weber ist wohl der bekannteste soziologische Klassiker im Themenbereich der Askese. In seinem Werk „Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus“ (1920/2002, S. 159ff.) beschreibt er ausführlich, wie sich durch das Luthertum und vor allem durch den Calvinismus das Gottesbild und damit auch die zu erbringenden Opfer wandelten:

„Nicht ein Zuviel, sondern ein Zuwenig von kirchlich-religiöser Beherrschung des Lebens war es ja, was gerade diejenigen Reformatoren, welche in den ökonomisch entwickeltesten Ländern erstanden, zu tadeln fanden.“ (Weber 1920:152)

Luther legte den Fokus wieder auf das innerweltliche Verhalten und speziell auf den Beruf, welchen er vielmehr als eine Berufung durch Gott ansah. Auch die weltliche politische Herrschaft war von Gott eingesetzt, was bedeutete, dass man sich als guter Christ der bestehenden Ordnung des Berufes sowie der politischen Herrschaft anpassen musste. Die Lehre Calvins schließlich setzte auch wieder das Bild des mächtigen Herrscher-Gottes ein. Gottes Fügung bestimmt, wer für das ewige Leben auserwählt und wer für den ewigen Tod verdammt ist. Zwar können die Menschen Gottes Gründe nicht erschließen, allerdings können sie ihren Status an der Lebensführung erkennen: Wer hart arbeitet, ehrlich und verlässlich ist sowie bescheiden lebt, ist von Gott auserwählt. Nach dieser Logik sollen gute Taten also nicht dazu dienen, die Seligkeit zu *erlangen* bzw. zu *erkaufen*, sondern dass sich die Erwählung durch diese Taten *äußert*.

Aus dieser Prädestinationslehre kristallisierte sich laut Weber ein enormer innerer ethischer Zwang auf die Gesellschaft heraus, da sich jeder als auserwählt sehen wollte. Vor allem die unermüdliche Arbeit im Beruf sollte die gewünschte Vorsehung beweisen. Gleichwohl durften aufgrund der bescheidenen Lebensführung die Früchte der Arbeit kaum genossen werden, stattdessen wurden diese wieder in Arbeit investiert:

„Der Mensch ist auf das Erwerben als Zweck seines Lebens, nicht mehr das Erwerben auf den Menschen als Mittel zum Zweck der Befriedigung seiner materiellen Lebensbedürfnisse bezogen.“ (Weber 1920:164)

Hier liegt die Konvergenz zwischen dem asketischen Protestantismus und dem Kapitalismus, denn bei Letzterem geht es prinzipiell auch darum, Profite immer neu in Unternehmen zu investieren statt auszugeben. Auch in der Aufklärung änderte sich daran kaum etwas, wenngleich Gott durch die Vernunft ersetzt wurde. Die Vorstellung, dass die Welt beherrschbar sei, hielt sich auch hier:

„Indem die Askese die Welt umzubauen und in der Welt sich auszuwirken unternahm, gewannen die äußeren Güter dieser Welt zunehmende und schließlich unentrinnbare Macht über den Menschen, wie niemals zuvor in der Geschichte. Heute ist ihr Geist - ob endgültig, wer weiß es? - aus diesem Gehäuse entwichen. Der siegreiche Kapitalismus

jedenfalls bedarf, seit er auf mechanischer Grundlage ruht, dieser Stütze nicht mehr.“
(Weber 1920:224)

Damit liegt hier die wichtige, aber fließende Grenze zwischen der religiös motivierten Askese und der modernen Abstinenz, da letztere vielmehr auf gesellschaftlichen Mechanismen beruht und durch die Individuen internalisiert wird. Nach dieser Theorie ist es also auf die kirchliche Lehre ab dem 14. Jahrhundert zurückzuführen, weshalb wir noch heute eine strenge Arbeitsmoral besitzen sowie ein Ideal von Verzicht und Zurückhaltung unser Denken prägt.

Anzumerken ist hier allerdings ein wesentlicher Punkt, den man an Webers Theorie bemängeln kann. Der Gedanke, die Bevölkerung hätte sich nur aufgrund der puritanischen Lehre ohne weiteres in ihrer Einstellung und ihrem Handeln tiefgreifend gewandelt, erscheint eher fragwürdig:

„Die ‚menschliche Handlungslage‘ wird, so die These, im puritanischen Kontext *grundlegend* verändert und irreversibel in eine Richtung gebracht, für die Weber eben den (vieldeutigen) Titel des ‚Rationalen‘ bereithält. Und von diesem Titel macht er im Blick auf die ‚nüchterne‘ puritanische Lebensführung - als ‚innerweltliche Askese‘ - reichlich Gebrauch, indem er ‚den Puritaner‘ kumulativ und im *Mehrfachsinne* Rationalität ‚praktizieren‘ lässt.“ (Tyrell 1994:401; Hervorhebungen im Original)

Aufgrund der neuen Lehre soll sich die Bevölkerung nach Weber also rational und methodisch für eine Selbstkontrolle entschlossen haben, um den abstrakten Konsequenzen von Fegefeuer und Teufel zu entgehen. Zwar führt er an, dass zunächst nur Teile der Bevölkerung - vor allem Mönche - nach den neuen Idealen lebten und ihre Lebensweise allmählich verbreiteten, dennoch greift diese Vermutung wohl zu kurz. Zunächst schien eine „Steigerung der Selbstkontrollkapazitäten beim Individuum erforderlich“ (Hahn/Hoffmann 2010:130), um auf die neuen Anforderungen überhaupt reagieren zu können. Dazu hat sich einige Jahre nach Weber ein anderer wichtiger Theoretiker Gedanken gemacht, welche nun näher erläutert werden sollen.

3.2 Norbert Elias und der Prozess der Zivilisation

Norbert Elias beschreibt in seinem Werk „Über den Prozeß der Zivilisation“, welches erstmals 1939 veröffentlicht wurde (aber erst mehrere Jahrzehnte später öffentlich wahrgenommen), die Zunahme von Selbstkontrolle als eine lange Entwicklung in der Menschheitsgeschichte. Elias zeichnet die Ursachen für einen zunehmenden Grad an Disziplin und Selbststeuerung in der Gesellschaft genauer nach, wofür er unter anderem auch auf diverse Anstands- und Manierenbücher des 16. Jahrhunderts zurückgreift. Dass der Zunahme von Selbstkontrolle eine „ganz bestimmte Richtung und Ordnung innewohnt“ (Elias 1997:326), nämlich den zunehmenden Wandel von Fremd- in Selbstzwang, bedeutet allerdings nicht, dass dies geplant und rational herbeigeführt wurde. Vielmehr sind es diverse Veränderungen in der Lebenswelt des Menschen, die sich auch auf seine Psyche auswirken - allen voran die zunehmende Ausdifferenzierung gesellschaftlicher Funktionen:

„Das Verhalten von immer mehr Menschen muss aufeinander abgestimmt, das Gewebe der Aktionen immer genauer und straffer durchorganisiert sein, damit die einzelne Handlung darin ihre gesellschaftliche Funktion erfüllt. Der Einzelne wird gezwungen, sein Verhalten immer differenzierter, immer gleichmäßiger und stabiler zu regulieren.“ (Elias 1997:327)

Der moderne Mensch kontrolliert sich also wesentlich stärker, im Vergleich etwa zum Menschen im Mittelalter, da sich auch die Anforderungen enorm gewandelt haben, welche an ihn herangetragen werden. Vor allem die höheren sozialen Schichten - und hier findet sich eine Parallele zu Weber - waren meist die Vorreiter in der Selbstdisziplinierung:

„Ein mittelalterlicher Bauer, der auf Fleisch verzichtet, weil er zu arm ist, weil das Vieh für die Herrentafel bestimmt ist, also lediglich unter physischem Zwang, wird seinem Verlangen nach Fleisch nachgeben, wenn immer er es ohne äußere Gefahr tun kann, zum Unterschied von dem Ordensstifter aus oberen Schichten, der sich im Gedanken an das Jenseits und im Gefühl seiner Sündhaftigkeit selbst dem Genuss von Fleisch versagt.“ (Elias 1997:353)

Elias sieht aber nicht in der Religion alleine die Ursachen des Selbstzwanges, sondern diese nur als eine von vielen in einem Netz von Anpassungserfordernissen. Ferner steht

die fortschreitende Funktionsteilung und wachsende Selbstkontrolle mit einer erhöhten Stabilität von einem zentralen Gewaltmonopol in engem Zusammenhang. Denn erst durch dieses können alle Individuen von klein auf zuverlässig geprägt werden und sich an den Selbstzwang *gewöhnen*. So ist der Einzelne vor plötzlichen Gewaltakten relativ gut geschützt - zumindest macht die Monopolisierung der Gewalt diese berechenbar - muss sich aber zugleich selbst dazu zwingen, eigene Leidenschaftsausbrüche im Zaum zu halten (vgl. ebd. 331ff.).

Von klein auf werden wir also auf Zurückhaltung und Weitsicht eingestimmt, der moderne Mensch überwacht sich permanent selbst. Dadurch wird das Leben „in gewissem Sinne gefahrloser, aber auch affekt- oder lustloser“ (Elias 1997:341). Die Auslebung der natürlichen Triebe wird, wenn überhaupt, in den privaten Raum verschoben. Grundsätzlich ändert sich dadurch das gesamte Weltbild des Menschen. Es wird weniger direkt durch Wünsche oder Ängste bestimmt, sondern mehr durch Beobachtung und Erfahrung. Umgekehrt wurde dadurch, dass die physische Gewalt und das Ausleben von Gefühlen und Aggressionen zunehmend durch Selbstbeherrschung unterdrückt wurden, ein fortlaufender Zivilisationsprozess ermöglicht. Wichtige Errungenschaften, wie etwa die Aufklärung, konnten aufgrund der erlangten Weitsicht und Rationalität überhaupt erst entwickelt werden.

Wie bereits oben angemerkt thematisiert Elias auch die Unterschiede zwischen den Schichten. Da diese ihre Triebe verschieden stark zügeln müssen, unterscheidet sich auch deren Denkschemata:

„Verschieden ist - in einer tieferen Schicht - Rationalitäts- und Affektmodellierung dessen, der in einem Arbeiterhaushalt groß wurde, von den Strukturen dessen, der in sicherem Reichtum und Wohlstand aufwuchs [...].“ (Elias 1997:391)

Höhere Schichten sind damit in der Triebkontrolle wesentlich geübter, allerdings auch stärker „entfremdet“. Um diese These auf modernere Zeiten umzumünzen, könnte man die Überlegungen von Hochschild (1983:4ff) zu „Emotionsarbeit“ genauer betrachten. Hier wird nicht anhand von Schichten unterschieden, sondern anhand des Kundenkontaktes im Beruf. Der Autorin zufolge müssen Personen in Dienstleistungsberufen ihre Gefühle wesentlich stärker steuern bzw. unterdrücken und modellieren. Als Beispiel wird der Beruf des Flugbegleiters bzw. der Flugbegleiterin angeführt, bei dem das *Lächeln* ein

essentieller Bestandteil der Arbeit ist - auf die Kunden muss stets freundlich eingegangen werden. Personen in solchen Berufen fällt es damit leichter, latenten Gefühlsregeln gerecht zu werden (etwa das Aufsetzen von Fröhlichkeit bei einer Feier). Mögliche Nachteile entstünden aber dadurch, dass man sich so von den echten Gefühlen entfremdet. Erwartungsgemäß sind jedoch vor allem Frauen aus mittleren und oberen Schichten in solchen Berufsfeldern tätig. Spinnen wir die Gedanken weiter, so lässt sich dieses Modell auf sämtliche Lebensläufe übertragen. Personen mit höherem sozialem Status kann man damit etwa nachsagen, dass sie ihren Lebenswandel allgemein sorgsamer abstimmen, da sie in Familie, Schule, Universität oder Beruf eher zur Weitsicht angeleitet wurden. Sie müssten sich in ihrem Konsumverhalten demnach deutlich von Personen mit niedrigem Sozialstatus unterscheiden, da letztere über eine geringere Routine darin verfügen, Alltägliches mit kritischem Blick zu hinterfragen und sich entsprechende Informationen zu beschaffen. Diesem Einfluss des sozioökonomischen Status hat sich Pierre Bourdieu, stark beeinflusst von Norbert Elias, in aller Gründlichkeit gewidmet, was in Kapitel 3.4 noch nähere Erläuterung findet.

Auch wird bereits bei Elias ein anderes großes Feld der Soziologie thematisiert: die Individualisierung. Dadurch, dass die Umwelt immer komplexer und die Gesellschaft immer differenzierter wird, werden auch die Handlungsspielräume immer zahlreicher:

„Sie haben einen größeren Spielraum der Wahl. Sie können in weit höherem Maße für sich selbst entscheiden. Aber sie *müssen* auch in weit höherem Maße für sich selbst entscheiden. Sie *können* nicht nur, sie *müssen* auch in höherem Maße selbstständig werden. In dieser Hinsicht haben sie keine Wahl.“ (Elias 1988:167; Hervorhebungen im Original)

Durch den Prozess der Zivilisation löst sich das Leben in kleineren und geschlossenen Verbänden zunehmend auf. In diesen Verbänden wurde das Leben des Einzelnen stark reguliert. Während in diesen Kleingruppen das Denken und Handeln überwiegend aus der „Wir-Perspektive“ erfolgte, wird das Verhalten in Industriegesellschaften dagegen stärker aus der „Ich-Perspektive“ selbst reguliert (vgl. Ebers 1995:248). Da sich die Wir-Bezüge in engen Verbänden abschwächen, wird auch die direkte soziale Kontrolle schwächer. Aufgrund des Anstiegs sekundärer Gruppenbezüge (durch Beruf, Hobby, Stadt, Nation, etc.), werden die Selbstzwänge hingegen immer differenzierter und die Triebregulierung deutlich umfassender. Dadurch wird auch der Sozialisationsprozess länger und

schwieriger, wodurch Individuen in ihrem Verhalten und Denken letztendlich verschiedenartiger und vielfältiger werden:

„Das Heranwachsen eines jungen Menschenwesens in menschliche Figurationen als Prozess und Erfahrung und so auch das Erlernen eines bestimmten Schemas der Selbstregulierung im Verkehr mit Menschen ist eine unerlässliche Bedingung der Entwicklung zum Menschen. Sozialisierung und Individualisierung eines Menschen sind daher verschiedene Namen für den gleichen Prozess. Jeder Mensch gleicht anderen Menschen und ist zugleich von allen anderen verschieden.“ (Elias 1986:89)

Aufgrund der Individualisierung müssen wir also selbst die Lebensführung wählen, die uns als richtig oder vernünftig erscheint. Auch in Bezug auf Konsum muss damit jedes Individuum stärker für sich selbst klären, was und wie viel es konsumiert. Da jeder von uns in den unterschiedlichsten Gruppen eingebunden ist, werden auch die gewählten Lebensweisen immer differenzierter. Die Folge etwa bei der Ernährung sind unterschiedlichste Stile und Trends: Vegetarismus, Veganismus, Bio, Low-Carb, Glutenfrei, Steinzeitdiät, usw. Dieses Thema wurde wiederum von Ulrich Beck verstärkt aufgegriffen, wie Kapitel 3.5 zeigt.

Norbert Elias sieht den Prozess der Zivilisation durch funktional immer stärker differenzierte Systeme begründet. In diesen werden Selbstbeherrschung, Kontrolle und rationale Berechnung zunehmend zu den einzig adäquaten Mitteln des erfolgreichen Handelns. Damit behandelt seine Theorie klar die Seite des pragmatischen Verzichts: kluge Anpassung an unterschiedliche Situationen. Moralische Komponenten spricht er hingegen nicht an. Während also bei Max Weber die Askese ganz klar im Vordergrund steht, da sich seine Theorie auf die Religiosität bezieht, werden bei Elias profane Mechanismen thematisiert - Moral und Philosophie fallen unter den Tisch. Umso deutlicher werden aber die nicht intendierten Prozesse dargelegt, welche für die Zunahme an Selbstdisziplin sorgen. Für Elias wurden und werden diese Prozesse also nicht gesteuert, sondern haben eine Art Eigenleben entwickelt - eine Auffassung, die nicht jeder ganz teilt, was sich anhand der nächsten Theorie zeigen wird.

3.3 Michel Foucault und die Gouvernamentalität

Am 1. Februar 1978 hielt Michel Foucault eine Vorlesung am Collège de France, die vierte Sitzung zur „Genealogie des modernen Staates“, welche er „La gouvernamentalité“ betitelte (vgl. Foucault 2005:148). Mit dieser Zusammensetzung aus *gouverner* (regieren) und *mentalité* (Denkweise) bezeichnet Foucault Erscheinungen in modernen Gesellschaften, bei der Fremdregulierung und Selbstregulierung zusammenfallen - der Staat also nicht mehr die Gesellschaft von oben unterwirft, sondern sich in allen Lebensbereichen flächendeckend wiederfindet.

Foucault beginnt damit, einen Wandel im Regieren darzulegen. Während die Menschen in früherer Zeit die Umstände eher als gegeben ansahen und als den Willen Gottes deuteten, begannen sie ab dem 16. Jahrhundert und vor allem mit dem Zeitalter der Aufklärung die Gegebenheiten genauer zu hinterfragen und als veränderlich anzusehen (vgl. Foucault 2005:152ff.). Das Regieren wurde rational, es konnte geändert werden und es entwickelte sich letztlich eine Kunst des Regierens, die mit besonderer Reflexion und wissenschaftlichen Auseinandersetzungen einhergeht. Dabei wurden drei Formen ausgebildet:

„Die Regierung seiner selbst mit der Moral; zweitens die Kunst, in angemessener Weise seine Familie zu regieren, mit der Ökonomie und schließlich die Wissenschaft, den Staat gut zu regieren, mit der Politik“ (Foucault 2005:154).

Das Regieren wurde also dezentralisiert: Nicht mehr der Fürst alleine regiert, sondern neben der Politik auch Ökonomie und Moral. Die Macht wird zu einer Art Wertschöpfungskette, da

„[...] bei einer guten Regierung des Staates die Familienväter ihre Familie, ihre Reichtümer, ihre Güter und ihr Eigentum gut zu regieren wissen, und dass auch die Individuen sich lenken lassen, wie es sich gehört“ (Foucault 2005:155).

Foucault unterscheidet außerdem zwischen dem Machttypus der Souveränität und der Disziplin (vgl. Foucault 2005:159ff.). Der Zweck der Souveränität liegt in ihr selbst. Durch Zwang, Verbot und Repression sollen Untertanen kontrolliert und das System erhalten werden. Es herrscht ein asymmetrisches Verhältnis zwischen Souverän und Untertan, die Machtstruktur ist pyramidenförmig. Der Feudalismus sei als Beispiel genannt.

Bei dem Machttypus der Disziplin hingegen werden die Individuen als rational und formbar angesehen, „der Zweck der Regierung liegt in den von ihr geleiteten Dingen“ (Foucault 2005:161). Dies bedeutet, dass die Regierung zwar alle Vorgänge noch stärker leiten möchte, die Instrumente aber vielfältiger werden und Gesetze stärker in den Hintergrund treten. Grundsätzlich erfolgt dabei eine Verschiebung der Souveränität, von einer zentralisierten Macht hinein in die Individuen:

„Statt als Ausdruck der Macht eines Souveräns tritt die Bevölkerung vielmehr als Zweck und Instrument der Regierung hervor. Die Bevölkerung tritt als Subjekt von Bedürfnissen und Bestrebungen, aber ebenso auch als Objekt in den Händen der Regierung hervor; der Regierung gegenüber weiß sie, was sie will, zugleich aber weiß sie nicht, was man sie machen lässt.“ (Foucault 2005:168)

Mit dem Begriff der Gouvernamentalität bezeichnet Foucault letztlich drei Erscheinungsformen (vgl. Foucault 2005:171f.): zunächst die Form der Machtausübung, also die Verfahren und Taktiken, die auf die Bevölkerung zielen, dann die Tendenz dieser Entwicklung, eine Fülle an spezifischen Regierungsapparaten und Wissensformen auszubilden und schließlich auch den Vorgang an sich, durch welchen sich der nach dem Mittelalter herausgebildete Verwaltungsstaat zunehmend „gouvernementalisiert“ hat. Foucault stellt damit fest: „Wir leben in einem Zeitalter der Gouvernamentalität, die im 18. Jahrhundert entdeckt wurde“ (Foucault 2005:172). Vor allem soll die zweite Erscheinungsform, die Ausbildung von bestimmten Regierungsapparaten und Wissensformen, nachfolgend genauer in den Blick genommen werden. So wird in unserer Gesellschaft, sowohl in Expertennetzwerken als auch in Alltagsdarstellungen, ein bestimmtes Wissen dezentral produziert:

„Die Wissensproduktion beinhaltet unterschiedliche Verständigungen über Menschenbilder, über Eigenschaften ‚erfolgreicher‘ oder ‚krimineller‘ Subjekte, über das Zuviel oder Zuwenig an Leistung, Geld, Fleiß, Verbrechen etc. und über das Wünschenswerte und Machbare, etwa Erfolgsförderung durch Fitness und Weiterbildung oder Stärkung des ‚Sicherheitsgefühls‘ durch Konfrontationsschutz.“ (Sack 2014:125)

Diese Wissensproduktion findet sich in allen Bereichen der Bevölkerung. So ist es im Diskursfeld des Nichtraucherschutzes etwa nicht nur die Regierung, die durch neue Ge-

setze gegen öffentlichen Nikotinkonsum diesen einschränkt. Auch Medien berichten zunehmend über die Nachteile des Rauchens, der Handel sucht nach neuen Produkten (z.B. E-Zigaretten) und die Akzeptanz für Raucherinnen und Raucher in der Bevölkerung geht zurück. Diese Vorgänge beeinflussen sich dabei wechselseitig: Während vor einigen Jahren kaum ein bekannter Politiker stärkere Nichtraucherschutzgesetze forderte, sind es mittlerweile die meisten der etablierten Parteien, die den Trend in der Bevölkerung erkannt haben.

Im Gegensatz zu Norbert Elias sieht Foucault die beschriebenen Erscheinungen also nicht als das Ergebnis eines komplett ungeplanten und vornehmlich latenten Prozesses, vielmehr werden für die Entwicklung der Gouvernamentalität diverse Vordenker angeführt, etwa François de La Mothe La Vayer, Guillaume de La Perrière oder Friedrich II., welche sich in ihren Texten stark auf die Sorge um die Bevölkerung sowie auf die gezielte Lenkung der Individuen beziehen (vgl. Foucault 2005:155ff.). Am Beispiel des Nichtraucherschutzes lässt sich dies gut beobachten: Mit der Einführung von Gesetzen zum Nichtraucherschutz sinkt auch die Akzeptanz der Bevölkerung bezüglich RaucherInnen relativ rasch (siehe Kapitel 4.3), wenngleich Ursache und Wirkung dabei nicht immer klar abzugrenzen sind. Die Theorie der Gouvernamentalität bleibt allerdings auch bruchstückhaft und unvollendet - Foucault hatte nie die Zeit, diese genauer zu behandeln.

3.4 Pierre Bourdieu und soziale Distinktion

Schon Norbert Elias stellte fest, dass höhere Schichten in der Triebkontrolle wesentlich geübter sind und sich damit auch im Konsum unterscheiden. Es ist somit nicht verwunderlich, dass sich Pierre Bourdieu, der von Elias wesentlich beeinflusst wurde, diesem Thema noch viel stärker widmete. Dabei geht er auf unzählige Unterschiede zwischen Klassen im Hinblick auf deren Lebensstil ein (vgl. Bourdieu 1987:31ff.). Gleichzeitig war Bourdieu auch ein Vorreiter darin, Hochkultur nicht länger von Alltagskultur bzw. Populärkultur zu trennen. Beides wird auf gleicher Ebene behandelt und das eine nicht als besser oder schlechter als das andere gesehen - was zählt, ist die verschieden starke Kon-

sumtion und Rezeption zwischen den sozialen Klassen. Die Begriffe Kultur und Geschmack werden von Bourdieu grundsätzlich sehr weit gefasst, um ein breites Spektrum von Vorlieben, von Speisen bis zur Musik, abzudecken (vgl. Bourdieu 1987:171). Kultur und Geschmack werden somit zu einem zentralen Merkmal von Klasse.

Bourdieu nennt die Inkorporation des sozioökonomischen Status den *Habitus* und zeigt auf, dass Menschen, die unter gleichen Bedingungen in bestimmten Gruppen, Schichten oder Klassen leben, auch häufiger den gleichen Habitus annehmen (vgl. Bourdieu 1987:277ff.). Umgekehrt wird dieser jedoch auch durch Handlungen externalisiert und somit wiederum zur Sozialstruktur gemacht. Dadurch sind die Vorlieben eines jeden Menschen auch bis zu einem gewissen Grad determiniert, je nachdem, in welche Umstände dieser hineingeboren wurde. Ändern sich diese, werden sich auch die persönlichen Vorlieben ändern:

„Der Geschmack bewirkt, dass man hat, was man mag, weil man mag, was man hat, nämlich die Eigenschaften und Merkmale, die einem de facto zugeteilt und durch Klassifikation de jure zugewiesen werden.“ (Bourdieu 1987:285f.)

Es sind die materiellen Möglichkeiten und Wissensbestände, welche durch den Habitus vermittelt werden und Akteure in ihrem Denken und Handeln beeinflussen. So werden Personen aus einfacheren Verhältnissen beispielsweise nicht nur aufgrund der höheren Preise seltener zu Bioprodukten greifen, sondern auch, weil sie über deren Hintergründe bzw. Vorteile tendenziell weniger gut informiert sind. Ein essentieller Faktor für die Herausbildung unterschiedlicher Lebensstile ist natürlich die Bildung. Durch diese werden die Akteure, etwa in der Schule, einerseits mit Basiswissen ausgestattet, andererseits aber auch darauf konditioniert, sich in speziellen Bereichen selbst weiterzubilden. Auch bei schulfernen Praktiken, wie der Mode, besteht ein hoher Zusammenhang zwischen Bildung und kultureller Kompetenz.

Das Elternhaus spielt allerdings ebenso eine große Rolle, vor allem was die Vermittlung von *kulturellem Kapital* betrifft (vgl. Bourdieu 1997:49ff.). So werden dort nicht nur grundsätzliche Kompetenzen in Sachen Kultur geschaffen, wie etwa ein Verständnis für Kunst und Musik, sondern auch die Basis für das eigene Selbstverständnis: Personen aus Elternhäusern mit höherem kulturellen Kapital sind beispielsweise mutiger, wenn es um das Lösen von Problemen geht, da ihnen eine stärkere Selbstsicherheit vermittelt wurde

(vgl. Bourdieu/Passeron 1971:110). Dies bedeutet auch, dass sich Aufsteiger aus niedrigeren Schichten in der gleichen Position grundsätzlich schwerer zurechtfinden werden bzw. durchsetzen können als Gleichgestellte aus höheren Schichten.

Der Habitus vereint bestimmte Bevölkerungsgruppen also genauso wie er andere trennt: „Die Geschmacksäußerungen und Neigungen (d.h. die zum Ausdruck gebrachten Vorlieben) sind die praktische Bestätigung einer unabwendbaren Differenz.“ (Bourdieu 1987:105) Die Gebiete und Themenfelder, anhand derer man sich von anderen Personen abzugrenzen vermag, unterschieden sich dabei auch anhand der Eignung für diesen Zweck. Am besten setzt man sich dadurch ab, was „auf die *Qualität der Aneignung*, also auf die des Besitzers schließen lässt, weil diese Aneignung Zeit und persönliche Fähigkeiten voraussetzt“ (Bourdieu 1987:440; Hervorhebungen im Original). Die *soziale Distinktion* wird vor allem in höheren Kreisen betrieben, wo die Lebensform zunehmend zu einer Kunstform stilisiert wird und zudem eine Ablehnung anderer Lebensformen zur Schau gestellt wird. Dadurch erwächst jedoch ein gewisser *Distinktionsdruck*, aufgrund dessen auch die anderen Bevölkerungsgruppen ihren eigenen Lebensstil verteidigen müssen (vgl. Bourdieu 1987:107f.). Höhere Klassen sehen etwa im Lebensstil der unteren Klassen auch das Zeugnis davon, dass diese nicht wissen, wie es sich richtig zu leben gehört. Deren Vorlieben werden dadurch

„[...] zu einem aus freier Wahl geborenen Geschmack stilisiert, womit die Konditionierungen unterschlagen werden, deren Resultat er ist, wird zu einer krankhaften oder morbiden Vorliebe für Lebensnotwendiges, eine Art angeborene Armut, Aufhänger für Klassenrassismus, im ‚Volk‘ mit dick, fett, gemein, grob assoziiert [...]“. (Bourdieu 1987:290)

Die Ernährung mit stark fetthaltiger Nahrung und der hohe Weinkonsum etwa werden abschätzig beäugt. Die untere Klasse wiederum regiert auf solche Stigmatisierungen mit einer „Moral des guten Lebens“ und „schlichte[n] und freie[n] Beziehung[en]“ (Bourdieu 1987:292). So wird das unreglementierte Essen und Trinken in ungezwungener Gesellschaft erst recht glorifiziert, das Leben der Gegenwart zugewandt und so ein gewisser Hedonismus gepflegt:

„Der ‚bescheidene‘ Geschmack, der Verlangen und Lust des Augenblicks künftigen Wünschen und Befriedigungen zu opfern vermag, steht in krassem Gegensatz zu sponta-

nen Materialismus der unteren Klasse, die sich schlicht weigern, das Benthamsche Buchhalterwesen des Vergnügens und Mühen, der Gewinne und Kosten (beispielsweise für Gesundheit und Schönheit) mitzumachen.“ (Bourdieu 1987:296; Hervorhebungen im Original)

Bourdieu zeigt am Beispiel eines aufgestiegenen Facharbeiters, dass dieser dennoch mit dem eigenen Klassenhabitus verbunden bleibt, obwohl er in etwa den gleichen Umfang an ökonomischem Kapital zu Verfügung hat wie ein Angestellter. Seine Mode und sein Freizeitverhalten etwa orientieren sich noch immer an der unteren Klasse. Die Praktiken sind also nicht vornehmlich von den monetären Mitteln abhängig, sondern grundlegend internalisiert - sie basieren auf den Vorstellungen von dem, „was zu einem passt“ (vgl. Bourdieu 1987:609).

Nach Bourdieu wäre also auch der Stellenwert des Verzichts in der Lebensführung stark von den gesellschaftlichen Gruppen bestimmt, denen Personen angehören und mit denen sie Kontakt haben. Der Verzicht kann damit auch als ein Instrument der Ausgrenzung gesehen werden: Durch die Betonung der eigenen Enthaltensamkeit wird die eigene gesellschaftliche Stellung hervorgehoben und gegenläufige Meinungen als das Produkt von Unwissen abgetan. Damit wäre zu erwarten, dass bestimmte Personen häufig auf eigene Bildung und erworbenes Wissen rekurrieren, um ihren Status zu demonstrieren und ihre Argumente zu untermauern. Umgekehrt können hedonistische Bekundungen als Gegenreaktion verstanden werden: Das Zurückbesinnen auf das einfache und gute Leben, das *Tun, wonach einem ist*, kann als eine effektive Gegenstrategie zu sämtlichen rationalen Begründungen fungieren.

3.5 Ulrich Beck und die Individualisierung

Während Pierre Bourdieu die Prozesse der Selbstdefinierung stark auf Akteursebene untersucht, widmet sich Ulrich Beck der sozialstrukturellen Seite. Er prägte den Begriff der *Individualisierung*, welcher allerdings nicht als eine Art freie Wahl verstanden werden soll, sondern „tatsächlich dem Individuum durch moderne Institutionen auferlegt [wird]“

(Beck 2008a:303). Damit meint Beck, dass das Leben der Menschen früher klar strukturiert war: Sie gehörten festen Gemeinschaften oder Verbänden an und wurden gesellschaftlichen Ständen oder Klassen zugeordnet. So war etwa der Sohn eines Handwerkers zeitlebens fest in die Familienstruktur integriert und sein eigener Berufsweg, nämlich der gleiche wie der seines Vaters, war bereits von Beginn an vordefiniert. Dies ändert sich in der Wohlfahrtsgesellschaft allerdings zunehmend. Immer weniger geben Strukturen von Anfang an eine Ordnung vor - der moderne Mensch muss sich seinen Lebensweg und damit Sinn und Orientierung selbst suchen.

Beck erregte in der Fachwelt großes Aufsehen mit der Behauptung, dass soziale Klassen immer unbedeutender würden. Gerade in Zeiten, in denen sich die Unterschiede zwischen Arm und Reich immer weiter vergrößern, scheint solch eine Behauptung fragwürdig. Auch existieren noch immer gesellschaftliche Gruppen, deren Mitglieder nur äußerst selten ein sozialer Aufstieg gelingt (vgl. Blossfeld/Shavit 1993). Diese Diskussion soll jedoch weitestgehend außer Acht gelassen werden, da nachfolgend weniger von Bedeutung ist, wie stark sich gesellschaftliche Strukturen reproduzieren, sondern wie sich diese Strukturen letztendlich auf die einzelnen Individuen auswirken. Diesbezüglich postuliert Beck, dass der moderne Mensch von Geburt an grundsätzlich weniger durch die Gesellschaft determiniert wird - eine Behauptung, die im Rahmen der Erscheinung des freiwilligen Verzichts wesentlich wichtiger ist. So stehen jedem Menschen im Alltag durchaus mehr Wahlmöglichkeiten zur Verfügung (etwa hinsichtlich der Produktauswahl), welche sich gleichsam aber nicht nennenswert auf die soziale Durchlässigkeit auswirken müssen. Um sich jedoch dem Begriff der Individualisierung zu nähern, muss dieser genauer beleuchtet werden. Hier ist für Beck vor allem eine klare Abgrenzung wichtig, die er oftmals bei Kritikern bemängelt:

„Individualisierung muss klar unterschieden werden von Individualismus oder Egoismus. Während Individualismus gewöhnlich als eine persönliche Attitüde oder Präferenz verstanden wird, meint Individualisierung ein makrosoziologisches Phänomen, das sich möglicherweise - aber vielleicht eben auch nicht - in Einstellungsveränderungen individueller Personen niederschlägt.“ (Beck 2008a:303)

Als ein Beispiel für institutionalisierte Individualisierung führt Beck die Entwicklung des Familienbildes an (vgl. Beck 2008a:305). So gab es bis in die 60er Jahre nur ein Familienmodell, das als normal galt: Vater, Mutter, Kinder - alle unter einem Dach. Es gab zwar auch Abweichungen, diese wurden allerdings geheim gehalten oder von der Gesellschaft als Fehltritte gewertet. Nun ist in heutiger Zeit die beschriebene Familienform nicht verschwunden, tatsächlich ist sie noch immer am meisten verbreitet. Allerdings hat die Norm, dass diese Familie die einzig normale Familie sei, den Geltungscharakter bei weiten Teilen der Gesellschaft verloren. Viele andere Familienformen werden sowohl sozial als auch rechtlich normalisiert und akzeptiert. Dadurch steigt die Diversität: „Es werden immer mehr Regelungen eingeführt, die bewusst darauf abzielen, kollektive Vorgaben in individuelle Wahlchancen zu verwandeln“ (Beck 2008a:305).

Tatsächlich ist dies genau das, was auch Elias damit meinte, dass moderne Individuen nicht nur häufiger für sich entscheiden *können*, sondern aufgrund der veränderten Strukturen auch *müssen* (vgl. (Elias 1988:167). Allerdings wurde diese Erscheinung von Elias nur angeschnitten. Ulrich Beck und zahlreiche andere Autoren, die sich auf Beck beziehen, haben sich der Thematik noch stärker angenommen. So sehen Ternès, Towers und Jerusel (2015:7ff.) in der steigenden Zahl von Konsummustern, wie der Konsum veganer Produkte, die Tendenz zur Individualisierung. Als Konsummuster wird dabei eine ganz bestimmte Art zu konsumieren bezeichnet, welche sich in einzelnen gesellschaftlichen Gruppen bis hin zur gesamten Gesellschaft wiederfinden können:

„Privatkonsum ist dabei stets eng verbunden mit dem individuellen Lebensstil von Einzelpersonen oder gesellschaftlichen Gruppen, indem die Art und Weise, wie und was wir einkaufen, gleichzeitig Ausdruck einer bestimmten Lebensgestaltung ist. Zu berücksichtigen ist daher auch an dieser Stelle, dass mit Konsum immaterielle Bedürfnisse realisiert werden, wie das Streben nach Individualität oder die Minimierung seines ökologischen Fußabdrucks.“ (Ternès et al. 2015:7)

Die Individualisierung des Konsums schreitet durch die Personalisierung noch weiter voran. So lassen sich inzwischen zahlreiche Unternehmen finden, die unterschiedlichste Produkte durch das Bedrucken persönlicher Fotos einzigartig machen oder den Kunden bestimmte Konsumgüter wie Müsli oder Pralinen vor der Produktion selbst zusammenstellen bzw. gestalten lassen. Besonders durch das Internet wird einerseits die verfügbare

Produktvielfalt nochmals gesteigert, andererseits ebenso weitere Möglichkeiten zur Selbstdarstellung und des Vergleiches gegeben.

Durch den wachsenden Pluralismus von Lebensstilen und der Herauslösung aus traditionellen Gruppen wie Familie, Religionsgemeinschaft oder Nation stellt sich auch die Frage, ob diese durch andere Gruppen ersetzt werden. Beck kritisiert in diesem Zusammenhang das Festhalten an den alten Modellen: „Wir leben in Zombie-Institutionen und forschen in Zombie-Kategorien; in lebend-toten Kategorien, die uns blind machen für die sich rasant verändernde Realität.“ (Beck/Sennett 2000:1) Moderne Individuen scheinen sich vielmehr durch bestimmte (und oft temporäre) Subgruppen zu identifizieren. Vor allem in der Jugendkultur und in starkem Zusammenhang mit Musik werden bestimmte Genres wie Techno oder Metal als Lebensstil und Distinktionsgrundlage beschrieben - letztlich also als gesellschaftliche Gruppen, denen man sich selbst zuordnet (vgl. Parzer 2008:152f.).

Auch Konsum oder Verzicht eröffnen neue Möglichkeiten von Gruppenzuordnungen, wobei in unserer Überflussgesellschaft gerade die bewusste Konsumverweigerung heraussticht. So bedeutet etwa auch die Entscheidung einer Person, sich vegetarisch zu ernähren, in deren Umfeld ein „Ring um Kooperation“ und dass „die Konditionen des Zusammenlebens [...] jeweils neu ausgehandelt werden [müssen]“ (Beck/Sennett 2000:4). Spannungen in der Gruppe (beispielsweise in einer Wohngemeinschaft) werden daher vor allem dann reduziert, wenn alle Mitglieder den gleichen Lebensstil teilen - man vermeidet dadurch die „Nervigkeit, die aus der Erfahrung des Widerstands der anderen kommt“ (Beck/Sennett 2000:6). Durch Anpassung oder Selektion entstehen neue Gruppen, welche sich nicht länger anhand von „Zombie-Kategorien“ definieren, sondern durch bestimmte Lebensstile und damit auch Konsummuster.

Grundsätzlich sind sich nahezu alle Autoren, die sich mit der Individualisierung beschäftigen, einig: Sie eröffnet zwar mehr Wahlmöglichkeiten, ist aber vor allem eine Zumutung (vgl. Schroer 2010:276). Gerade vor dem Hintergrund des erhöhten Risikos durch „transnationale Ströme, Kräfte und Mächte“ (Beck 2008b:26) kann das einzelne Individuum schnell darin überfordert sein, zunehmend Entscheidungen alleine treffen zu müssen. So ist der hohe Stellenwert von nachhaltigem Konsum zugunsten von Umwelt und

Mitmenschen allgemein bekannt, allerdings ist es jedem selbst überlassen, ob man tatsächlich nachhaltig lebt. Die große Produktvielfalt und teils irreführende Labels verlangen eine intensive Auseinandersetzung mit dem Thema - oder ein schlechtes Gewissen, wenn man dies nicht tut und bewusst die Ausbeutung des Planeten in Kauf nimmt. So ist die Individualisierung

„[...] eine Zumutung, weil sie den Einzelnen mit Fragen allein lässt, die ihm vorher von mächtigen Institutionen beantwortet worden waren, weil sie dem Einzelnen Entscheidungen abverlangt, deren Folgen er zwar kaum absehen kann, die ihm aber dennoch zugerechnet werden und weil sie eine Haltung permanenter Aktivität und Beweglichkeit erfordert, die ihn zu erschöpfen droht.“ (Schroer 2010:276)

Die zunehmende Individualisierung bedeutet aber auch, dass „das Individuum in einem verstärkten Maß auf sich aufmerksam machen muss, um sozial überhaupt in Erscheinung zu treten“ (Schroer 2010:277). Durch die Herauslösung aus traditionellen Bindungen verstärkt sich der Bezug zu sich selbst und Individuen müssen sich und ihre Lebensweise vor sich selbst rechtfertigen. Hierzu ist ein Diskurs nötig. Dies kann in heutiger Zeit in hohem Maße durch das Internet realisiert werden, da diverse Plattformen die Möglichkeit der *Selbstthematisierung* bieten. Neben Diskussionen in Internetforen sind dies aber auch (Profil-) Bilder in sozialen Medien. Durch die Selbstpräsentation und Selbstthematisierung grenzt man sich von anderen ab und bestätigt gleichzeitig die eigenen Sicht- und Lebensweisen.

3.6 Zusammenfassung und Implikationen

Anhand der dargelegten Theorien lassen sich mehrere Implikationen für das Forschungsvorhaben ableiten. Zunächst wurde postuliert, dass Individuen unserer westlichen Gesellschaft eine strenge Verzichtsmoral und Selbstkontrolle internalisiert haben. Dies verdeutlichte Weber aufgrund des etablierten Ideals von Arbeit und Verzicht als Tugenden sowie Elias und Foucault durch den gesteigerten Selbstzwang. Wenn diese Annahmen zutreffen, sollten sich Belege für eine überwiegende Akzeptanz hinsichtlich des Verzichts, Verbots und der Stigmatisierung finden lassen bzw. noch eine Steigerung im Laufe der Zeit. Auch

Belehrungen und Missionierungsversuche können davon zeugen, dass für die Grundsätze von Entbehrung und Mäßigung eingetreten wird und diese als erstrebenswert gesehen werden.

Ebenso wurde aufgezeigt, dass der eigene Standpunkt durch den Bezug auf Weitsicht und Vernunft (Elias) und Wissen bzw. Wissenschaft (Bourdieu) noch stärker untermauert werden kann. So werden wir einerseits daraufhin trainiert, die Folgen unserer Handlungen stets auf weitem Feld abzuwiegen, andererseits wird uns ebenso von klein auf das entsprechende Wissen über Risiken vermittelt bzw. ein starkes Vertrauen in die Wissenschaft anezogen. Somit sollten sich viele Menschen auf Vernunft und Wissenschaft stützen, um den Verzicht zu rechtfertigen.

Eine stärkere Differenzierung der Lebensweisen wird ebenso von Elias und Bourdieu, aber auch von Beck gesehen. Für Elias liegt darin ein Grund für die zunehmende Selbstdisziplinierung, für Bourdieu ist es ein Mittel der Abgrenzung; Beck wiederum sieht darin eine Ursache für die fortschreitende Individualisierung. Wenn sich alle Lebensbereiche immer stärker differenzieren, sollte dies auch im Zeitverlauf feststellbar sein. Demnach müssten sich die späteren Diskussionen zum Thema Verzicht vielschichtiger und facettenreicher gestalten.

Nach Foucault müssten außerdem bestimmte wünschenswerte Menschenbilder und Lebensstile definiert und artikuliert werden. Da sich nach der Theorie der Gouvernamentalität die Menschen selbst *unterwerfen*, sollten diese bestimmte Ideale (anstelle von Gesetzen) produzieren: Zeugt der Verzicht etwa von starkem Willen und Erfolg? Wann wird zu viel, wann wird zu wenig verzichtet? Hier gilt es, allgemeine Aussagen genauer zu beleuchten und zu überprüfen, ob und wann informelle Regeln aufgestellt werden.

Letztlich steht der Verzicht nach Bourdieu auch in Verbindung mit sozialer Abgrenzung. Dadurch, dass bestimmte Produkte aus verschiedensten Gründen nicht konsumiert werden, kann der Konsum von diesen stigmatisiert werden. Umgekehrt kann sich auch zeigen, dass hedonistische Lebensstile als Folgereaktion glorifiziert werden, um die eigene Konsumpraxis und damit das *gute Leben* zu verteidigen. Laut Ulrich Beck folgt aus der Individualisierung eine veränderte Gruppenbildung anhand neuer Lebensstile, wodurch

auch er in gegenläufigen Ansichten großes Konfliktpotential sieht und entsprechende Gegenreaktionen zu vermuten sind. Für beide Formen sozialer Distinktion, also die Stigmatisierung und darauffolgende Reaktionen wie die Glorifizierung, gilt es zu überprüfen, ob sich diese - und möglicherweise auch andere - vorfinden lassen.

4 Entwicklung in den letzten Jahren: Daten zur Abstinenz

Bevor Motive und Begründungen des Verzichts sowie deren Wandel in den letzten Jahren genauer untersucht wird, soll die zahlenmäßige Entwicklung des Konsums von tierischen Produkten, Alkohol und Nikotin betrachtet werden. Vor allem scheint interessant, ob bzw. in welchen der Bereiche ein Konsumrückgang zu verzeichnen ist. Daraus lassen sich letztlich auch Vorannahmen für die Auswertung treffen. Dabei sollen Daten aus Deutschland und Österreich betrachtet werden, um Gemeinsamkeiten und Unterschiede aufzuzeigen. Der Schwerpunkt liegt allerdings auf den deutschen Ergebnissen, da davon auszugehen ist, dass Österreicherinnen und Österreicher aufgrund der kleineren Einwohnerzahl weniger stark in den Foren vertreten sind. Zu den tierischen Produkten werden, wie eingangs erwähnt, sowohl Produkte aus Tieren, wie Fleisch, als auch Produkte von Tieren, wie Milch oder Honig, gezählt - entsprechende Zielgruppen sind also sowohl Vegetarier als auch Veganer.

4.1 Daten zum Verzicht auf tierische Produkte

Was die derzeitige Anzahl an Vegetariern und Veganern in Deutschland betrifft, schwanken die Zahlen je nach Quelle recht stark. Dies liegt höchstwahrscheinlich daran, dass das Phänomen fleischloser Ernährung in unserer Kultur vergleichsweise jung ist, Daten hierzu nur im geringen Ausmaß vorhanden sind und sehr unterschiedlich erhoben wurden. Einer Onlinebefragung der Universitäten Göttingen und Hohenheim im Jahr 2013 zufolge beträgt die Zahl der Vegetarier im deutschen Bundesgebiet rund 3,7%, nicht einmal jeder

Zehnte davon ist Veganer (vgl. Cordts et al. 2013:2ff.). 11,6% der Befragten gaben jedoch an, dass sie nur maßvoll und bewusst Fleisch konsumieren - die sogenannten *Flexitarier*. Zudem wollen 9,5% in Zukunft den Fleischkonsum reduzieren. Frauen zählen häufiger zu den Personen, die kein oder nur weniger Fleisch essen, ebenso Personen mit höherem sozioökonomischen Status. 75,1% der Befragten machen „unbekümmerte Fleischesser“ aus, 13,4% würden ihren Konsum sogar erhöhen, falls Fleisch und Wurst billiger wäre. Nach diesen Ergebnissen sind Vegetarier und Veganer noch stark in der Unterzahl, wobei dennoch ein starker Anstieg im Vergleich zur Nationalen Verzehrstudie II aus dem Jahre 2007 zu verzeichnen ist, bei der lediglich 1,6% der Befragten komplett auf Fleisch verzichteten (vgl. Cordts et al. 2013:1).

Der Vegetarierbund Deutschland e.V. ging im Januar 2015 hingegen von rund 7,8 Millionen Vegetariern in Deutschland, also knapp 10% der Bevölkerung aus (vgl. VEBU 2015). Dies wird anhand diverser Befragungsergebnisse begründet, welche alle um einen Wert von etwa 10% liegen. Mit Berufung auf das Institut für Demoskopie Allensbach und das Markt- und Meinungsforschungsinstitut YouGov sei die Anzahl der Vegetarier alleine seit 2009 von 6,29 Millionen Menschen auf 7,75 Millionen im Jahr 2014 gewachsen. 1983 ernährten sich hingegen nur etwa 0.6% der Bevölkerung vegetarisch. Zudem wird der Geschlechterunterschied betont, wonach es mehr als vier Mal häufiger weibliche Vegetarier in Deutschland gibt.

Auch wenn sich die Zahlen teilweise enorm unterscheiden, so kann man dennoch von einer Entwicklung zu mehr Vegetarismus und Veganismus ausgehen bzw. von mehr Personen, die häufiger auf Fleisch verzichten möchten:

„Sebastian Zösch, Geschäftsführer der Vegetarierbunds Deutschland (VEBU), rechnet damit, dass sich 2030 fünf bis sieben Mio. Menschen vegan ernähren werden. Die Hauptgründe hierfür sieht Zösch vor allem im Bereich ethischer und gesundheitlicher Überlegungen der Verbraucher. Der Verzicht auf den Konsum tierischer Produkte ist demnach zum Teil auf die Kritik an gängigen Methoden der Massentierhaltung zurückzuführen, teilweise aber auch auf das Bestreben, sich möglichst fettarm und gesund zu ernähren.“ (Ternès et al. 2015:7)

Dies zeigt sich auch beim Konsum von Fleischersatzprodukten (vgl. Statista 2014): Während in Deutschland 2009 etwa 8,92 Millionen Personen zumindest gelegentlich Produkte

wie z.B. Tofu konsumierten, waren es 2013 schon 10,33 Millionen. In Österreich ist der Anteil der Vegetarier und Veganer zwar deutlich geringer (vgl. VEBU 2015), allerdings zeichnet sich auch hier der Trend zu weniger tierischen Produkten ab. So bestätigte etwa die Supermarktkette SPAR einen großen *Veggie-Boom* - aufgrund der hohen Nachfrage wurde das Sortiment an vegetarischen und veganen Produkten eineinhalb Jahre nach der Einführung im Jahr 2012 von 43 auf 70 Produkte erweitert. Auch von einer starken Vernetzung der Zielgruppe wird berichtet:

„SPAR beobachtet seit längerer Zeit, dass besonders die jüngeren Kunden vegetarischer und veganer Lebensmittel einen regen Austausch pflegen. Vor allem auf Social Media-Plattformen wie Facebook tauschen sich diese aus und halten sich gegenseitig über Produktnews etc. am Laufenden.“ (OTS 2013)

Insgesamt kann also sowohl in Deutschland als auch in Österreich eine Entwicklung hin zum Vegetarismus bzw. Flexitarismus konstatiert werden. Zwar schwanken die Zahlen über die derzeitig vermuteten Vegetarier und Veganer beträchtlich, allerdings ist nachfolgend hauptsächlich die Erkenntnis von Bedeutung, dass deren Anzahl beständig zugenommen hat.

4.2 Daten zum Verzicht auf Alkohol

Da ein Bewusstsein um die Schädlichkeit von Alkohol und diesbezügliche Debatten um den Alkoholkonsum bei weitem nicht neu sind, gibt es zu diesem Thema auch dementprechend mehr und solidere Daten. Zunächst ist für Deutschland festzustellen, dass das Geschlecht einen wesentlichen Einfluss auf die Trinkgewohnheiten ausübt (vgl. Kraus et al. 2013:337). In dem Zeitraum von 1995 bis 2012 zeigt sich bei erwachsenen Männern grundsätzlich ein rückläufiger Trend. Während 1995 in allen Altersgruppen (von 18 bis 64 Jahren) zwischen 21 und 25 Gramm Reinalkohol pro Tag konsumiert wurden, ging diese Menge bis 2012 um 5-7 Gramm zurück. Dies entspricht etwa 0,2 Liter Wein. Erwachsene Frauen trinken dagegen von Grund auf weniger, allerdings kann man dabei von keinem Rückgang sprechen. 1995 und 2012 wurden in allen Altersgruppen zwischen 6,8 und 9,8 Gramm Ethanol pro Tag konsumiert, die Unterschiede zwischen diesen beiden

Zeitpunkten sind relativ gering. Auch ist die Menge bei den 40- bis 59-Jährigen nach einem zu vorigen Anstieg ab 2000 recht stark gefallen (von 10,9 auf 7,9), bei den jüngeren Frauen (18- bis 24-Jahre) ist sie im gleichen Zeitraum dagegen leicht gestiegen (von 8,9 auf 9,4).

Auch bezüglich des *Rauschtrinkens* ist der Geschlechterunterschied enorm (vgl. Kraus et al. 2013:337f.). Grundsätzlich gaben im Vergleich etwa doppelt so viele Männer an - nämlich knapp die Hälfte der Befragten - solch eines 30 Tage zuvor mindestens einmal praktiziert zu haben. Allerdings sank deren Anteil mit Ausnahme der 25- bis 39-Jährigen zwischen 2006 und 2012 ab, wobei sich vor 2006 gerade bei den jüngeren Männern bis 24 Jahren zuvor noch ein deutlicher Anstieg erkennen lässt. Bei den Frauen tritt dieses Phänomen zwar nur etwa halb so oft auf, allerdings nahm es in allen Altersgruppen von 18 bis 64 Jahren leicht zu. Unter den minderjährigen weiblichen und männlichen Personen (10 bis 17 Jahre) ist für die letzten Jahre hingegen ein genereller Rückgang zu verzeichnen, sowohl im regelmäßigen, wie im exzessiven Konsum (vgl. Kuntz et al. 2015:6ff.). Allerdings zeigt sich auch hier für beide Geschlechter von 1997 bis 2007 ein starker Anstieg, bevor der Konsum bis 2012 wieder deutlich abfällt. Dass dies vor allem auf die jüngeren Personen bis 24 Jahre zutrifft, kann möglicherweise auf die große Medienberichterstattung über den Alkoholmissbrauch von Jugendlichen und die darauffolgenden Aufklärungskampagnen und Präventionsmaßnahmen zurückgehen, die sich speziell an diese Zielgruppe wandten (vgl. Orth/Töppich 2015:13).

Insgesamt kann man in Deutschland einen Rückgang des Alkoholkonsums feststellen, hauptsächlich wegen den abnehmenden Trinkgewohnheiten der Männer. Allerdings liegt Deutschland noch immer weit über dem Durchschnitt der EU. Noch höher ist der Pro-Kopf-Verbrauch allerdings in Österreich (vgl. Uhl et al. 2015:81). Zudem kann man für die Alpenrepublik nicht behaupten, dass in den letzten Jahren weniger getrunken wurde. Zwar sank der Verbrauch pro Kopf bis ins Jahr 2002 relativ konstant ab, ab diesem Zeitpunkt pendelte er aber um einen Wert von 12 Liter reinen Alkohols jährlich. Festzustellen ist jedoch, dass für Personen zwischen 13 und 20 Jahren in Österreich der Alkoholkonsum ebenfalls zwischen 1994 und 2006 auf einem vergleichsweise hohen Niveau war, in den Jahren darauf aber beständig weniger wurde. Zudem spielt das Geschlecht eine noch stärkere Rolle: So nimmt der österreichische Mann durchschnittlich 43 Gramm Alkohol pro

Tag zu sich, 3,3-mal mehr als bei den Frauen (vgl. ebd. 43). Letztlich kann man auf lange Sicht und für die Gesamtbevölkerung Deutschlands und Österreichs festhalten, dass der Alkoholkonsum zurückging. Geschlechtsspezifisch und vor allem in den letzten zehn Jahren ist dies aber nicht durchwegs der Fall. Dennoch lässt sich für junge Menschen in beiden Ländern feststellen, dass diese vor zehn Jahren vergleichsweise viel Alkohol konsumierten, der Konsum dann aber beständig zurückging.

4.3 Daten zum Verzicht auf Nikotin

Während Alkohol in vielen Kreisen noch immer als selbstverständlich angesehen und toleriert wird, wächst bezüglich Zigaretten und Nikotin im Allgemeinen seit längerer Zeit eine zunehmende Abwehrhaltung. Dass der Konsum schon so lange problematisiert wird, zeigt sich an der Fülle von Daten zum Rauchverhalten. Zunächst lässt sich für Deutschland sagen, dass Männer wie Frauen zunehmend weniger rauchen (vgl. Kraus et al. 2013:337f.). Von 1980 bis 2012 sank mit Ausnahme der 60- bis 64-jährigen Männer und der 40- bis 59-jährigen Frauen in allen anderen Alterskategorien der Tabakkonsum. So ist in diesem Zeitraum etwa der Anteil männlicher junger Erwachsener zwischen 18 und 24 Jahren, die 30 Tage zuvor geraucht haben, von 60,5% auf 29,8% gefallen, bei den Frauen gleichen Alters von 54,2% auf 24,6%. Ebenso fällt unter den 12- bis 17-Jährigen die Zahl der RaucherInnen, allerdings stieg diese um die Jahrtausendwende wieder kurz an (vgl. Orth/Töppich 2015:25f.). Zudem ist bei den Jugendlichen interessant, dass sich der Geschlechterunterschied nahezu auflöst: Während die männlichen Befragten im Jahre 1979 etwa 20% häufiger regelmäßig rauchten und die weiblichen Befragten rund 20% häufiger noch nie geraucht haben, verschwanden diese Differenzen bis 2014 nahezu komplett.

Auffallend ist auch, dass der Rückgang im Tabakkonsum bei den Frauen tendenziell weniger stark als bei den Männern verläuft (vgl. Orth/Töppich 2015:26). Die beiden Geschlechter nähern sich also zunehmend an. Bei den jungen Erwachsenen wurden die Männer im Jahre 2008 sogar kurzzeitig von den Frauen „überholt“ (vgl. Orth/Töppich 2015:27). Diese Tendenz ist in Österreich sogar noch wesentlich ausgeprägter. So fällt

der Tabakkonsum bei den österreichischen Männern ununterbrochen ab: Während 1972 noch 38,7% täglich rauchten (vgl. Statistik Austria 2015a:59), sind es bis 2014 nur mehr 26,5% (vgl. Statistik Austria 2015b). Dagegen zeigt sich bei den Frauen ein umgekehrtes Bild - mit einem konstanten Anstieg von 9,8% auf 22,1% im gleichen Zeitraum. Insgesamt ist die Zahl der RaucherInnen in Österreich allerdings in den letzten Jahren leicht gesunken, da der Tabakkonsum auf Seiten der Männer schneller schwindet, als er bei den Frauen zunimmt (vgl. Statistik Austria 2015a:350).

4.4 Fazit

Wenn man ein Gesamtfazit ziehen möchte, so kann man feststellen, dass es eine klare Tendenz in Richtung Verzicht gibt. Dies lässt sich vor allem für die Abstinenz gegenüber tierischen Produkten sagen, wenngleich die Datenlage dazu nicht immer optimal ist und sich teilweise stark unterscheidet. Dennoch deutet sowohl in Deutschland wie in Österreich alles darauf hin, dass vegetarische und vegane Ernährung weiter zunimmt. Bezüglich des Alkohols muss man die Ergebnisse differenzierter betrachten. Zunächst wird in beiden Ländern seit jeher vergleichsweise viel getrunken, wobei der Konsum in Deutschland eher rückläufig ist, in Österreich dagegen in den letzten Jahren nicht mehr. Es hat sich aber gezeigt, dass seit ca. 2006 in beiden Ländern vor allem jüngere Personen zunehmend weniger Alkohol trinken. Da davon auszugehen ist, dass in den Onlineforen mehrheitlich Personen aus Deutschland posten, welche tendenziell jünger sind (vgl. Kapitel 6), kann man bei der Zielgruppe ebenfalls einen klaren Rückgang im Alkoholkonsum vermuten. Der Tabakkonsum ging ebenfalls in beiden Ländern zurück, wobei er bei bestimmten Gruppen auch zugenommen hat. Interessant ist, dass sich die beiden Geschlechter in Deutschland und Österreich bezüglich der Menge zunehmend angleichen. Vor allem österreichische Frauen schwimmen hier gegen den Strom und rauchen deutlich mehr als früher. Grundsätzlich ist die Richtung hier aber - wie bei den anderen zwei Kategorien - relativ klar: Im Durchschnitt geht der Konsum zurück, der Verzicht liegt im Trend.

5 Forschungsfragen

Die zentrale Frage nach den Hintergründen der Abstinenz sowie deren Wandel lässt sich in mehrere Forschungsfragen untergliedern. Zu diesen können auch einige Vorannahmen aufgestellt werden, die sich an der Theorie und den statistischen Daten orientieren. Im Folgenden ist für die erste Forschungsfrage zunächst relevant, weshalb Personen überhaupt verzichten und welche Faktoren dabei eine Rolle spielen:

F1: Was sind die Motive und Hintergründe der Abstinenz?

Diese Frage stellt sich selbstverständlich für alle Themen und Zeiträume. Dabei soll besonders auf die geäußerten Bedenken und Rechtfertigungen der Personen eingegangen werden. Vor allem anhand der Theorien von Weber, Elias und Foucault lassen sich auch die ersten Annahmen bezüglich der Akzeptanz und Verbreitung von Abstinenz treffen. Aufgrund des postulierten zunehmenden Selbstzwanges sollten der Verzicht und auch Verbote überwiegend positiv aufgenommen werden. Andererseits könnten, etwa im Falle von Gegenreaktionen, besonders Belehrungen und Missionierungsversuche davon zeugen, dass Entbehrung und Mäßigung als erstrebenswert gesehen und dementsprechend verteidigt werden. Auch Stigmatisierungen des übermäßigen Konsums könnten das Ideal der Temperenz betonen.

Häufig sollte sich auch das Phänomen vorfinden lassen, dass die Wissenschaft als wesentlicher Bezugspunkt für die Begründung des Verzichts angeführt wird. Nach Bourdieu nutzen Personen den Bezug auf Wissen bzw. Wissenschaft, um den eigenen Standpunkt noch stärker zu untermauern. Von klein auf wird uns das entsprechende Wissen über Risiken vermittelt und ein starkes Vertrauen in die Wissenschaft anezogen. Demnach müssten häufig wissenschaftliche Erkenntnisse angeführt werden, um den Verzicht auf die jeweiligen Produkte zu rechtfertigen. Ebenso sollten sich Personen vermehrt auf Vernunft und Weitsicht zur Begründung der Abstinenz berufen. Laut Norbert Elias werden wir darauf hintrainiert, die Folgen unserer Handlungen stets auf weitem Feld abzuwiegen. Dadurch, dass sich der moderne Mensch permanent selbst überwacht, ist er auch auf Zurückhaltung und Weitsicht eingestimmt. Demnach sollten sich verzichtende Personen auch auf mögliche Folgen in der Zukunft berufen.

Schließlich müsste die Abstinenz auch der sozialen Abgrenzung dienen. Der Konsum bestimmter Produkte kann stigmatisiert werden, indem sich Personen diesen konkret verweigern. Verächtliche Kommentare über bestimmte Konsumformen würden dies widerspiegeln. Umgekehrt können bestimmte Lebensstile als Gegenreaktion glorifiziert werden, um die eigene Konsumpraxis zu verteidigen - dies sollte vor allem bei hedonistischen Konsumgewohnheiten der Fall sein. Für beide Formen sozialer Distinktion nach Bourdieu gilt es zu überprüfen, ob sich diese und möglicherweise auch andere vorfinden lassen.

Zentral für die Untersuchung ist außerdem auch die Frage nach dem Wandel im Zeitverlauf, weshalb die nächste Forschungsfrage diesen thematisiert:

F2: Haben sich Motive und Hintergründe für den freiwilligen Verzicht in den letzten Jahren geändert?

Auch hierzu können Vorannahmen getroffen werden. So könnte man davon ausgehen, dass der Verzicht selbstverständlicher wird und die Akzeptanz für Abstinenz und die stärkere Regulierung des Konsums weiter steigt. Belehrungen und Missionierungsversuche könnten daher einerseits noch zunehmen, andererseits wäre umgekehrt auch denkbar, dass diese aufgrund der zunehmenden Verbreitung von Mäßigung und Verzicht weniger notwendig werden. Natürlich könnten Diskussionen auch grundsätzlich auf anderen Ebenen geführt werden, da ältere Paradigmen im Laufe der Zeit überholt werden.

Es scheint auch möglich, dass sich im zweiten Zeitraum stärker differenzierte Begründungen finden lassen. Wie Elias und Bourdieu, aber auch Beck zeigten, differenzieren sich Lebensweisen immer stärker und immer mehr Subkategorien entstehen. Wenn dies zutrifft, müssten sich die späteren Diskussionen zum Thema Verzicht vielschichtiger und facettenreicher gestalten, da sich das Wissen und die Lebensweisen in diesem Bereich ebenfalls stärker differenzieren. Dadurch, dass häufiger verzichtet und dies von vielen Personen selbstverständlicher gesehen wird, sollten sich auch einerseits die sozialen Abgrenzungen verstärken, da das Verständnis abnimmt, andererseits aber auch die Gegenreaktionen darauf zunehmen. Natürlich stellt sich bei all diesen Überlegungen die Frage, ob dies bereits in einem solch vergleichsweise kurzen Zeitraum feststellbar ist.

Abschließend soll das ausgewertete Material überblickt und ein übergreifendes Fazit gezogen werden:

F3: Welche gemeinsamen Hintergründe, Motive und Entwicklungen lassen sich finden?

Die unterschiedlichen Phänomene sollen verbunden und grundlegende Ursachen und Entwicklungen des freiwilligen Verzichts in der heutigen Gesellschaft gefunden werden. Natürlich kann sich umgekehrt auch herausstellen, dass sich Alkohol-, Nikotin- und Fleischverzicht in den Motiven und Beweggründen von Grund auf unterscheiden.

6 Methode

Zur Beantwortung der Forschungsfragen sollen Beiträge in Onlineforen dienen. Hierzu werden bestimmte „Threads“, also von NutzerInnen erstellte Diskussionen von Themen, herangezogen. Dadurch liegt eine Fülle an Material bereit, das nicht extra erhoben werden muss. Gerade da sich das Internet über die letzten Jahre immer größerer Beliebtheit erfreut, sind die Möglichkeiten enorm. Von großem Vorteil erweist sich bei dieser Untersuchungsform, dass archivierte Beiträge von mehr als zehn Jahren ausgewertet werden können. Besonders interessant scheint dabei die Tatsache, dass dadurch Längsschnittanalysen auch rückwirkend möglich sind, wenngleich hier in der Regel die beteiligten Personen wechseln und einige weitere Einschränkungen in Kauf genommen werden müssen. So kann etwa die Thematik nicht selbst gewählt werden, sondern andere Personen erstellen die Threads, welche sich daher zwischen den Zeiträumen mehr oder weniger stark unterscheiden. Im Gegensatz zu klassischen Längsschnittstudien bedeutet diese Erhebungsart also mehr Ungewissheit und weniger Kontrolle über die Erhebungsgesamtheit und Themensetzung.

Um diese Probleme zu minimieren, wurden für die jeweiligen Zeiträume mehrere Threads aus drei sehr unterschiedlichen Foren untersucht. Diese möglichst breite Streuung soll

auszuschließen, dass Gemeinsamkeiten in den ähnlichen Interessen und Merkmalen der Personen begründet liegen, die sich in diesen Foren austauschen. Für beide Zeiträume wurden wiederum jeweils zwei thematisch ähnliche Foren und Threads gewählt, um die gefundenen Unterschiede dem Zeitverlauf zuordnen zu können. Die entsprechenden Foren wurden dabei mittels Suchmaschine gefunden, die Threads mithilfe der Suchfunktion im jeweiligen Forum. Letztlich mussten die zwei Zeiträume sowie die jeweiligen Foren auch pragmatisch gewählt werden, da viele ältere Foren schlichtweg nicht mehr existieren oder thematisch passende Threads nicht vorhanden sind. Außerdem musste, wenn beides gegeben war, auch stets ein aktuelles Pendant dazu gefunden werden. Ein Abstand der Zeiträume von etwa zehn Jahren wurde als ideal angesehen - also Threads, die einerseits möglichst nahe an 2005 liegen und andererseits so aktuell wie möglich sind.

Diese Art der vergleichenden Datenerhebung bietet sich mittlerweile an, da bereits vor über zehn Jahren relativ viele Personen im Internet aktiv waren. So war es in Deutschland bis 2003 der Fall, dass die Nutzung besonders stark anstieg und erstmals mehr als die Hälfte der Bevölkerung regelmäßig online ging (vgl. Van Eimeren et al. 2003:238f.). Zwar gibt es seit jeher die Tendenzen, dass vor allem jüngere und männliche Personen besonders häufig das Internet nutzen, die Unterschiede verringern sich allerdings zunehmend. 2015 nutzten schließlich knapp 80% der Bevölkerung das Internet zumindest gelegentlich (vgl. Frees/Koch 2015:367). Für Österreich ist die Entwicklung ähnlich, wobei die Internetnutzung hier sogar noch etwas stärker verbreitet ist und schon 2012 80% der Bevölkerung erreicht wurden (vgl. Statistik Austria 2012:24). Wegen des raschen Anstiegs der Nutzerinnen und Nutzer ab dem Jahr 2003 wurde auch die Forenkultur ab diesem Zeitpunkt wesentlich lebendiger. Aufgrund der Verbreitung von sozialen Netzwerken bzw. dem „social web“ (vgl. Schmidt 2008), war dies die letzten Jahre allerdings wieder rückläufig. Sogenannte Social Media Plattformen wie Facebook wurden für die Untersuchung jedoch nicht aufgenommen, da der Zugang dort ein anderer ist: Um in einem speziellen Forum mitzureden, muss man sich genau dort registrieren, auf den meisten Social Media Seiten wiederum reicht ein allgemeiner Account, wodurch der Zugang vereinfacht ist.

Wie bereits angesprochen sind Personen, die das Internet nutzen, kein genaues Abbild der gesamten Gesellschaft. Ältere Personen etwa sind deutlich unterrepräsentiert. Darüber hinaus sind die unterschiedlichen Themen der Foren ein weiterer Filter, der allerdings ebenfalls nur sehr unscharf ist. Selbst wenn man davon ausgehen könnte, dass Personen in einem Forum für elektronische Musik wohl durchschnittlich jünger sind als Personen in einem Schlagerforum, ist das genaue Alter der User und dessen Verteilung im gesamten Forum kaum zu erfahren. Aus diesem Grund können keinerlei Aussagen darüber gemacht werden, wie bestimmte Merkmale von Personen deren Motive beeinflussen. Eine Ausnahme bildet das Geschlecht, welches man häufig am Usernamen oder durch die Beiträge erkennt und sich dadurch Tendenzen bezüglich Über- oder Unterrepräsentation im entsprechenden Forum zeigen.

Letztendlich wurden also anhand der zur Verfügung stehenden Threads und des Anspruchs auf Diversität drei unterschiedliche Forenarten gewählt: Computerspiele, Kampfsport und das einer Frauenzeitschrift. Bei dem Kampfsport-Forum sowie bei dem Forum der Frauenzeitschrift handelt es sich nachfolgend jeweils immer um das gleiche Forum, da die Aktivität der Nutzerinnen und Nutzer über die Jahre ziemlich konstant auf einem hohen Niveau blieb. Dies könnte an der vergleichsweise geringen Konkurrenz durch alternative Foren liegen. Bei den Computerspiel-Foren wurden hingegen drei verschiedene Seiten ausgewertet, da die Aktivität über die Jahre stark schwankte. Der Grund hierfür scheint in der schnellen Entwicklung in diesem Bereich zu liegen, sodass Spielerinnen und Spieler innerhalb weniger Jahre zu anderen Spielen und damit auch Foren wechseln. In der nachfolgenden Tabelle wurde jeder Thread mit einer Nummer versehen, das Datum des Erstellens angegeben, die Laufzeit in Wochen (Zeit zwischen erstem und letztem Beitrag), die Art des Forums, der Name des Threads sowie die Zahl der Beiträge zu dem Thema. Die Tabelle wurde außerdem nach Datum und der Art des Verzichts sortiert:

Nr.	Datum	Laufzeit	Forum	Threadname	Beiträge
Verzicht auf tierische Produkte					
1.1	10.02.2004	6	Computerspiele	<i>Fleischfresser?</i>	210
1.2	10.08.2004	0	Kampfsport	<i>Ohne Fleisch</i>	46
1.3	08.09.2004	1	Kampfsport	<i>Ernährung für einen Vegetarier</i>	26
1.4	19.12.2004	4	Kampfsport	<i>Gewicht und Muckies! Aber ich bin doch Vegetarier!</i>	28
1.5	26.03.2006	2	Computerspiele	<i>Vegetarier oder Fleischesser?</i>	77
1.6	31.08.2006	2	Frauenzeitschrift	<i>Für alle die es selbstverständlich finden (Massentierhaltungs)Fleisch zu essen</i>	16
1.7	12.05.2007	4	Frauenzeitschrift	<i>Vegetarier werden...</i>	80
2.1	03.04.2012	70	Kampfsport	<i>"Feindeselige" Veganer?</i>	319
2.2	09.03.2013	0	Kampfsport	<i>Fleisch für alle? - die dunkle Seite...</i>	43
2.3	13.09.2014	16	Frauenzeitschrift	<i>Vegetarier werden?</i>	245
2.4	03.12.2015	2	Computerspiele	<i>Wieviel Fleisch esst ihr?</i>	290
Verzicht auf Alkohol					
3.1	04.06.2003	2	Kampfsport	<i>Der liebe Alkohol und der böse Blackout</i>	45
3.2	05.07.2005	58	Frauenzeitschrift	<i>3 Bier (=1,5 Liter) pro Abend zuviel?</i>	80
3.3	08.11.2005	4	Computerspiele	<i>Umfrage</i>	63
3.4	18.01.2006	1	Kampfsport	<i>Trinkt ihr Bier?</i>	97
3.5	26.11.2006	1	Frauenzeitschrift	<i>Alkohol!</i>	11
3.6	29.11.2007	2	Frauenzeitschrift	<i>Wieviel Bier ist zu viel / ungesund?</i>	20
4.1	25.02.2014	6	Kampfsport	<i>Kein Alkohol - Fastenzeit</i>	68
4.2	09.05.2014	0	Kampfsport	<i>Alkohol tabu?</i>	27
4.3	31.05.2014	1	Frauenzeitschrift	<i>Täglich eine Flasche Bier und eine Flasche Wein</i>	250
4.4	04.06.2014	1	Computerspiele	<i>Alkoholkonsum weltweit</i>	267
4.5	18.05.2015	1	Frauenzeitschrift	<i>Jugendliche und Bier</i>	29

Verzicht auf Nikotin					
5.1	29.12.2002	134	Computerspiele	<i>Rauchen ...</i>	214
5.2	28.02.2004	1	Kampfsport	<i>Rauchen ...</i>	60
5.3	14.07.2004	1	Kampfsport	<i>rauchen aufhören?</i>	40
5.4	25.09.2006	64	Frauenzeit- schrift	<i>Ich bin Nichtraucher seit</i>	227
6.1	04.03.2014	108		<i>...</i>	23
6.2	07.08.2013	86	Kampfsport	<i>Rauchen?</i>	122
6.3	22.08.2013	1	Computerspiele	<i>Warum sind Zigaretten eigentlich erlaubt?</i>	511
6.4	23.10.2013	63	Frauenzeit- schrift	<i>Ich würde so gerne Nichtraucher sein, aber</i>	27
				<i>...</i>	
6.5	05.02.2014	1	Computerspiele	<i>Wie viele Zigaretten raucht ihr am Tag?</i>	231

Durch die Nummer sollen die Threads eindeutig zugeordnet werden können, die erste Zahl wechselt je nach Zeitraum und Verzichtsart. Zitiert werden die Beiträge in der nachfolgenden Auswertung durch Angabe der Nummer des Threads sowie die laufende Nummer des Beitrages innerhalb des Threads. Der fünfte Beitrag im ersten Thread in der Liste würde somit folgendermaßen zitiert: Th. 1.1:5. Auch zeigt sich, dass eine hohe Beitragszahl nicht automatisch auch auf eine hohe Laufzeit schließen lässt. Einige Threads (z.B. 2.4 oder 6.3) explodieren nach deren Erstellung förmlich, sind aber nach einer Woche wieder komplett zum Stillstand gekommen. Es scheint dabei wohl vor allem darauf anzukommen, ob der oder die ThreaderstellerIn gerade einen empfindlichen Nerv getroffen hat und das Thema für die anderen NutzerInnen entsprechend relevant ist. Gerade wenn sich dann innerhalb kurzer Zeit viele Beiträge inhaltlich wiederholen, beginnt die Diskussion an Interesse zu verlieren und kann sehr schnell versiegen.

Grafisch lassen sich die Laufzeiten und untersuchten Zeiträume noch besser veranschaulichen. So setzen sich die Daten, gegliedert nach Jahren und Quartalen bzw. Art des Verzichts, folgendermaßen zusammen:

		2003	2004	2005	2006	2007	2008-2012	2013	2014	2015
T P	CS									
	KS									
	FZ									
A L K	CS									
	KS									
	FZ									
N I K	CS									
	KS									
	FZ									

Untersuchte Threads gegliedert nach Thema (TP = tierische Produkte, ALK = Alkohol, NIK = Nikotin) und Jahren anhand untersuchter Foren (CP = Computerspiele, KS = Kampfsport, FZ = Frauenzeitschrift)

Die insgesamt 30 ausgewerteten Threads wurden innerhalb der jeweiligen Verzichtsart auch anhand der Foren eingeteilt, womit etwa die erste Zeile nach den Jahreszahlen Threads im Computerspielforum zum Verzicht auf tierische Produkte betrifft. Die Threads wurden außerdem im jeweils aktiven Quartal markiert, wo sich die Markierungen bzw. die Threads überlagern, sind diese dunkler dargestellt (viermal der Fall). Der Zeitraum zwischen 2008 und 2012 wird für die Untersuchung nicht beachtet. Zwar beginnt ein Thread des Kampfsport-Forums schon im Jahre 2012, außerdem zieht sich ein Thread des Forums der Frauenzeitschrift durch den gesamten Zeitraum, die Beiträge in der Zeit von 2008 bis 2012 werden jedoch auch hier nicht ausgewertet. Dadurch ergeben sich drei Zeiträume: Auswertungszeitraum 1, mit Beiträgen von 2002 bis 2007, Auswertungszeitraum 2, mit Beiträgen von 2013 bis 2015 sowie den pausierten Zeitraum von fünf Jahren dazwischen. Die beteiligten Personen unterscheiden sich zwischen den beiden Auswertungszeiträumen nahezu komplett, nur in den seltensten Fällen waren NutzerInnen über mehr als fünf Jahren aktiv und haben jeweils in beiden Zeiträumen an einer Diskussion in den entsprechenden Threads teilgenommen. Wie bereits angesprochen liegt hier ein Unterschied zu klassischen Längsschnittstudie: Die Personen wechseln und die Veränderung der Einstellung bei bestimmten Individuen lässt sich somit nicht beobachten. Daher liegt der Fokus auf dem Wandel des Diskurses.

Natürlich unterscheiden sich die Threads auch hinsichtlich Laufzeit und Beitragszahl sowie der Thematik mehr oder weniger stark. Grundsätzlich kann man zwischen zwei unterschiedlichen Intentionen der ErstellerInnen solcher Threads unterscheiden: allgemeines Interesse und das Suchen nach konkreten Ratschlägen. Vor allem werden in Foren mit wenig Bezug auf Gesundheit (wie im Computerspiele-Forum) häufig im sogenannten

„Off-Topic-Bereich“ auch andere Themen besprochen. Dabei fragen die ErstellerInnen der Threads zumeist aus allgemeinem Interesse bzw. Langeweile nach Meinungen und Sichtweisen. Konkrete Ratschläge werden hingegen vermehrt auf Seiten gesucht, die einen stärkeren Bezug zum Thema Gesundheit haben (wie das Kampfsport-Forum sowie das Forum der Frauenzeitschrift). Hier erhoffen sich die Threaderstellerinnen und -ersteller Erfahrungsberichte und Tipps für das eigene Leben. Grundsätzlich ist davon auszugehen, dass sich bestimmte Merkmale der Personen stark anhand des jeweiligen Forums unterscheiden. So ist anzunehmen, dass Mitglieder im Forum für Kampfsport deutlich sensibler auf ihre Gesundheit eingestellt sind und stärker auf ihren Körper achten. Bezüglich des Alters könnten die Personen im Computerspielforum eine homogenere Gruppe darstellen, da diese Spiele vor allem unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen stark verbreitet sind. Im Hinblick auf das Geschlecht ist hingegen anzunehmen, dass mehr Frauen im Forum der Frauenzeitschrift aktiv sind, dagegen mehr Männer in den anderen zwei Forenarten. Wie bereits angesprochen ist es aber oft nicht möglich, die Merkmale der NutzerInnen in Erfahrung zu bringen, wenngleich oft bestimmte Tendenzen anhand des gewählten Namens und der Beiträge erkennbar sind.

Egal ob die Erstellerinnen und Ersteller der Threads nach Ratschlägen suchen oder nur Neugierde dahinter steckt, es kommt stets dazu, dass die beteiligten Personen deren Meinung und Lebensstil offenlegen und begründen (obgleich in den Threads, in welchen nach Rat gesucht wird, auch immer wieder ein Rekurs auf Rezeptvorschläge, Ernährungstipps oder Ähnliches stattfindet). Letztlich bewegen sich die NutzerInnen aber immer vom konkreten Thema des Threads (z.B. Tipps für Vegetarier) weg und diskutieren ihre grundsätzlichen Sichtweisen (wie die Skepsis an jener Ernährungsweise). Allerdings spiegelt auch das festgelegte Thema den gesellschaftlichen Diskurs wieder, etwa wenn jüngere Threads häufiger aufgrund kritischer Hintergründe gestartet werden. Auch scheinen besonders aktuelle politische Debatten, wie etwa das Rauchverbot, und diesbezügliche Medienberichte für Diskussionsstoff zu sorgen. Dass der Konsum zurückgeht und weniger selbstverständlich gesehen wird, lässt sich also bereits ein Stückweit an den Titeln der Threads ablesen (vgl. Th. 6.3: „Warum sind Zigaretten eigentlich erlaubt?“).

Für die Datenauswertung wird das Material zunächst einer Grobanalyse unterzogen, die den Prinzipien der kategorienbasierten Textanalyse folgt (vgl. Kuckartz 2010:92ff.). Dabei wird das Material nach Auffälligkeiten (vor allem Themen, die häufiger angesprochen werden) durchsucht und anhand der vorliegenden Beiträge induktiv Kategorien gebildet. Anhand dieser Kategorien sollen einerseits die genannten Motive der Personen aufgezeigt, andererseits aber auch das implizite handlungsleitende Wissen der Akteure extrahiert werden (vgl. Bohnsack 2009:15ff.). So werden bestimmte Denkmuster herausgearbeitet, die dabei eine Rolle spielen und untersucht, wie sich die Personen diesbezüglich voneinander unterscheiden:

„Während also die formulierende Interpretation der Frage nachgeht, *was* mitgeteilt wird, geht die *reflektierende Interpretation* der Frage nach, *wie* das Mitgeteilte hergestellt wird, welcher *Orientierungsrahmen* oder welcher *Habitus* [...] sich in dem Gesagten oder bildhaft Dargestellten über eine Gruppe, ein Milieu, eine Generation oder auch ein Individuum *dokumentiert* [...]“. (Bohnsack 2009:20; Hervorhebungen im Original)

Dadurch sollen also die klar genannten Motive (beispielsweise Gesundheit) für den Verzicht dokumentiert werden, andererseits aber auch Auffälligkeiten, welche nicht direkt geschrieben wurden (etwa Missionierungsversuche). Interessant sind bestimmte Erscheinungen natürlich erst dann, wenn sie auch dementsprechend häufig vorkommen. Besonders für den Vergleich der beiden Zeiträume wird es nötig sein, diesbezüglich nach Veränderungen Ausschau zu halten.

Ferner stellt sich die Frage, ob bzw. wie Einstellungen und mitgeteiltes Verhalten abzugrenzen sind. Es könnte durchaus der Fall sein, dass eine Person von einem bestimmten Verhalten (z.B. dem eigenen Fleischkonsum) berichtet, dieses aber eigentlich als falsch ansieht. Schon im Vorfeld kann allerdings vermutet werden, dass sich das Verhalten weitestgehend mit der Einstellung deckt. Nach der Theorie der kognitiven Dissonanz (vgl. Beckmann 1984) versuchen Menschen stets ihr Verhalten mit ihren Überzeugungen in Einklang zu bringen, um einen unangenehmen Gefühlszustand zu vermeiden. So wird eine Person, die etwa aufgrund medialer Berichte plötzlich eine Einstellung gegen den Fleischkonsum vertritt, nur schwer weiterhin Fleisch essen können, da dies zu hohen kognitiven Kosten und einem schlechteren Selbstbild führen würde. Dennoch soll während der Auswertung auch auf solche Erscheinungen Rücksicht genommen werden.

Das konkrete Vorgehen gestaltet sich schließlich so, dass die Threads zunächst lokal gespeichert und mit der Analysesoftware MAXQDA eingelesen werden. Anhand der Theorien werden dann erste Codes gebildet, mit denen Textstellen markiert werden können (beispielsweise der Code „Hedonismus“ anhand der Theorie Bourdieus). Durch das erstmalige Betrachten des Eröffnungsbeitrags des Threaderstellers und die ersten Antworten darauf werden anhand häufig gesichteter Meinungen und Argumente weitere Codes erstellt (etwa „Sorge um die Gesundheit“). Danach wird jeder Thread komplett analysiert und Textstellen mit den entsprechenden Codes markiert. Dadurch ist es auch möglich, die Häufigkeit besprochener Themen, Meinungen sowie die (Art der) dargelegten Argumente zwischen den Zeiträumen zu vergleichen und mögliche Unterschiede festzustellen. Wenngleich die Aussagen sehr unterschiedlich und die Grenzen teilweise fließend sind, konnten so zumindest größere Veränderungen hinsichtlich der Einstellungen und dem berichteten Verhalten kenntlich gemacht werden. Ein Beispiel hierfür sind die häufigen Markierungen gesundheitlicher Bedenken bezüglich vegetarischer Ernährung im ersten Zeitraum, welche im zweiten Zeitraum kaum mehr vorzufinden sind.

7 Auswertung

Die Ergebnisse der Auswertung werden jeweils anhand der Verzichtsart getrennt, innerhalb dieser Kategorien wiederum soll zwischen generellen Auffälligkeiten und Veränderungen im Zeitverlauf unterschieden werden. Schlüsselwörter, wie übergeordnete Motive, sind in den nachfolgenden Ausführungen fett markiert. Abschließend werden die Veränderungen herausgearbeitet, welche sich über die drei Arten des Verzichts hinweg finden lassen.

7.1 Abstinenz gegenüber tierischen Produkten

Der Verzicht auf Fleisch und andere tierische Produkte hat in der Untersuchung eine gewisse Sonderstellung. Einerseits ist das Phänomen in unserer Kultur relativ neu und steigt vergleichsweise rasch an, andererseits ist zu erwarten, dass die moralische Komponente aufgrund der Verarbeitung von Nutztieren besonderes heraussticht. Interessant ist daher auch, ob und wie häufig sich Gemeinsamkeiten zu den zwei anderen Bereichen finden lassen.

7.1.1 Motive und Hintergründe

Es liegt auf der Hand, dass sehr viele Personen, die auf Fleisch, Wurst und andere tierische Produkte verzichten, dies mit der Sorge um das **Wohl des Tieres** bzw. einer Empathie gegenüber Tieren begründen. So wird besonders häufig auf deren Leid durch die Haltung bzw. Schlachtung in heutiger Zeit verwiesen:

„Tiere können auf jeden Fall nicht nur körperliche Schmerzen empfinden. Sie sind vielleicht nicht so intelligent, dass sie es schlimm finden, nix zu lesen zu haben, aber um seelisch darunter zu leiden in einem engen Käfig eingepfercht zu sein muss man nicht besonders intelligent sein.“ (Th. 1.1:75)

„Eine amerikanische Untersuchung hat gezeigt, daß nur ein einziger Mensch, der auf tierliche Produkte verzichtet, im Jahr 37 Tiere vom unwürdiger Gefangenschaft, Mißhandlung und Tod rettet. Auf ein ganzes Leben verteilt macht das im Schnitt 2700 Tiere!“ (Th. 1.3:8)

Die industrielle Massenproduktion von tierischen Produkten wird dabei als zutiefst unnatürlich und verwerflich gesehen, weshalb man durch einen Verzicht auf diese Produkte einen Beitrag zum Wohl der Tiere leisten und „*nicht mehr Mitschuld tragen*“ (Th.2.3:1) möchte. Häufig wird dabei betont, dass das Problem nicht primär darin liegt, dass Tiere geschlachtet werden, sondern in welcher Form dies geschieht. Vor allem werden Massentierhaltung und grausame Schlachtmethoden als „*ethisches Verbrechen und ein faktischer Wahnsinn*“ (Th. 1.6:1) empfunden. Tatsächlich kann man die Abstinenz zum Wohl der Tiere aufgrund der starken moralischen Komponente also als Askese werten.

Grundsätzlich sehen viele Personen in unserem Umgang mit tierischen Produkten und vor allem Fleisch eine starke **Entfremdung**. So ist das Misstrauen gegenüber der Fleischindustrie sehr groß und die Abkopplung von Produktion und VerbraucherIn wird kritisch betrachtet:

„Wenn die Menschen wüssten, wie ihre Lebensmittel hergestellt werden und wie die hygienischen Umstände sind, würden die meisten Menschen nur noch das essen, was sie selber gefüttert, angebaut, geschlachtet, produziert, geerntet und verarbeitet haben.“
(Th. 2.2:41)

Häufig wird darauf verwiesen, dass es der moderne Mensch nur deshalb überhaupt noch übers Herz bringt, Fleisch zu essen, da sich dieser über den Herstellungsprozess keine Gedanken zu machen braucht. Demnach wird Herstellung immer mehr aus unserem Alltag ausgelagert - sowohl physisch als auch psychisch. Durch diese Distanz entsteht ein unnatürliches Verhältnis zu tierischen Produkten: Einerseits verschwindet das Selbstverständnis über Nutztiere zur Lebensmittelproduktion und die Empathie für diese nimmt zu, andererseits werden die Tiere hinter dem Produkt kaum noch wahrgenommen. Dies wird nicht selten als Heuchelei verurteilt, der moderne Mensch als „*verweichlicht*“ (Th. 2.3:109) gesehen und generell eine bessere Auseinandersetzung mit dieser Form von Nahrung gefordert: „*Wer ein Tier nicht schlachten und zerlegen kann sollte sich überlegen warum*“ (Th. 1.1:86). Dabei wird auch selbstkritisch über die eigenen Essgewohnheiten und das Verständnis von Fleisch nachgedacht:

„ich habe neulich auch nochmals über mc donald und ähnliches nachgedacht. wenn man dort hingeht, isst man ja meist auch fleisch, nur habe ich - wenn ich mal dort war - das gar nicht mehr als richtiges fleisch wahr genommen. irgendwie war das dann einfach "mc donald"..... ist schon irre....“ (Th. 1.7:6)

In Verbindung mit den hier angeführten Überlegungen zu gutem und schlechtem Fleisch steht die **Bio-Bewegung**. Die Idee dahinter ist, dass Produkte (und hierbei vor allem Fleisch) nur von dem Produzenten gekauft werden, der „*glückliche Tiere hat die dann möglichst schonend geschlachtet werden*“ (Th. 2.4:139). Dadurch wollen viele Personen auf vergleichsweise einfache Art dem Dilemma zwischen Moral und Genuss entgehen: „*Ich kaufe mein Biofleisch und damit hat sich das. Gewissen befriedigt*“ (Th. 2.4:134).

Das bloße Label „Bio“ im Supermarkt wird oftmals sehr skeptisch gesehen, weshalb gerade der Einkauf bei lokalen Betrieben, wie „*Biobauern*“, angepriesen wird, „*wo man weiß, dass er die [Tiere] ordentlich hält*“ (Th. 2.4:108). Dies lassen sich die Personen dann auch gerne etwas kosten. Genau hier liegt allerdings das Problem für andere NutzerInnen: „*klar würd ich zb lieber in Bioläden meine Sachen einkaufen wo man auch weiss, das die Tiere gut behandelt werden, aber sowas kann man sich ja kaum leisten*“ (Th. 1.5:52). Das Label „Bio“ zeugt damit nicht nur von moralischer Überlegenheit, sondern auch von einer finanziellen Besserstellung - das Gewissen reinzukaufen ist nicht für jeden so einfach möglich: „*Das meiste Fleisch vom Discounter ist widerlich und für gute Ware bin ich zu arm*“ (Th. 2.4:71).

Ein weiterer Grund für die Ernährungsumstellung liegt für viele der entsprechenden Personen in einer **Sorge um die Zukunft** begründet. Oftmals wird unser derzeitiger Umgang mit der Umwelt und den natürlichen Ressourcen von diesen so kritisch betrachtet, dass wir ohne eine Kehrtwende auf Dauer nicht mehr weiterleben können. Vor dem Hintergrund der sogenannten „*Überbevölkerung*“ und „*immer extremer werdenden Dürreperioden*“ (Th. 2.1:127) sieht man sich früher oder später gezwungen, sparsamer zu leben. Dies schließt für viele Personen einen Verzicht auf tierische Produkte mit ein. Dass hierbei vor allem global gedacht wird, zeigt sich in der Thematisierung der Ausbeutung anderer Länder. In einer Art Vorreiterrolle will man auf die veränderten Bedingungen reagieren und mit gutem Beispiel vorangehen:

„*Auch fühlen sich viele angegriffen wenn Mensch behauptet, dass sie auf Kosten Anderer leben. Viele wollen das nicht hören, oder einsehen oder auch die Verantwortung dafür übernehmen. Wir hören oft in Medien, dass wir unser Leben ändern müssen wenn wir in Zukunft nicht alle unter einer großen Ressourcenknappheit leiden wollen. Aber dieses Ändern fällt halt nicht so einfach. Denn jede Veränderung (auch große Gesellschaftliche) beginnt bei einem Selbst.*“ (Th. 2.1:223)

In diesem Zusammenhang wird der übermäßige Genuss sehr kritisch gesehen - „*a bissl weniger Fleisch würde auch keinem schaden*“ (Th. 2.1:153). Der Verzicht im Sinne der Nachhaltigkeit kann letztlich auch als asketisch gewertet werden. Der Fleischverzicht resultiert häufig auch aus den sich wandelnden Verhältnissen zu Tieren und auch daraus,

dass die meisten Personen keinen Kontakt mehr zu Nutztieren haben. Viele ForennutzerInnen berichten zwar von Kindheitserfahrungen, wonach es damals etwa selbstverständlich war, dass Kaninchen nicht zum Streicheln, sondern „für die Pfanne“ (Th. 2.3:82) gehalten wurden. In heutiger Zeit ist diese direkte Erfahrung mit Nutztieren jedoch kaum mehr gegeben. Dass das Mitgefühl um diese aber dennoch wächst, liegt oftmals an den Erfahrungen mit Haustieren. Die **Trennung zwischen Nutz- und Haustieren** wird aufgrund der engeren Beziehung zum eigenen Tier in Frage gestellt und der Konsum tierischer Produkte dadurch als verwerflich gesehen:

„Ich liebe meine Katze und erfreue mich jeden Tag daran, dass sie glücklich, gesund und munter ist. Und dann immer die Frage: Warum isst du dann Fleisch? Diese Tiere sind doch nicht weniger wertvoll als deine Katze....“ (Th. 2.3:1)

Dies ist auch ein Beispiel für kognitive Dissonanz, bei denen die Person aufgrund bestimmter Ereignisse und einer Einstellungsänderung nicht länger Fleisch essen kann. Somit sind auch oftmals direkte Konfrontationen der Auslöser für eine veränderte Sichtweise und letztlich den Verzicht auf Fleisch:

„In den letzten Jahren geisterte mir dieses Thema immer mal wieder durch den Kopf - oft ausgelöst durch Autobahnfahrten auf denen einem permanent Tiertransporter begegnen - aber ich habe es genauso oft verdrängt.... und nach kurzer Zeit war wieder alles vergessen. Neulich habe ich dann wieder so einen Wagen gesehen, und es guckte an der Seite so ein Hörnchen von einer Kuh raus - und mir tat das einfach nur unheimlich leid, dass wir Menschen den Tieren sowas antun.“ (Th. 1.7:1)

Doch nicht nur die Sorge um das Wohl der Tiere ist ein entscheidender Grund für die Abstinenz, auch die eigene **Gesundheit** spielt eine große Rolle. Dabei gehen die Meinungen jedoch stark auseinander. Zunächst begründen viele Vegetarier- bzw. VeganerInnen ihre Ernährungsweise damit, dass ihnen diese grundsätzlich besser bekommt:

„ich bin seit 1999 vegetarier. ich bin es aber nicht aus tierschützergründen, sondern weil ich davon überzeugt bin, dass es meiner Gesundheit besser tut, ich mich ohne dem Fleischverzehr wohler fühle.“ (Th. 1.7:14)

„Ich lebe schon seit einiger Zeit vegan. Mir gehts blendend und meine sportliche Leistung hat sich verbessert. Und einige meiner Freunde und Bekannten leben schon lange vegan

(zum Teil über 10 bis 15 Jahre). Keine Mangelercheinung, sportlich fit und kein Problem.“ (Th. 2.1:164)

Vor allem wird der übermäßige Fleischkonsum als unnötig bis schädlich gesehen - häufig besteht die Meinung, dass „*die meisten Menschen deutlich mehr Fleisch essen als der Körper tatsächlich benötigt*“ (Th.1.1:4). Diese Ernährungsweise wird äußerst kritisch bewertet, viele Nutzer und Nutzerinnen grenzen sich durch ihre Rhetorik klar vom (übermäßigen) Fleischkonsum ab, wonach der Körper vieler Menschen „*jeden Tag damit erstickt*“ (Th. 1.5:14) wird und diese generell häufig als „*Fleischfresser*“ (z.B. Th. 1.1:54; Th. 1.1:193; Th. 1.5:70; Th. 2.1:113; Th. 2.3:230; Th. 2.4:102) betitelt werden. Vor allem einige Vegetarier- und VeganerInnen drücken einen großen Ekel bezüglich des regelmäßigen Verzehrs von Fisch und Fleisch aus und stigmatisieren diese Form der Ernährung als animalisch und unmoralisch.

Natürlich sehen nicht alle Personen den Konsum von tierischen Produkten als schädlich für die Gesundheit, bei vielen ist vielmehr das Gegenteil der Fall und sie sind der Meinung, „*Vegetarier leben keinesfalls gesünder*“ (Th. 1.1:51). Dies wird damit begründet, dass sich bestimmte Stoffe, die wichtig für den Menschen sind, nur im Fleisch finden lassen und „*Vegetarismus eine unausgewogene Geschichte und wie jede einseitige Ernährungsweise bedenklich*“ (Th. 1.4:10) ist. Diese Bedenken und die Sorge um eine „*punktueller Mangelernährung*“ (Th. 2.3:33) sind oftmals die Basis für lange Diskussionen, in denen sich Vegetarier- und VeganerInnen zur Rechtfertigung gezwungen sehen:

„Es ist mir dabei völlig egal, ob andere Menschen Fisch und Fleisch essen, wenn sie denn ein Argument wie "es schmeckt mir einfach" o.ä. haben. Nur die stereotypen Vorurteile, man wäre mangel-ernährt, wenn man auf Fleisch verzichtet, stimmen einfach nicht.“ (Th. 1.2:9)

Gerade diese Diskussionen werden mit dem Rekurs auf die Abstammung des Menschen vom Affen und generell mit Bezug auf die **Wissenschaft** geführt. Dadurch sollen die Argumente hieb- und stichfest untermauert werden, wenngleich häufig ominöse Quellen angegeben werden oder diese komplett fehlen. Vor allem bei den Rechtfertigungen der Personen, die den Fleischverzehr befürworten, dienen Biologie und Archäologie als vermeintlicher Beweislieferant:

„wenn wir schon wissenschaftlich sind/seien wollen. wir haben Jägeraugen, keine fluchttieraugen. bei den beutetieren stehen die augen rechts und links ab. damit sie die raubtiere möglichst früh sehen. großer radius. wir haben augen die nach vorne stehen. um die beute zu vokusieren.“ (Th. 1.1:30)

„Ein Mensch konnte als Sammler überleben, ein Mensch konnte als Jäger überleben. Als Sammler _und_ Jäger stiegen die Chancen. Es wäre sehr verwunderlich, wenn wir nach all der Zeit nicht besser fahren, wenn Gemüse _und_ Fleisch auf unserem Speiseplan stehen.“ (Th. 2.4:276)

Doch natürlich berufen sich auch Personen, die auf tierische Produkte verzichten, auf die menschliche Abstammung vom Affen und versuchen mit scheinbaren Fakten die „Fleischfresser“-Fraktion zu überführen:

„ums zum tausendsten mal zu sagen: unser körper/magen/system ist auf grünzeug ausgerichtet, zum überleben braucht er keine tierischen produkte, pflanzliche schon. fleisch ist nicht notwendig, sondern genuss. wenn ihr schon zu faul seid, die beweise/ausführungen in vorherigen posts zu lesen, verkneift euch wenigstens diese ewigen halbwahrheiten und vorurteile.“ (Th. 1.1:160)

Hier zeigt sich auch eine beliebte Taktik auf beiden Seiten: das eigene Wissen hervorheben und die Ausführungen des Gegenübers aufgrund eines scheinbaren Mangels an Seriosität in Abrede zu stellen: *„ich würde viel eher an deiner Stelle mal in einem Buch oder im Inet nachschauen, bevor du weiter hier so einen Müll erzählst“ (Th. 1.1:164); „... also ich bestreite mal deine Makroökonomischen Zahlen, wo hast Du die denn her?“ (Th. 2.1:197); „also DAS solltest du mir armen, anscheinend unwissenden ethnologen jetzt echt mal belegen. lerne gerne dazu“ (Th. 2.1:129).* Wer am meisten weiß bzw. recherchiert, hat die größte Chance, die Diskussion zu gewinnen. Allerdings stützt man sich nicht immer direkt auf wissenschaftliche Erkenntnisse, auch an die **Vernunft** und den gesunden Menschenverstand wird appelliert. Dadurch stellt sich die entsprechende Person zugleich als besonders weitsichtig dar und spricht anderen diese Kompetenz im weitgehenden Sinne ab. Ein Verhalten, das wiederum überwiegend bei Vegetarier- und VeganerInnen vorkommt:

„Ich möchte niemanden von einem vegetarischen Lebensstil überzeugen, nur finde ich es schade zu sehen, wie wenig Gedanken sich die meisten darum machen wo ihre Nahrung herkommt.“ (Th. 2.1:127)

„Ich wollte mal alles rauslassen, was mir am Herzen liegt diesbezüglich - in der Hoffnung natürlich, dass sich ein paar finden, die ich damit zum Nachdenken bringe. Und die Hoffnung stirbt ja bekannterweise zuletzt.“ (Th. 1.7:31)

„Wenn auch nur eine(r) ins Nachdenken kommt, hats schon was gebracht.“ (Th. 1.6:5)

Auch hier zeigt sich die Tendenz zu **sozialer Distinktion**. Diese Erscheinung tritt auf Seiten der BefürworterInnen des Verzichts generell recht häufig auf. Der Gedankengang ist meist der, dass Personen, welche tierische Produkte (und hierbei vor allem Fleisch) verzehren, entweder nicht adäquat darüber nachdenken können, es ihnen also an Weitsicht fehlt oder nicht darüber nachdenken wollen, was nur den Schluss auf moralische Unterlegenheit zulässt. Der Fleischkonsum wird bisweilen etwa als „*tierisch*“ dargestellt, womit „*jeder Mensch der das tut [...] also auch eine niedere Lebensform [ist]*“ (Th. 1.1:7). Für einige Personen gilt die grundsätzliche Regel: „*Jeder Vegetarier hat mehr Recht als jeder Fleischesser. Und jeder Veganer hat noch mehr Recht als jeder Vegetarier*“ (2.3:135). Natürlich gibt es auch subtilere Abgrenzungsversuche. Viele Personen, die selbst auf tierische Produkte verzichten, stellen zwar ganz unmissverständlich klar, dass sie niemanden überzeugen wollen und „*jeder machen [soll] was er will*“ (Th. 2.1:132). Es lässt sich jedoch eine Art **Glorifizierung** des fleischlosen Lebensstils finden, bei der die Vorteile der Ernährung angepriesen werden: „*Der positive Effekt bei mir ist, das ich nun endlich wie von selbst abnehme. Ich koche anders und viel kreativer*“ (Th. 1.7:72); „*Ich zelebriere heute meine Nahrungsaufnahme*“ (Th. 1.7:77); „*Also am Portemonnaie merke ich keinen Unterschied. Nur im Wohlbefinden*“ (Th. 2.3:236). Grundsätzlich wird vegetarische und vegane Ernährung häufig als gesund und progressiv dargestellt, der Fleischkonsum hingegen als schädlich, animalisch und überholt. Kommt es allerdings zur Verteidigung der Missionierung, dann vor allem aus dem Grunde, dass den Mitmenschen nicht viel eigenständiges Denken zugetraut wird:

„Ich finde, man sollte sich selbst diesbezüglich nicht persönlich angegriffen fühlen. Es gibt nunmal Menschen, welche jedes höher entwickelte Lebewesen bzw. Deren Leben schützen wollen und aufgrund der gleichgültigen Haltung der meisten Menschen auch

mal einen ernsteren Ton anschlagen. So kurz wie die Aufmerksamkeitsspanne des normalen Bürgers ist, geht es wohl auch nicht anders. Daran ist meines Erachtens nichts verwerflich.“ (Th. 2.1:118)

Aus solchen Erfahrungen heraus scheint auf anderer Seite oftmals großer Widerstand zu entstehen. Trotz wird **Hedonismus** und die Liebe zum Genuss scheinbaren Bekehrungsversuchen entgegengeworfen:

„Im Gegensatz zu den Vegetariern schmeckt uns Fleisch einfach. Wir brauchen da keine Ethikdebatte oder unser Gewissen befragen. Daher fruchten die - teils extremen - Bekehrungsversuche auch eher selten.“ (Th. 2.4:103)

„Leberwurst? Klar weiss ich das: kommen abfallprodukte rein, innereien und auch Blut, der ganze Mist halt. Schmeckt trotzdem“ (Th. 1.1:35)

„Wenn ich nur durch den Genuss des Fleischessens ein empathieloser Mensch bin, nur zu, damit kann ich leben. Und genießen.“ (Th. 1.6:3)

„Ich glaube sogar ich habe begonnen mehr Fleisch zu essen um meine damaligen Studenten- und Straight Edge Freunde zu kontern.“ (Th. 2.4:104)

Gegenseitige Vorwürfe auf beiden Seiten bildeten die Grundlage für die meisten Diskussionen. Während FleischkonsumentInnen sehr empfindlich auf angebliche „Missionars-veganer und Vegetarier“ (Th. 2.2:7) reagieren und viele generell „dieses bewusste Rausstellen "ich bin Vegetarier" ... nervt“ (Th. 2.3:98), sieht man sich auf der anderen Seite ebenso missverstanden:

„Ich esse kein Fleisch und keinen Zucker. und es muss wohl möglich sein, dass ich sage "nein danke, kein Kuchen für mich, ich esse keinen Zucker" oder "nee, keine Schinkennudeln, ich ess kein Fleisch", ohne dass sich das Gegenüber von mir missioniert, genötigt oder abgewertet fühlt. Das ist nämlich MEINE Sache, was ich esse.“ (Th. 2.1:140)

Es sind vor allem schlechte Vorerfahrungen, die dazu führen, dass viele Personen sofort eine Abwehrhaltung einnehmen. Sah man sich schon häufiger dem Unverständnis der anderen Partei ausgesetzt, so wird der eigene Lebensstil besonders stark verteidigt.

7.1.2 Veränderungen im Zeitverlauf

Obwohl die Zeiträume relativ nahe beieinander liegen, können doch viele Unterschiede beobachtet werden. Zunächst hat sich allgemein gezeigt, dass alle Motive differenzierter und Diskussionen vielschichtiger geführt werden. Dafür werden jedoch bestimmte Hintergründe weniger thematisiert, da das Wissen um diese häufiger als bekannt vorausgesetzt wird. So verschwindet etwa nicht der Verzicht zum Wohl des Tieres, allerdings wird dieses Motiv im zweiten Zeitraum seltener genannt und auch kritischer kommentiert. So werden etwa immer weniger schlechte Bedingungen von Tieren anhand von Beispielen wie „Legebatterien“ (Th. 1.1:4) oder den „üblen Fangmethoden“ (Th. 1.7:45) von Fischen thematisiert, sondern eher nebenbei erwähnt: „*Da mir die Tiere besonders bei "industrieller" Herstellung leid tun, habe ich mal auf Biofleisch umgestellt.*“ (Th. 2.4:94). Grundsätzlich scheint jedoch das Motiv an sich stärker und universeller hinterfragt zu werden:

„*Vegetarische oder vegane Ernährung nur mit Tierliebe zu begründen, finde ich persönlich auch etwas naiv. [...] Man muss sich ja drüber im Klaren sein, dass Überleben ohne dass jemand anders stirbt, nicht möglich ist. Auch Ackerbau fordert das Leben von Tieren und je nach Anbaumethode sicher nicht zu knapp.*“ (Th. 2.3:9)

„*Das Problem mit Essen aus Verantwortungsgefühl ist [...]: Wo hört man auf? Wir haben nicht die Möglichkeit, uns in die Sonne zu stellen und Photosynthese zu betreiben. Man grübelt sich da, wenn man zum Grübeln tendiert, leicht in eine unhaltbare Position, mit der man sich nur kirre macht.*“ (Th. 2.3:135)

Hier zeigt sich sehr gut, wie in jüngeren Diskussionen auch andere Faktoren angesprochen und differenzierter behandelt werden. So wird auch das Schmerzempfinden von Pflanzen thematisiert und damit das „*Argument der Vegetarier, kein Leben vernichten zu wollen*“ als „*heuchlerisch*“ betitelt (Th. 2.3:36). Auch wird zwischen „*Veganer und Ernährungsveganer*“ unterschieden, also ob jemand „*100% Fullstyleeganer mit Ideologie & Co.*“ ist oder „*sich lediglich um die Art der Ernährung [kümmert]*“ (Th. 2.1:303). Diese weiterführenden Gedanken lassen den Schluss zu, dass sich die Personen im jüngeren Zeitraum schon deutlich mehr mit dem Verzicht auf tierische Produkte befasst haben bzw. diesem Thema schon deutlich häufiger ausgesetzt waren.

Grundsätzlich wird die vegetarische und vegane Bewegung zunehmend als etwas Alltäg-liches betrachtet. So war der Klärungsbedarf der Hintergründe von Begriffen und Prakti-ken früher noch wesentlich größer:

„Mal eine Frage am Rande...nur wegen der Definition. Kann man sich als Vegetarier be-zeichnen, wenn man trotzdem Eier, Milch und Käse zu sich nimmt? Ich dachte immer, dass Verzicht auf Fleisch ausreicht, um sich Vegetarier zu nennen. Was genau ist ein Veganer?“ (Th. 1.7:15)

„hm also das veganische habe ich irgendwie nie kapiert(verzeiht meine dummheit). aber was ist schlimm an tierischen produkten“ (Th. 1.1:69)

Im späteren Zeitraum wird der Verzicht auf tierische Produkte schon „normaler“ gesehen und auch die Diskussionen um die Abstammung des Menschen und dessen scheinbare Bestimmung zum Fleischverzehr kaum mehr geführt. Überhaupt finden Mangelernäh-rung und andere negative Folgen der Lebensweise nur noch selten Erwähnung, auch wis-senschaftliche Quellen zu diesem Thema werden deshalb deutlich weniger zitiert. Die Diskussion über vegetarische und vegane Ernährung wird vermehrt auf einer anderen Ebene geführt - wohingegen früher mehr konkrete Bedenken bezüglich des Wohlerge-hens des Tieres bzw. der Ernährung vorherrschten, werden nun auch die Auswirkungen des Konsums auf globaler Ebene kritischer hinterfragt:

„Die erste Welt macht es zu einem Problem für andere Länder und Völker. Unser Kon-sumverhalten beeinflusst massiv andere Länder.“ (Th. 2.1:206)

Bei zur Zeit 7 Milliarden Menschen (and counting...) gibt es aufgrund des immens großen Umwelteinflusses der Fleischproduktion eigentlich nur zwei Szenarien: entweder wir stellen uns langsam aber sicher auf eine fleischlose Ernährung um, oder die Welt geht endgültig den Bach runter. Ich entscheide mich für ersteres. (Th. 2.4:144)

Die Sorgen um die Umwelt und allgemein um die Zukunft nehmen deutlich zu. Auch wird der Verzicht auf tierische Produkte - vermutlich wegen der zunehmenden Verbrei-tung - auch immer mehr auf gesellschaftlicher Ebene betrachtet. Hier sieht man etwa Probleme bei Kindern, welchen der vegetarische Lebensstil anerzogen wird, da „das Kind doch sonst immer zum "Buhmann"“ (Th. 2.1:114) unter Gleichaltrigen und häufig von

diesen ausgeschlossen würde. Viele Vegetarier und Veganer wiederum finden die Tatsache eher verwerflich, „*dass die Menschen aktiv abgerichtet werden, Fleisch zu konsumieren, lange bevor sie für sich selbst überhaupt entscheiden können, ob es für sie "vertretbar" ist*“ (Th. 2.1:118). Grundsätzlich zeigt sich eine Verschiebung bei den Personen, die sich unter Rechtfertigungsdruck sehen: Wohingegen früher meistens VegetarierInnen und vor allem VeganerInnen erklären mussten, warum sie auf diese Art leben und dass dies keine gesundheitlichen Nachteile mit sich bringe, sind es einige Jahre später überwiegend Fleischkonsumenten, welche meinen, ihre Lebensweise verteidigen zu müssen:

„*Die meisten dieser überzeugten Missionarsveganer und Vegetarier haben doch ein genauso kaputtes Verhältnis zu unsern Freunden, den leckeren Tieren wie die Massentierhaltungsbetriebe. Ich bin auf dem Land aufgewachsen und kann ruhigen Gewissens mein Steak essen, da ich mehr weiß als irgendwelche östrogendominierten Hipsterbengel, die mal "we feed the world" und sonstige Dokus angeschaut haben und dafür noch nie ein Schlachthaus von innen.*“ (Th. 2.2:7)

„*Wurst wird die Zigarette der Zukunft*“ (Th. 2.3:86)

Auch die Differenzierung zwischen gutem und schlechtem Fleisch nimmt zu. Immer mehr Beiträge beziehen sich darauf, dass man, wenn überhaupt, selten und dann das „richtige“ Fleisch essen sollte: „*Zu Weihnachten gibts Bio-Steak vom bekannten Hof, ansonsten nichts*“ (Th. 2.4:144). Dadurch steigt zugleich die soziale Distinktion und die Fronten verhärten sich weiter:

„*Das Problem liegt eher daran, dass zu viele Kunden immer noch zu unkritisch sind und Billigfleisch kaufen und so die Nachfrage danach hoch halten.*“ (Th. 2.1:152)

„*Bei einigen hier hab ich den Eindruck, dass die "Kreuzigt ihn"-Mentalität nur für Fleischproduzenten rausgeholt wird. Aber ne Paprikaschote oder das MacBook Air aus China bietet ja auch weniger Identifikations-/Vermenschlichungspotential als ein Kalb*“ (Th. 2.2:35).

Nicht zuletzt wird Vegetarismus und Veganismus aufgrund der zunehmenden Popularität auch häufiger als bloßer Trend gesehen und dessen Anhänger als „*Mitläufer*“, welche „*das nur sind, weil es gerade "in" ist und man so prima sein Gewissen beruhigen kann*“ (Th. 2.4:147).

Zusammenfassend kann man für den Verzicht auf tierische Produkte im Zeitverlauf also feststellen, dass das Wissen darüber gestiegen ist und die gesundheitlichen Bedenken zurückgingen - die Lebensweise hat an Normalität gewonnen. Daher werden auch die Diskussionen und Meinungen in diesem Themenfeld differenzierter und universeller: Die Hintergründe werden kritischer betrachtet, gesellschaftliche Faktoren einbezogen und globale Auswirkungen des menschlichen Handelns stärker mitbedacht. Ein genereller, übermäßiger oder falscher Konsum von tierischen Produkten wird immer häufiger stigmatisiert. Die Gegenreaktionen haben sich ebenfalls verstärkt, Fleischkonsumenten und -konsumentinnen sehen sich zunehmend von vegetarisch und vegan lebenden Personen bedrängt und kontern bevorzugt mit hedonistischen Ausführungen oder kritischen Hinterfragungen des Verzichts.

7.2 Abstinenz gegenüber Alkohol

Der Verzicht auf Alkohol hat in unserer Gesellschaft eine besonders lange Tradition mit vielen Auf- und Abschwüngen. In den letzten Jahren ging der Konsum eher zurück, wenn auch nicht bei allen Gesellschaftsgruppen (vgl. Kapitel 4.2). Gerade aufgrund des vergleichsweise geringen Rückgangs in den letzten Jahren ist es interessant zu sehen, ob sich dies anhand der Diskussionen zeigt. Zudem schlägt der Alkohol bzw. alkoholische Getränke eine Art Brücke zwischen den beiden anderen Kategorien tierische Produkte und Nikotin: Teilweise und vor allem früher sah man Alkoholika als alltägliche Konsummittel, teilweise und besonders in heutiger Zeit lediglich als Genussmittel zu bestimmten Anlässen.

7.2.1 Motive und Hintergründe

Natürlich ist die Abstinenz zum Wohle der **Gesundheit** auch beim Thema Alkohol gegeben, allerdings fällt diese sehr vielschichtig aus. Grundsätzlich ist man sich einig, dass zu viel Alkohol schädlich für den Körper ist - wenn gleich „zu viel“ unterschiedlich ausge-

legt wird. Demnach „schädigt zuviel Alkohol die Leber, Bauchspeicheldrüse, den Stoffwechsel, kann zu Übergewicht führen“ (Th. 3.6:2) und ist ein „zell/nervengift“ (Th. 4.2:18). Auch würde Alkoholmissbrauch noch viele andere Folgen mit sich bringen, etwa „die Spermienproduktion des Mannes beeinträchtigen“ (Th. 3.6:16) oder einen „Risikofaktor für diverse Tumorerkrankungen“ (Th. 4.3:210) darstellen. Es gibt letztlich niemanden, der auch nur einen geringen Zweifel an der Schädlichkeit von regel- und übermäßigem Alkoholkonsum hat. Allerdings sind sich die ForennutzerInnen weitestgehend uneinig, wo die Grenze zwischen harmlosem und bedenklichem Konsum liegt:

„Ich trinke allgemein keinen Alkohol mehr. Bzw. maximal drei oder vier mal im Jahr. Hat nichts mit religiöser Einstellung sondern viel mehr mit Liebe zu meinem Körper zu tun. Wenn man das mal eine Zeit lang durchzieht, merkt man deutlich, dass es einem der Körper dankt, wenn er nicht mehr regelmäßig vergiftet wird.“ (Th. 4.1:3)

„Sonst kann ein Bierchen wohl nicht schaden, man sollte es nicht übertreiben mit dem Spass aber in Maßen ist es sogar gesund fürs Herz“ (Th. 3.4:40)

„Bier ist in Maßen (nicht der bayerische 1 l-Krug) genossen durchaus gesund.“ (Th. 3.4:7)

„Alkohol (Ethanol) ist für alle Lebewesen ein Gift und sollte nicht nur vom Körper, sondern auch vom Verstand her als solches behandelt werden.“ (Th. 3.3:3)

Es gibt also auch die Ansicht, dass (wenig) Alkohol gesund sein kann. Zwischen dieser Sichtweise und der, dass jeder noch so kleine Schluck schlecht für den Körper ist, sind alle Meinungen vertreten. Um diese zu legitimieren, werden sie auch hier mit vermeintlichen Fakten aus der **Wissenschaft** zu untermauern versucht:

„Der Nachteil beginnt objektiv gesehen schon beim ersten Schluck, denn Alkohol ist ein Zellgift. Die Mär vom gesunden Glas Wein oder Feierabendbier ist auch längst durch mehrere Studien widerlegt worden.“ (Th. 3.2:73)

„Als Medizinerin, die gern und regelmäßig Wein trinkt, darf ich dann ja noch mitreden. Die Alkoholmengen, die hier für Frauen und Männer als Grenzen genannt wurden, beziehen sich nicht auf Alkoholismus, sondern auf das Gesundheitsrisiko. Die tolerablen Mengen sind nun mal ziemlich niedrig, da Alkohol nun mal ein Gift ist, das von der Leber bevorzugt vor anderen Stoffen "entgiftet" wird. [...] Die postulierte positive Wirkung von

Rotwein ist der Literatur nach nicht mit dem enthaltenen Alkohol assoziiert, sondern mit anderen Inhaltsstoffen (wie z.B. Anthocyane, Resveratrol).“ (Th. 4.3:210)

„Dann bist du wissenschaftlich aber nicht mehr auf dem allerneuesten Stand - derzeit wird die angeblich positive Wirkung von Resveratrol mehr als angezweifelt.“ (Th. 4.3:212)

Wer am kompetentesten erscheint, entscheidet die Diskussion meist für sich. Daher wird zuweilen sehr genau auf die Hintergründe der Aussagen geschaut, etwa wenn ein *„Link zu entsprechenden Studien“* (Th. 3.2:74) gefordert oder aber die nötige Seriosität angezweifelt und beispielsweise das *„halbwissende Krankgequatsche“* (Th. 4.3:174) kritisiert wird. Sehr unterschiedliche Reaktionen zeigen sich gegenüber Personen, die der Meinung sind, dass bei geringeren Mengen *„Alkohol am Tag die gesundheitlichen Vorteile überwiegen“* (Th. 3.6:6) - hier ist man sich durchwegs uneinig. Ebenso wird auch bei diesen Diskussionen wieder an die **Vernunft** appelliert, teils recht harsch: *„Ich merke schon du bist was dieses Thema angeht offensichtlich weder zu einer differenzierten Sichtweise noch zu intelligenten Beiträgen fähig“* (Th. 4.4:85).

Es verwundert kaum, dass sich auch hier **soziale Distinktion** erkennbar ist. So wird Überlegenheit durch einen starken Willen ausgedrückt und das Unverständnis für den Alkoholkonsum: *„Warum müssen die Menschen auch immer soviel trinken? Nur um vor der "wirklichen" Welt zu flüchten?“* (Th. 3.1:25); *da ich nicht gern fremdbestimmt bin, lasse ich das einfach mit dem Alkohol* (Th. 3.5:5). Aber auch durch die Produkte selbst wird Abgrenzung betrieben. So werden nicht selten teurere Erzeugnisse als edler und niveauvoller beschrieben, wohingegen günstige Alternativen bisweilen mit Unverständnis oder gar Ekel verbunden werden: *„Ok. wenn man die Billigplörre aus dem Supermarkt konsumiert, ist es nicht so teuer. Ich dachte, es wäre die Rede von hochwertigem Qualitätswein vom Winzer?“* (Th. 4.3:204). Grundsätzlich wird die monetäre Ausstattung als Zeugnis für Erfolg gesehen: *„Wenn diese Menge Geld eine Rolle spielt, habe ich ganz andere Dinge im Leben falsch gemacht“* (Th. 4.3:203). Schließlich wird auch einfach pauschalisiert, um sich im Umkehrschluss selbst besser zu erscheinen: *„Alkohol verdirbt den Charakter...“* (Th. 4.2:12); *„viele Menschen sind halt Deppen“* (Th. 4.4:105). Menschen, die Alkohol „falsch“ trinken, also zu viel oder billige Produkte, werden nicht selten als erfolglos, bemitleidenswert oder schlichtweg erbärmlich dargestellt.

Natürlich gibt es auch Personen, die den exzessiven Umgang mit Alkohol unter bestimmten Prämissen in gewisser Hinsicht verteidigen. Der **Hedonismus** beim Trinken wird von vielen Personen vor allem dann als akzeptabel gesehen, wenn er gemeinsam zelebriert und nicht regelmäßig ausgelebt wird. Besondere gemeinschaftliche Ereignisse bilden dazu den Rahmen:

„Wenns n gemütlicher Fußballabend ist, dann vielleicht 2-3 Flaschen Bier, auf Partys oftmals bedeutend mehr. Vollsuff vorprogrammiert.“ (Th. 3.3:40)

„Wenn ich meine ganzen alten Freunde wieder sehe, kann es durchaus sein, dass wir mehrmals die Woche irgendwo saufen gehen. Genauso kann es aber sein, dass wir uns Monate nicht sehen und dementsprechend solange nicht getrunken wird.“ (Th. 4.4:150)

Exzesse in der **Jugend** werden dabei auch teilweise toleriert, nicht zuletzt aufgrund eigener Erfahrungen. So werden diese zwar nicht als wünschenswert gesehen, aber oftmals als schlichtweg normal auf dem Weg in das Erwachsenenleben:

„So zwischen 16 und 20 gibts bei vielen Jugendlichen die richtig harten Besäufnisse. Aber irgendwann gibt sich das auch und man lässt es harmloser angehen.“ (Th. 4.4:102)

„Und wenn man mit 16 nach einem Sixpack Beck's Gold mit der hübschen Nachbarstochter redet und dabei lallt, weil man nichts gewohnt ist, dann ist das eher lustig, als dass davon jemand Schaden davon trägt.“ (Th. 4.4:128)

Diese Sichtweise wird aber keinesfalls von allen Forennutzerinnen und -nutzern geteilt. Vor allem wird kritisch gesehen, dass sich weite Teile der jugendlichen Bevölkerung angeblich „aus Jux und Dollerei gezielt zusaufen“ (Th. 3.2:22). Gerade vor dem vermeintlichen Hintergrund, dass in heutiger Zeit besonders viel getrunken wird, wird von älteren Personen rückblickend betont, dass bei ihnen nie „so richtig Komasaufen war“ (Th. 4.3:3). Aber auch anhand konkreter Erfahrungen aus der eigenen Jugend wird der Hang zum Exzess von einigen ForennutzerInnen mit Unverständnis gesehen:

„Als ich dann etwas später das erste Mal zu einer Party gegangen bin, bin ich aus allen Wolken gefallen. Ich fand das alles einfach abgrundtief abschreckend. Wie man sich nur so dermaßen verhalten kann und vor allem nur so ein Ambiente mögen kann, war mir schleierhaft.“ (Th. 4.4:97)

Gerade eigene Erfahrungen und darunter vor allem **tragische Erlebnisse** sorgen für einen kritischen Blick auf den Alkohol. So wird oftmals von Personen aus dem direkten Umfeld berichtet, welche mit Alkoholprobleme kämpfen. Dass manche Erfahrungen diesbezüglich schon in früher Kindheit gemacht wurden, verstärkt die grundsätzliche Abneigung:

„Bei meiner Schwiegermutter war es so, daß sie Phasen hatte wo sie jeden Tag trank und Phasen da mußte sie sich alle paar Wochen richtig zuknallen. Wenn sie dann den Pegel erreicht hatte (man konnte die Uhr danach stellen) fing sie an zu heulen und erzählte von ihren Problemen, wie ein Programm das ablief, immer mit fast denselben Worten. Am nächsten Tag, wieder halbwegs nüchtern, schämte sie sich und machte alle zur Schnecke.“ (Th. 3.2:27)

„Natürlich habe ich tief verankerte, sehr einprägende Erfahrungen mit diesem Thema gemacht, die mir einen Strich durch sachliche Sichtweisen machen.“ (Th. 4.3:167)

Mit Alkohol werden in solchen Zusammenhängen häufig Aggressivität und erhöhte Reizbarkeit thematisiert: *„Trinkt er, macht er eine Wesensänderung durch. Er explodiert schnell, greift verbal an, wird ungerecht und streitsüchtig“ (Th. 3.2:68); „Rückblickend verschenkte Zeit! Erhöhte Reizbarkeit, geringe Affektkontrolle, Ängste, z.B. hatte er eindeutig“ (Th. 4.3:250).* Solch ein Wandel der Persönlichkeit und des Verhaltens empfinden Personen im direkten Umfeld nicht nur als stark belastend, sondern oft auch als würdelos. Auf der anderen Seite nimmt es der oder die Betroffene dagegen dementsprechend als beschämend wahr - zumindest dann, wenn die Gedanken wieder klarer wurden. So gibt es mitunter Personen, die an den Diskussionen teilnehmen, welche sich selbst als alkoholabhängig bezeichnen. Diese schildern ihr problematisches Selbstbild teils sehr konkret:

„Bin wohl nur in der Lage so offen zu schreiben weil ich auch jetzt nicht mehr ganz nüchtern bin. Nüchtern bin ich total gehemmt und zurückhaltent. [...] Wenn ich wieder nüchtern bin werd ich mich sicher schämen für diese Zeilen und für mein Verhalten.“ (Th. 3.2:25)

„Ich bin fast sicher, dass ich trotz der versuchten Kontrolle, oft genug eine Fahne habe. Und ich schäme mich unglaublich dafür. Ich habe meinen freien Willen bzgl. Alkohol verloren.“ (Th. 4.4:152)

Alkoholismus wird also von fast allen Personen stigmatisiert und äußerst problematisch gesehen. Hier liegt auch eine Quelle dauerhafter kognitiver Dissonanz: Betroffene Personen wissen, dass der exzessive Konsum schädlich ist und sind eigentlich dagegen, können allerdings nicht damit aufhören. Die Folge ist ein beschädigtes Selbstbild, was sich in Scham äußert. Dadurch scheint die **Sorge um Alkoholsucht** auch eine enorme Diskussionsgrundlage zu bieten: Niemand möchte in die Lage kommen, als süchtig gesehen zu werden oder sich dies selbst eingestehen zu müssen. Dabei sind es aber nicht erst die gesundheitlichen Folgen, welche als problematisch gesehen werden, sondern die Abhängigkeit an sich - wenn man stückweise die Kontrolle verliert und „*der Alkohol Einzug in den Alltag findet*“ (Th. 4.4:42). Dies löse einen „*schleichenden Prozess*“ (Th. 3.6:12) aus, eine Art Spirale, wodurch entsprechende Personen mit der Zeit immer größere Mengen trinken. Dass ein Konsens darüber besteht, dass dies unbedingt zu vermeiden ist, bedeutet aber nicht, dass man sich auch einig ist, ab wann von Abhängigkeit die Rede sein kann. So gibt es Personen, die der Meinung sind, „*[r]egelmäßiger Alkoholkonsum bedeutet immer ein Suchtproblem*“ (Th. 3.2:2). Nach dieser recht radikalen Sichtweise fängt ein besorgniserregender Konsum „*schon damit an, sich nen Kasten Bier anzuschleppen und jeden Tag sein Feierabend Bier zu schlemmen*“ (Th. 4.4:42). Dieser Auffassung steht ein relativ mildes Verständnis von Alkoholsucht gegenüber:

„*So lange man sich nicht jeden Abend die Kante gibt, sondern es wirklich "im Griff" hat, bzw. einfach ein Bier am Abend oder einen Wein oder was auch immer, kann man doch nicht zwangsläufig von Alkoholismus sprechen. [...] Klar, es ist im Grund JEDER, der grundsätzlich Alkohol trinkt, gefährdet, Alkoholiker zu werden. Weil Alkohol eine Sucht sein kann. Aber lange nicht jeder ist akut gefährdet und schon gar nicht süchtig.*“ (Th. 3.2:41)

Auch hier kommt es aber darauf an, dass man den Konsum „im Griff“ hat. Es ist die Grenze zwischen Selbstkontrolle und Fremdbestimmtheit, die sehr unterschiedlich ausgelegt wird. Vor allem das exzessive, aber auch das regelmäßige Trinken wird häufiger (und sofern dies ersichtlich ist) von männlichen Forennutzern berichtet und als nahezu normal gesehen. Umgekehrt sind die Forennutzerinnen oft feinfühlicher, haben bei kleineren Mengen schneller Bedenken und sehen das Trinken von Alkohol weniger als selbstverständlich. Im Forum der Frauenzeitschrift werden dementsprechend von einigen Frauen Sorgen über den Alkoholkonsum des Partners geäußert:

„Mein Freund hat die Gewohnheit, jeden Abend 1 bis 1,5 Liter Bier (leichtes, 4 % Alkohol) zu trinken - weil es gemütlich ist, weil es ihn entspannt, weil es ihm schmeckt UND (das fürchte ich!) WEIL ER ES BRAUCHT.“ (Th. 3.2:1)

„Wäre ich seine Partnerin, würde ich mir außerdem gut überlegen, ob ich mit einem Menschen zusammen sein will, der seine Lebenserwartung bewusst um 10-20 Jahre verkürzt. Will man zusammen alt werden, könnten genau diese Jahre am Ende fehlen.“ (Th. 4.3:93)

Eine Notwendigkeit der **Missionierung**, also ein konkretes Ansprechen der Sorgen, wird von den Nutzerinnen und Nutzern allerdings äußerst unterschiedlich gesehen. Teilweise wird stark damit gehadert, die entsprechende Person damit zu konfrontieren und daher im Forum um Rat gefragt. Viele Personen sprechen sich ganz klar dagegen aus und sehen darin eine starke Bevormundung: *„Du bist nicht seine Mutter“ (Th. 4.3:17)*. Für diese ForennutzerInnen ist es nicht legitim, die eigenen Ansichten über den richtigen Konsum anderen Personen aufzudrängen. Dies hängt auch mit der eigenen Meinung zusammen, wann der Konsum als kritisch zu sehen ist. So kann den entsprechenden Personen die Vernunft bezüglich Alkohol abgesprochen werden und die Intervention zur eigenen Pflicht werden: *„Immer wieder war dieses Verhalten Diskussionspunkt bei uns, weil ICH damit nicht leben kann. Ich sehe ihn als Alkoholiker“ (Th. 3.2:68)*; *„Mir ist klar, dass man einem Suchtkranken seine Sucht weder verbieten noch ausreden kann, aber [...] nichts sagen - das finde ich unerhört“ (Th. 4.3:85)*. Natürlich müssen nicht immer ernsthafte Bedenken vorliegen oder eine Alkoholsucht vermutet werden, um den Konsum von Mitmenschen zu reglementieren. Gerade in der Partnerschaft räumt man sich häufig das Recht ein, die Trinkgewohnheiten des oder der Anderen scharf zu beobachten und notfalls einzugreifen - vor allem wenn Alkohol selbst grundsätzlich eher negativ gesehen wird. Nicht selten wird dabei auch klargestellt, dass die Beziehung andererseits nicht möglich wäre:

„Mein Freund liebt auch Bier, aber davon gibt es höchstens mal eines an einem Abend in der Woche [...] Natürlich trinkt er dann auch, wenn er mal weg geht, was aber relativ selten vorkommt - höchstens noch ein weiteres mal pro Woche. Damit kann ich gut leben - mit mehr aber nicht.“ (Th. 3.6:10)

Hier zeigt sich allerdings auch, dass nicht immer nur die Menge, sondern auch das Setting bedeutend ist. Wo „natürlich“ getrunken wird, wenn man „mal weg geht“, wird für legitim gehalten, hingegen das Verhalten von Personen kritisch gesehen, die alleine Alkohol trinken. Zwar gilt auch hier, dass ab und an „*auch gern mal zwodrei Gläser gute[r] Wein*“ (Th. 4.3:44) alleine getrunken werden dürfen, allerdings sollte dies keinesfalls regelmäßig geschehen:

„Mein Freund gehört zu denen, die jeden Tag ihr Feierabendbier trinken, oder doch fast jeden. Ich gebe zu, es irritiert mich. Habe ihn auch schon spaßeshalber Alkoholiker genannt - was ihn ziemlich getroffen hat, wir haben auch schon ernster über das Thema gesprochen. (Th. 3.2:52)

„Diejenigen, die ich kenne, die Probleme mit Alkohol haben, sind grundsätzlich diejenigen, die auch alleine trinken. Und damit meine ich nicht die eine Halbe zum Fußball.“ (Th. 4.4:189)

Viele ForennutzerInnen sehen aber auch den Alkoholkonsum in geselligen Runden und die allgemeine **gesellschaftliche Akzeptanz** als ein großes Problem. Demnach sind die ersten Erfahrungen mit alkoholischen Getränken oftmals „*noch ne sache des gruppenzwangs bzw, sich irgendwie in die gruppe integrierens*“ (Th. 3.3:46), woraus sich letztlich Normalität entwickelt. Verzichtet man in bestimmten gesellschaftlichen Situationen auf Alkohol, muss man „*sich dann auch noch blöde Sprüche anhören*“ (Th. 4.1:61) und wird „*als lahm und langweilig betitelt*“ (Th. 4.1:62). Grundsätzlich wird in diesem Zusammenhang häufig die „*breite gesellschaftliche akzeptanz die einiges an alkohol schönredet*“ (Th. 4.3: 94) bzw. „*die Verharmlosung von Alkohol, die es in unserer Gesellschaft massiv gibt*“ (Th. 3.2:52) angekreidet. Die lange Tradition des Alkoholkonsums führt vielen Personen zufolge dazu, dass ein verklärtes Bild über den Alkohol reproduziert wird und dieser statt als Nervengift als eine Art Grundnahrungsmittel angesehen wird. Einige Regionen und deren Einwohner werden dabei besonders häufig hervorgehoben, etwa die „*ewig Bier trinkenden Bayern*“ (Th. 4.3:112) oder „*die ganzen Franzosen, die zu ihrem Essen ihren Rotwein "brauchen"*“ (Th. 3.2:52). Grundlegend sieht man sich aber nicht selten selbst einer ganzen „*Nation von Säufern*“ (Th. 3.2:72) zugehörig.

Es zeigt sich, dass für viele Personen der Alkoholkonsum auch tatsächlich zum gemeinsamen Beisammensein gehört. So trifft man sich etwa „*bei schönen Wetter mit Kollegen*

zu grillen, dabei dann Vorsaufen“ und geht anschließend gemeinsam in die Stadt „um weiter zu feiern“ (Th. 4.4:147) - der Alkohol dient als Hilfe zur Knüpfung sozialer Kontakte, man hat eine „niedrige Hemmschwelle, lernt über den Abend viele Leute kennen, und hat ne sehr ausgelassene Stimmung“ (ebd.). In bestimmten Kreisen und Lokalitäten ist der Rausch schon beinahe vorausgesetzt, das Trinken ist fester Bestandteil der Kultur: „Tradition ist Tradition“ (Th. 3.3:30). Anhand der geäußerten Meinungen sowie der Erfahrungsberichte zeigt sich letztlich, dass der Konsum von Alkohol in unserer Gesellschaft ein fester Bestandteil ist und häufig sogar vorausgesetzt wird. Allerdings existiert eine diffuse Grenze von Menge und Häufigkeit, ab der das Trinken durch das Umfeld pathologisiert und stigmatisiert wird.

7.2.2 Veränderungen im Zeitverlauf

Die Standpunkte bezüglich Abstinenz und Mäßigung gegenüber Alkohol sind generell gesehen etwas weniger stark umkämpft als bei dem Verzicht auf tierische Produkte. Dies mag sicherlich auch daran liegen, dass der Diskurs um die negativen Folgen des Alkoholkonsums deutlich älter ist als die breite Thematisierung von Vegetarismus und Veganismus. Von einer pauschalen und eindeutigen Entwicklung über alle drei Foren hinweg kann außerdem keine Rede sein. Nichtsdestotrotz lassen sich einige Auffälligkeiten hinsichtlich Tendenzen und Unterschiede innerhalb der zwei Untersuchungsperioden finden, die sich auch weitestgehend mit den Daten zum Trinkverhalten der letzten Jahre decken.

Zunächst ist festzuhalten, dass sich in den Auswertungen ein klarer Geschlechterunterschied zeigte. Da das Geschlecht der Nutzerinnen und Nutzer teilweise an den Profilen sowie teilweise an deren Beiträgen ersichtlich ist, bestätigt sich auch die Vermutung, dass in den Foren für Kampfsport und Computerspiele deutlich mehr Männer schreiben, im Forum der Frauenzeitschrift dagegen mehr Frauen. Somit zeigt sich das generelle Bild, dass männliche Nutzer unkritischer an das Thema Alkohol herangehen. Zwar wurden die Threads im Forum der Frauenzeitschrift schon vor dem Hintergrund gestartet, dass Bedenken vorlagen, weshalb die Antworten sodann dementsprechend darauf eingingen. Allerdings ist dies auch gerade bezeichnend für die besorgtere Sichtweise der weiblichen

Nutzerinnen. Wenn in den anderen Foren starke Bedenken gegen Alkohol geäußert wurden, fanden sich deutlich häufiger Personen, die dies als einen „Kreuzzug“ (Th. 4.4:49) darstellten oder anmerkten, man solle sich „*doch nicht gleich wie'ne pussy*“ (Th. 3.1:19) verhalten.

Die Unterscheidung nach Geschlechtern muss hier deshalb getroffen werden, da sich beide in unterschiedliche Richtungen entwickelten. Zunächst ist für das Kampfsportforum festzustellen, dass mehr Personen angeben, dass sie komplett abstinent leben. So wurde im früheren Untersuchungszeitraum zwar davon berichtet, dass recht wenig getrunken wird, aber von „*regelmäßige[m] biergenuss im "vernünftigen" ausmaß*“ (Th. 3.4:15) wurde vergleichsweise häufig berichtet und. Auch über gelegentliche Ausschweifungen wurde geschrieben, die weitestgehend mit Verständnis aufgenommen wurden: „*gestern [...] 6 Maß und heute ist mir schlecht...und daß, wo heute und morgen weitergefeiert wird...*“ (Th. 3.1:27); „*is ja noch früh. wenn du gegen 18.00 erst das nächste öffnest, kommts bestimmt nicht rückwärts getrunken wieder...*“ (Th. 3.1:30). Die größte Sorge ist, dass sich der Alkohol negativ auf das Training und die Optik auswirkt - andere Bedenken werden kaum geäußert:

„*Sonst kann ein bierchen wohl nicht schaden, man sollte es nicht übertreiben mit dem Spass aber in Maßen ist es sogar gesund fürs Herz, wenn du allerdings Angst hast dick zu werden trink halt ein Glas Wein. Ich habe jedenfalls keine Fettanlagerungen an der Brust obwohl ich gern mal ein Bierchen trinke.*“ (Th. 3.4:40)

Gut acht Jahre später werden auch andere Töne angeschlagen. Scheinbar werden die Folgen des Alkoholkonsums von einigen NutzerInnen nicht länger nur als Luxusproblem gesehen, sondern als eine tatsächliche Schädigung des eigenen Körpers:

„*Ich trinke allgemein keinen Alkohol mehr. Bzw. maximal drei oder vier mal im Jahr. Hat nichts mit religiöser Einstellung sondern viel mehr mit Liebe zu meinem Körper zu tun. Wenn man das mal eine Zeit lang durchzieht, merkt man deutlich, dass es einem der Körper dankt, wenn er nicht mehr regelmäßig vergiftet wird.*“ (Th. 4.1:3)

Während im ersten Zeitraum die Meinung stark verbreitet war, dass ein Genuss in Maßen nicht schlimm und durchaus normal ist, so wird diese Sichtweise im zweiten Zeitraum häufiger angezweifelt und abgelehnt. Es lassen sich hier deutlich mehr Beiträge finden, die schon geringe Mengen problematisieren: „*alkohol ist und bleibt ein zell/nervengift.*

[...] dieses in maßen gesund und so, davon halte ich wenig“ (Th. 4.2:18). Auch Gegenreaktionen fallen im Vergleich sehr verhalten aus:

„Also ich finde man sollte es mit dem Alkoholtabu auch nicht übertreiben. So lange sich der Konsum in Grenzen hält (1 mal die Woche), wird es einen nicht umbringen und auch die sportlichen Leistungen nicht wesentlich beeinträchtigen.“ (Th. 4.2:23)

Dementsprechend werden auch keine Anekdoten über das letzte Trinkgelage erzählt oder hedonistische Ausschweifungen als üblich gesehen. Stattdessen dienen diese bestenfalls als Negativbeispiel:

„Und richtige Besäufnisse würde ich auch lassen. Nach meinem letzten Festival habe ich fast zwei Wochen gebraucht um wieder auf den Leistungsstand von vor dem Festival zu kommen.“ (Th. 4.2:13)

Ähnlich verhält sich die Entwicklung in den Foren für Computerspiele. Zwar steigt hier der Anteil der Personen, die angeben, abstinent zu leben, nicht wirklich merklich an, allerdings werden die Diskussionen ebenfalls kritischer geführt. Im ersten Untersuchungszeitraum erzählt man sich auch hier von wöchentlichen Trinkgelagen, die ebenfalls relativ selbstverständlich aufgenommen werden: *„in maßen.. ein bisschen betrunken, aber so das ich noch laufen kann [...] und nich lalle“* (Th. 3.3:12); *„3l Bier + 0,4l Schnaps am Abend kommen schon mal vor. Ich trinke im Monat 2-6 mal (je nach Partyvorkommen)“* (Th. 3.3:15). Tatsächlich werden in diesem Thread solche Gepflogenheiten nicht überwiegend bedenklich gesehen, sondern im Gegenteil als durchaus steigerungsfähig bewertet und der Wettbewerbsgeist geweckt:

*„Ich bin generell erstaunt darüber wie wenig eigentlich getrunken wird. In meiner Region wird glaub im Vergleich förmlich gesoffen. Zum Vergleich: Auf einem Geburtstag wo ca 45 Leute waren, flossen 100l Bier und ca 17 Flaschen Schnaps wurden entleert (0,7*17).“* (Th. 3.3:17)

„wenn bei uns (in oberfranken) mit ca 45-50 leuten gefeiert wird brauchen wir ca 11-120 liter bier und 20 Flaschen. (Wobei man sagen muss dass wir schon relativ früh anfangen und sehr spät aufhören)“ (Th. 3.3:21)

Im zweiten Zeitraum finden sich kaum Anekdoten über ausschweifenden Alkoholkonsum, wenn, dann erneut eher beiläufig, um eine kritische Position zu untermauern:

„Ich sauf auch gern und viel, aber es kann absolut nicht sein, dass man kein günstiges alkoholfreies Getränk kriegt. War für mich auch letztens mal wirklich ernüchternd, als ich mal in nem Pub keinen Alk getrunken hab. Alles nur 0,33 l und arschteuer.“ (Th. 4.4:92)

Dafür mehren sich die Stimmen gegen Alkohol bzw. über den fragwürdigen gesellschaftlichen Umgang mit dem Rauschmittel. Zwar wurde auch schon im älteren Thread kritisch angemerkt, dass sich *„in dem Alter [14 Jahre, Anm. d. Verf.] schon systematisch volllaufen zu lassen [...] echt krank [ist]“* (Th. 3.3:), allerdings sind die neueren Beiträge deutlich tiefgreifender. So spricht man sich im Sinne des Jugendschutzes etwa dafür aus, dass es besser wäre, wenn man Alkohol *„nicht überall erwerben könnte sondern in speziellen Geschäften und nur zu Hauptgeschäftszeiten“* (Th. 4.4:117). Die recht wenigen Beiträge, die den Alkoholkonsum grundlegend verteidigen, sind teilweise stark ironisch gehalten: *„Alkohol ist super. überlegt doch mal, wie viel weniger Kinder, Sex und Beziehungen es ohne Alkohol geben würde.“* (Th. 4.4:67). Wobei solchen Äußerungen sofort ein Gegenkommentar folgt: *„Oder wieviele Beziehungen wegen Alkohol nicht kaputt gegangen wären.“* (Th. 4.4:68). Die Stimmung ist in den von Männern dominierten Foren also merklich gekippt: Die Gefahren des Alkoholkonsums werden häufiger und differenzierter angesprochen und deutlich seltener als harmlos angesehen. Auch der gesellschaftliche Umgang damit wird zunehmend kritisiert.

Im Forum der Frauenzeitschrift zeigt sich dagegen eine andere Entwicklung. Zunächst ist festzustellen, dass in diesen Threads grundsätzlich deutlich kritischer diskutiert wird, außerdem wurden zwei von vier Threads (einer pro Untersuchungszeitraum) aus dem Grund eröffnet, da Nutzerinnen Bedenken bezüglich des Alkoholkonsums ihrer Partner hatten. Die Ausgangslage der Diskussion in den Threads ist damit bereits sehr kritisch gefärbt, allerdings zeigt die Intention hinter deren Erstellung auch, dass sich weibliche Nutzerinnen bezüglich des Alkoholmissbrauchs häufiger Gedanken und Sorgen machen. Für den ersten Zeitraum ist damit auch ein deutlicher Unterschied zwischen dem Forum der Frauenzeitschrift und den anderen Foren festzustellen. Dieser Unterschied hat sich im jüngeren Untersuchungszeitraum allerdings stark verringert - nicht nur, weil die von den Männern geprägten Threads kritischer werden, sondern auch, weil die Nutzerinnen im Forum der Frauenzeitschrift teilweise toleranter wurden.

Im Großen und Ganzen zeigt sich in den Threads zum Alkoholkonsum des Partners natürlich keine komplette Kehrwendung des Meinungsbildes. In beiden Untersuchungsperioden sprechen sich Nutzerinnen klar dagegen aus:

„Ich finde, dass drei Bier pro Abend zuviel sind, das ist schon Alkoholismus. [...] Hätte ich einen Freund, der drei Bier pro Abend trinkt, würde ich ihm schon raten, zu einer Suchtberatung zu gehen.“ (Th. 3.2:51)

„Aber ich muss auch sagen, dass ich bei meinem Partner nicht 3,5 Jahre zugesehen hätte, wie er sich jeden Abend so viel Alk reinschüttet - und wenn man ihm davon nichts an merkt, ist das ein Alarmzeichen [...].“ (Th. 4.3:28)

Der entscheidende Unterschied liegt jedoch darin, dass sich im jüngeren Untersuchungszeitraum deutlich mehr Beiträge gegen eine zu starke Problematisierung des Trinkverhaltens richten und die persönliche Freiheit stärker betonen. So wird zwar zugestimmt, dass regelmäßiger Alkoholkonsum für die Gesundheit eher Nachteile bringen kann, allerdings sollte man dies relativ zur persönlichen Lebensbereicherung sehen:

„wenn er wirklich nur Abends trinkt und sein Verhalten dadurch nicht beeinträchtigt wird: so what?! Ich glaube, jeder Mensch hat irgendeine Marotte mit der man sich als Partner arrangieren muss. Nicht, dass ich seinen Konsum gutheiße, aber wenn er sonst ein liebevoller Partner ist, würde ich ihm das schon versuchen zu "gönnen", evtl. hin und wieder ansprechen (weil gesund ist es ja nicht), aber keine Szene machen oder so. [...] Manche rauchen, andere schütten sich am Wochenende völlig zu, manche leben ein ganz normales Leben ohne Genussmittel, sind dafür vielleicht miesepetrig... das ist jetzt ein bisschen plakativ, aber ich hoffe, ihr versteht, was ich meine.“ (Th. 4.3:13)

Viele Antworten unterstreichen, dass einzig der Partner „chef über seinen körper“ (Th. 4.3:20) ist, auch wenn man selbst das Verhalten als bedenklich einstuft. Dass jeder „irgendeine Marotte“ hat, wird an anderer Stelle noch klarer ausgedrückt. Dabei kehren sich die Vorwürfe beinahe um und die besorgte Partnerin wird als das eigentliche Problem dargestellt:

„Wenn ich keinen Partner möchte, der raucht, Alkohol trinkt oder Fettiges in sich rein stopft, dann muss ich mir halt Einen suchen, der das nicht macht. Das ist legitim und kann Jeder so halten, wie er mag. Aber einem Anderen diesbezüglich etwas vorschreiben, finde ich daneben.“ (Th. 4.3:32)

„Wenn er sagt, er hat kein Problem mit Alkohol, dann mag das seine Sicht auf die Dinge sein. Das solltest du respektieren. Doch, wenn du ein Problem mit seinem Alkohol hast, musst du etwas an deinem Verhalten ändern. Auch du bist für dein Leben selbst verantwortlich.“ (Th. 4.3:17)

Natürlich werden solche Beiträge ebenso von vielen Personen kommentiert, die sich „geschockt“ zeigen, dass der Konsum *„nicht als kritisch angesehen wird“* (Th. 4.3:35). Dabei wird sich auch klar gegen die Mentalität ausgesprochen, dass der Partner für seinen Konsum selbst verantwortlich ist:

„Und ich kann es auch fast nicht glauben, was hier so über "ich würde mir da auch nicht reinreden lassen wollen" fabuliert wird! [...] Wer, wenn nicht die Partnerin, soll einen Alkoholiker auf den Topf setzen, damit er mal anfängt nachzudenken? Letztlich ist es natürlich ihre Entscheidung, wie lange sie das mitmacht, aber viele Postings hier zeugen von einer für mich unfassbaren Gleichgültigkeit.“ (Th. 4.3:64)

Solche starken Meinungsverschiedenheiten sind überwiegend im zweiten Untersuchungszeitraum zu finden, auch über die anderen Foren hinweg. Während der Grund dafür im Kampfsportforum und im Computerspielforum allerdings der ist, dass mehr Individuen ihre kritischen Meinungen gegenüber Alkoholkonsum äußern, so ist es im Forum der Frauenzeitschrift aus dem Grund, dass sich die hedonistischen Stimmen mehren. Die neueren Diskussionen sind also gespaltener - das Recht auf die eigene Wahl der Lebensweise steht häufiger den Bedenken um Gesundheit und Gesellschaft entgegen (und umgekehrt). Dabei werden die Beiträge auch differenzierter, da häufiger auf die verschiedenen Positionen eingegangen und eigene Sichtweisen überdacht werden.

7.3 Abstinenz gegenüber Nikotin

Der Nikotinkonsum bzw. das Tabakrauchen wird seit mehreren Jahrzehnten immer stärker reglementiert, ebenso sinkt die Zahl der Raucherinnen und Raucher nahezu konstant (vgl. Kapitel 4.3). Gerade vor diesem Hintergrund ist es interessant, ob bei einem solch beständigen Trend tatsächlich Veränderungen innerhalb der letzten Jahre feststellbar sind.

Nicht zuletzt hat das Rauchen auch deshalb eine Sonderstellung, da es ein reines Genussmittel darstellt und entsprechende Produkte nicht zur täglichen Nahrung gezählt werden können, wie es zeit- bzw. teilweise beim Alkohol der Fall war und ist.

7.3.1 Motive und Hintergründe

Bei dem Bezug auf die **Gesundheit** zeigen die Diskussionen um Zigaretten ebenfalls eine Besonderheit: Über deren negative Auswirkungen wird so gut wie nie debattiert. Dass der Einfluss auf den Körper zwar wichtig ist, zeigt die Tatsache, dass fast alle Personen den Aspekt der Gesundheitsschädigung ansprechen. Allerdings geschieht dies eher beiläufig bzw. bedarf keiner weiteren Erklärungen: *„es ist sinnlos und zu kostenpflichtig. Außerdem schadet es der Gesundheit“* (Th. 4.1:139); *„Ich sehe eigentlich keinen Grund zu Rauchen. Es schmeckt nicht, es hat nichts besonderes und zu guter letzt es ist UNGESUND.“* (Th. 6.2:109) Anders als beim Fleisch- oder gar Alkoholkonsum besteht der allgemeine Konsens, dass selbst kleinere Mengen nicht als harmlos anzusehen sind.

Obgleich sich deswegen auch kaum jemand in der Pflicht sieht, andere ForennutzerInnen von der Schädlichkeit des Rauchens zu überzeugen, so wird bezüglich des Nikotinkonsums dennoch häufig die **Wissenschaft** hinzugezogen. Meist sind es speziellere Themen, welchen man dadurch einen fachlichen Anspruch geben möchte:

„Das habe ich neulich auch zufällig gelesen. So wird Schnupftabak bei weitem nicht als so gefährlich eingestuft wie Zigaretten. Anscheinend kommen die vielen negativen Effekte des Rauchens auf den menschlichen Körper durch die Verbrennungsprodukte (Benzol, Nitrosamine, Teer, usw.) zustande.“ (Th. 6.5:182)

„das passivrauchen kann schon zur Sucht führen, kein Witz, ein kumpel hat seinen Doktor für Chemie bei den Pharmazeuten gemacht, von dem hab ich die Info über die Suchtgefahr.“ (Th. 5.2:21)

Auf die **Vernunft** wird wiederum gerade dann Bezug genommen, wenn der Tabakkonsum scheinbar verharmlost wird. Auf positive Äußerungen diesbezüglich wird oft scharf reagiert, das Unverständnis dafür ist entsprechend groß. Grundsätzlich zeigen sich viele

NichtraucherInnen, aber auch ehemalige RaucherInnen, bei diesem Thema häufig nicht gerade unvoreingenommen:

„Mit dem Rauchen aufhören, bedeutet, aufzuhören sich etwas vorzumachen! Rauchen ist NUR schlecht, alles positive, das dran zu sein scheint, ist reine Illusion! Mit dem Rauchen aufhören, heißt sich frei zu machen, von Gehirnwäsche und Selbstbetrug!“ (Th. 5.3:19)

Demensprechend fallen auch Antworten auf die Überlegung aus, dass das Rauchen von Zigaretten *„in dieser Zeit das Leben erleichtert und [...] glücklicher macht“* (Th. 6.3:77): *„Das ist nämlich nicht Stammtisch, sondern einfach nur dumm. Klingt so als wärst du bei der Tabaklobby angestellt“* (Th. 6.3:79). Oftmals werden mit dem Nikotinkonsum allerehand negative Merkmale verbunden. Raucherinnen und Raucher werden nicht nur eher *„den unteren Bildungswegen“* (Th. 5.1:85) zugeordnet, da sich *„[g]erade in Akademikerkreisen [...] kaum noch jemand [findet], der regelmäßig (jeden Tag) raucht“* (Th. 6.3:133), sondern auch als *„schwach“* (Th. 6.2:47) bzw. *„geistesschwach“* (Th. 5.2:36) und *„psychisch labil“* (Th. 5.1:70) betitelt. Es werden fragwürdige Parallelen gezogen, wenn behauptet wird, *„in der gruppe der alkoholiker und penner rauchen ungefähr 99 prozent“* (Th. 5.4:219). Eine Raucherin bzw. ein Raucher betreibt also entweder *„Realitätsverweigerung“* (Th. 6.3:413) oder ist, falls er oder sie *„sich vollends darüber bewusst ist, dass er [oder sie] damit potentiell tödliche krankheiten auslöst bzw. fördert, [...] dumm. und nichts anderes“* (Th. 6.3:407). Diese **soziale Distinktion** fällt noch mehr ins Auge, wenn sich NichtraucherInnen dagegen selbst als *„glücklich, gesund“* (Th. 5.4:101) und *„stark“* (Th. 6.2:47) bezeichnen. Diese Abgrenzungsrhetorik sticht bei der Abstinenz gegenüber Nikotin deutlich heraus, scheinbar sorgt die längere Pathologisierung des Rauchens für besonders einseitige Sichtweisen und ungehemmte Äußerungen.

Abgrenzungsversuche durch hochwertigere Produkte sind beim Nikotinkonsum hingegen nur selten zu finden. Von einer Person wird angemerkt, dass sie ausschließlich Zigarren raucht und sich diesbezüglich nur schwer in die Gruppe der ZigarettenraucherInnen bezüglich der Menge einordnen kann: *„Na, aber 1 Cohiba kann man ja schlecht mit 1 Zigarette gleichsetzen. Ginge am ehesten noch über den Preis. 30€ Zigarre entspricht ungefähr 6 (?) Packungen Kippen .. usw.“* (Th. 6.5:14). Tatsächlich ist hierbei bezeichnend, dass der Preis so betont wird. Allerdings stellt der **finanzielle Aspekt** grundsätzlich einen wichtigen Faktor bezüglich des Für und Wider beim Nikotinkonsum dar. So berichten

viele Personen, sie rauchen „*nämlich für [ihr] portmoneie etwas zu viel*“ (Th. 5.1:1), andere sehen darin den wichtigsten Grund, nicht mit dem Rauchen anzufangen: „*Ich rauche nicht, da es mir zu teuer ist*“ (Th. 6.5:107). Für nahezu alle ForennutzerInnen sind die Kosten des Nikotinkonsums zu hoch, ungeachtet dessen, ob sie diese Kosten tatsächlich zu tragen haben oder sich lediglich als NichtraucherInnen dazu Gedanken machen. Möglicherweise liegt dies an der häufig beschriebenen Erfahrung vieler Personen, dass es keine gemäßigte Mitte gibt, sondern auf Dauer immer recht viel geraucht und entsprechend viel Geld dafür ausgegeben wird: „*Entweder man ist Raucher, und damit süchtig, oder Nichtraucher. Dazwischen gibt es für viele Leute nichts. Bei Alkohol gibt es ja auch einen Mittelweg.*“ (Th. 6.5:192). Der finanzielle Aspekt stellt damit einen wichtigen Grund für die Abstinenz gegenüber Nikotin dar, weniger aber für soziale Abgrenzung.

Verteidigung des Konsums und Gegenreaktionen der TabakkonsumentInnen sind im Allgemeinen seltener, wenngleich sie sich durchaus vorfinden lassen. So wird auch hier der **Hedonismus** betont, dafür allerdings vergleichsweise weniger aggressiv. Außerdem fällt auf, dass vor allem Personen ihren Konsum rechtfertigen, die vergleichsweise wenig rauchen:

*„Die erste hat ekelhaft geschmeckt, die zweite ging so und die dritte tat gut.....
Außerdem hilft eine Ziggie bei der Entspannung sowie beim konzentrieren, also wenn mal
Streß im Job herrscht. Nicht umsonst werden beim Rauchen Glückshormone im Gehirn
freigesetzt.“* (Th. 5.1:83)

*„Wenn Ich trainieren will, dann trainiere ich
Wenn ich trinken will, dann trinke ich
wenn ich rauchen will, dann rauche ich“* (Th. 6.2:40)

Tatsächlich stimmen aber fast alle Nikotinkonsumenten darin ein, dass Rauchen schlecht ist und niemand damit anfangen sollte. Besonders langjährige und starke RaucherInnen warnen vor den negativen Folgen. Dabei wird besonders die **Sucht** nach Nikotin thematisiert, die als heimtückisch und unkontrollierbar gilt: „*Auch dieses Jahr hatte ich wieder den guten Vorsatz, es bleiben zu lassen, aber die Sucht war stärker.*“ (Th. 5.1:81); „*Ich würde sehr gerne ab und an aus reinem Genuss mal eine rauchen. Durch die Sucht sind es aber eine Schachtel am Tag*“ (Th. 6.3:75); „*wenn du erst einmal angefangen hast ist es verdammt schwer wieder damit aufzuhören*“ (Th. 5.1:175. Dabei fällt auf, wie offen

über die Nikotinsucht gesprochen wird. Während beim Alkohol nur wenige Personen von sich behaupteten, dass sie abhängig sind und dieses Thema als äußerst tragisch behandelt wurde, erscheint die Abhängigkeit von Zigaretten und anderen nikotinhaltigen Produkten als gesellschaftlich akzeptiert. Niemand wird - im Gegensatz zu Alkohol - für seine Nikotinsucht stigmatisiert.

Ehemalige Raucher und Raucherinnen, die sich erfolgreich gegen die Abhängigkeit gewehrt haben bzw. wehren, ernten dagegen häufig sogar ein sehr hohes Ansehen. Da das Aufhören für „*ungemein schwer*“ (Th. 6.3:393) gehalten wird, zeugt eine „*selbstbefreiung aus dieser selbstverursachten sklaverei*“ (Th. 5.1:96) von einem „*eisernen willen*“ (Th. 5.1:201). Ehemalige RaucherInnen sind daher auch „*sehr, sehr stolz*“ (Th. 5.4:33) auf die eigene Leistung. Umgekehrt zeugt ein Rückfall von einer persönlichen Niederlage: „*Ich habe es auch mal geschafft aufzuhören (war richtig stolz auf mich) aber dann gab es Stress auf der Arbeit und ich versagt und wieder angefangen*“ (Th. 6.4:17). Möglicherweise wird die Anpassung an einen gesellschaftlichen Paradigmenwechsel gewürdigt: Da das Rauchen früher kaum für Diskussionen sorgte, inzwischen aber immer mehr in Verruf gerät, wird RaucherInnen die Abgewöhnung so hoch angerechnet und die ehemalige Abhängigkeit nicht diskreditiert. Auffallend ist auch, dass sich gerade die Personen, welche regelmäßig geraucht haben, nun äußerst empfindlich auf andere rauchende Personen reagieren und sich teilweise sogar einer starken **Missionierung** verpflichtet fühlen:

„*wie macht ihr das, wenn euer partner noch raucht? das muss man aushalten oder? mich störts jetzt nicht weil ich auch rauchen will, sondern weils schon ekelhaft stinkt irgendwie und ich weiß, dass das immer schlimmer wird (hatte schonmal aufgehört mit rauchen).*“
(Th. 5.4:190)

„*Es geht mir viel besser seit ich nicht mehr rauche, schmecke besser, Kondition ist besser, rieche besser und natürlich stört mich wenn andere in meiner Nähe Rauch *g* Und ich bin für ein total Rauchverbot überall!!*“ (Th. 5.4:73)

Das direkte Umfeld übt grundsätzlich sehr viel Einfluss auf RaucherInnen aus. Viele halten sich mit ihrem Nikotinkonsum zurück, da sie sonst mit sozialen Sanktionen zu rechnen haben. Vor allem betrifft dies Personen in einer Partnerschaft oder Minderjährige, die unter der Kontrolle von Eltern oder Verwandten stehen:

„Ich rauche eben nicht, wenn Freundin anwesend ist. Kann ich auch durchaus verstehen, schließlich müsste ich auch als Nichtraucher nicht unbedingt nen Raucher küssen...“ (Th. 5.1:173)

„Ich darf von zuhause aus nicht rauchen also auch nicht im Haus [...] und wenn ich mal kurz "zum Freund" gehe dann hat meine mum das immer gemerkt.“ (Th. 5.1:1)

Gerade das Rauchen in der **Jugend** wird sehr problematisch gesehen. Während beim Alkohol eher das exzessive Trinken in dieser Zeit angesprochen und teilweise auch als nötige Erfahrung und damit als weniger schlimm bewertet wurde, scheint jugendlicher Nikotinkonsum als entscheidender Faktor für den Einstieg in die Sucht gesehen zu werden: *„Ich war 15, klassische Ich-bin-cool/Gruppenzwang-Karriere...“ (Th. 5.4:113); „Mein Sohn schafft es nicht (17 jahre) - im Internat rauchen viele und jedes Mal wenn er nervös ist greift er zur Zigarette“ (Th. 5.4:34); „Ich habe das selbe Problem gehabt: ich hab im Gymnasium angefangen, konnte danach nicht mehr aufhören“ (Th. 6.4:12).* Auf jugendliche Raucherinnen bzw. Raucher wird daher extrem kritisch geblickt, wobei das Elternhaus und die Gesellschaft im Allgemeinen dafür verantwortlich gemacht werden:

„Wenn man wirklich was gegen das Rauchen machen will, sollte man erstmal die Automaten verbieten. Und Eltern mit nem saftigen Bussgeld bestrafen, wenn sie ihre Kinder rauchen lassen. Ich könnte mich jedesmal aufregen, wenn ich Zwölfjährige sehe, die im Beisammensein ihrer Eltern rauchen.“ (Th. 5.2:39)

Grundsätzlich wird auch bezüglich des Nikotinkonsums die **gesellschaftliche Akzeptanz** angekreidet. So ist es nicht nur für jüngere Personen schwierig, sich dem Trend zu entziehen, sondern auch viele ehemalige RaucherInnen klagen über die ständige Versuchung:

„Sehe ich nicht dauernd jemanden Rauchen, die Zigaretten an jeder Ecke in den Läden in den Regalen, dann fällt mir das Aufhören sicher nicht mehr so schwer. Der Raucher ist doch genauso, wie das kleine Kind, dass an der Kasse nach den Süßigkeiten bettelt, nur der kauft sich die einfach.“ (Th. 5.2:14)

Der Nikotinkonsum hat in unserer Gesellschaft einen festen Platz und wird seit Langem positiv in Szene gesetzt. Besonders in der Populärkultur sehen Personen große Einflüsse, etwa *„Filme, wo ständig geraucht wird“* und man dadurch auch *„immer Bock auf ne*

Kippe [bekommt]“ (Th. 6.5:186). Vor allem der Tabaklobby spricht man eine große Macht zu, die alles daran setzt, „um die Kunden schon möglichst früh anzufixen“ (Th. 6.3:1). Es wird eine „Gehirnwäsche [...] durch die Medien“ (Th. 5.3:19) postuliert, mit dem langfristigen Ziel, dass die Gesellschaft „den Konsum eines stinkenden Nervengiftes cool [findet]“ (Th. 6.3:143): „*Malboroman anyone? achne der ist ja Lungenkrebs gestorben*“ (Th. 6.3:117). Dadurch scheint schon früh der Druck auf das einzelne Individuum zu wachsen:

„ich habe nie versucht zu rauchen, natürlich war das komisch zusehen wenn früher in der schule immer viele geraucht haben, naja man sagte immer...komm versuch mal, komm eine nur, ich sagte nein danke und schon hat mann nicht viele freunde“ (Th. 5.4:51)

Für sehr viele Personen stellt der Nikotinkonsum auf unterschiedlichsten Ebenen ein **Problem für die Gesellschaft** dar. Das Passivrauchen wird dabei besonders häufig thematisiert:

„Ausserdem sind die auch noch total asozial, nicht nur, dass sie ihre eigenen lungen kaputtmachen, nein auch die derer, die in ihrer nähe sind. und das macht mich (nicht nur körperlich) krank. daher mein letzter apell an all die raucher die das lesen einschließlich meiner familie: HÖRT DOCH BITTE AUF, WENN NICHT FÜR EUCH, DANN FÜR DIE, DIE EUCH NAHESTEHEN!!!!“ (Th. 5.1:194)

Gerade wenn Kinder betroffen sind, die sich dem blauen Dunst nicht entziehen können, wird dies als „*Sauerei*“ (Th. 5.2:58) empfunden, besonders dann, wenn „*Frauen in der Schwangerschaft rauchen und die Kinder mit entzugserscheinungen auf die Welt kommen*“ (Th. 5.2:58). Selbst die Folgen für Haustiere werden kritisch gesehen: „*viele Hunde von Rauchern sterben verfrührt und elendlich an Lungenkrebs*“ (Th. 5.3:6). Grundsätzlich empören sich viele NutzerInnen darüber, wenn Raucher und Raucherinnen scheinbar keine Rücksicht nehmen oder sich in Nichtraucherbereichen eine Zigarette anzünden: „*soll ich mir das dann gefallen lassen? dies ist immerhin sowohl körperverletzung, belästigung, nötigung als auch sachbeschädigung.....*“ (Th. 5.2:47). Durch die starke Problematisierung des Passivrauchens und negative Erfahrungen entsteht vielfach eine enorme Antipathie gegenüber rauchenden Mitmenschen, die kaum Platz für Toleranz sei-

tens der NichtraucherInnen lässt: „*Um ehrlich zu sein könnte ich wenn ich irgendwo unterwegs bin, sich jemand neben mir ne Ziege ansteckt und der Rauch in meine Richtung kommt jedesmal ausrasten.*“ (Th. 6.2:102).

Gerade eigene, teils **tragische Erlebnisse** haben einen großen Einfluss auf das Konsumverhalten der Personen. So berichten viele ForennutzerInnen, die in direktem Kontakt mit stark abhängigen Personen stehen bzw. standen, dass diese ihren eigenen Konsum deswegen überdacht haben:

„in meinem näheren Verwandtschaftskreis sind in den letzten 5 Jahren 4 Menschen [...] an den Folgen des Rauchens (Krebs) verstorben. [...] und jetzt wollen mir Leute wie du erzählen, dass Rauchen ja so harmlos ist?“ (Th. 6.3:263).

„Im Alter von 16-19 habe ich am Wochenende auch einige geraucht, dann es aber einfach sein gelassen, nachdem ich bei Freunden gesehen habe, wohin das geführt hat.“ (Th. 6.5:141);

Oftmals führen abschreckende Beispiele im Kindesalter sogar dazu, dass Personen zeitlebens noch nie geraucht haben: „*Mein Eltern rauchen beide, und das hat mich schon als Kind gestört. Damals hab ich mir vorgenommen, selbst nie zu rauchen [...].*“ (Th. 5.1:22)

Es verwundert kaum, dass vielfach **Verbotsforderungen** ausgesprochen werden. Diese variieren an Grad und Stärke, allerdings sind sich die jeweiligen Personen einig, dass dieses Mittel aufgrund der vermeintlichen Rücksichtslosigkeit rauchender Personen notwendig ist:

„Ich bin überzeugter Nichtraucher. Und ich finde es jedesmal aufs Neue unverschämt, wenn mein gegenüber meint, mich mit seinem Qualm umgeben zu müssen. Hier gehören Gesetze und Preise wie in New York her. Da is rauchen so gut wie überall (Restaurant etc) verboten, es gibt Raucherzonen (welche die Nichtraucher auch schützen). Her damit!“ (Th. 5.1:20)

Neben „*rauchfreie[n] zonen, besonders in der öffentlichkeit*“ (Th. 5.2:47), wird häufig auch ein komplettes „*Werbeverbot für solche stark schädigende Mittel*“ (Th. 6.3:158) gefordert. Natürlich bleiben bei diesen teilweise recht radikalen Wünschen entsprechende Gegenreaktionen nicht aus. Oftmals zeigt man sich von den „*penetranten[,] alle belehrenden Nichtraucher*“ (Th. 5.1:130) eher genervt und sieht „*keinen Grund für staatliche*

Bevormundung“ (Th. 6.3:54). Daraus können längere Diskussionen mit entsprechenden Reaktionen erwachsen:

„Verbiete ich jemandem das Rauchen ? Nein, hab ich noch nie gemacht, werde ich auch nicht machen. Ich verbiete den Leuten nur, da zu Rauchen, wo sie anderen Leuten mit ihrem Gequalme schaden, und das sind nunmal alle öffentlichen Plätze und Räume ! Da geht es nichtmehr um die Freiheit des einzelnen, rauchen zu dürfen, sondern um das Recht aller, davon verschont zu bleiben !“ (Th. 5.2:36)

7.3.2 Veränderungen im Zeitverlauf

Gerade die Diskussionen über **Rauchverbote** belegen starke Veränderungen zwischen den zwei Untersuchungszeitpunkten. Zunächst zeigen sich anhand der Beiträge Differenzen bezüglich der gesetzlichen Regelungen. So werden in früheren Ausführungen bestimmte Maßnahmen noch überwiegend kritisch gesehen:

„Die Kneipe ist der denkbar ungünstigste Platz, um nach Rauchverbot zu verlangen. In Verbindung mit Amüsement, Gesellschaft und Alkohol wird ja mehr geraucht, viele rauchen nur dann.“ (Th. 5.2:21)

„und das mit der abschreckung ich weis nich ich glaub nich dass es was bringt weil in holland haben die auch so warnschilder aufn packungen und ich hab erst am dritten tag (vierte packung) gemerkt dass die da sind und im prinzip juckts doch eh net“ (Th. 5.1:61)

„Ich bin für Aufklärungskampagnen aber gegen Diskriminierung. Ich finde es z.B.: albern Raucherzonen einzurichten. [...] Die Regierung sollte sich lieber mal um wichtigere Probleme kümmern. Davon gibt es ja wohl genug.“ (Th. 5.2:40)

„Falls sie die Zigaretten wirklich pro Päckchen um einen Euro teurer machen sollten, werden sie mit noch größerer Sicherheit zur nächsten Legislaturperiode abgewählt“ (Th. 5.1:137)

Natürlich teilen nicht alle ForennutzerInnen im früheren Zeitraum diese Sichtweise, allerdings trifft man hier vermehrt auf Proteste gegen bestimmte rechtliche Regelungen

bzw. die sogenannte „*faschistische Gleichschalterei*“ (Th. 5.2:51). Es wird häufiger angemerkt, dass wir „*doch in einem freien Land [leben]*“ (Th. 5.2:3) und so nur „*eine Spaltung der Bevölkerung in die einen und die anderen [kreieren]*“ (Th. 5.2:16). Selbst viele NichtraucherInnen sehen es als grundsätzlich falsch an, wenn „*sich der Staat ins private Leben einmischt, selbst wenn es um so überflüssige und schädliche Dinge wie Rauchen geht*“ (Th. 5.2:39). Oftmals ist man der Meinung, dass „*Verbote und verordnungen in [...] unseren Land vollkommen überhand genommen haben*“ (Th. 5.2:48) und bei einem Rauchverbot „*der Gastronomie viel Geld verloren [geht]*“ (Th. 5.2:12).

Ein paar Jahre und mehrere gesetzliche Regelungen später ändert sich das Stimmungsbild. Zwar lässt sich für den zweiten Untersuchungszeitraum im Umkehrschluss ebenso wenig sagen, dass sich plötzlich alle Personen für Verbote aussprechen. Allerdings wird diesen oft wesentlich toleranter begegnet und Nichtraucherschutzgesetze stärker akzeptiert:

„*Man bekommt ja nicht die Freiheit entzogen. Wenn dann bekommt man sie wohl eher geschenkt. Die Industrie setzt doch gerade darauf. Wenn es verboten wäre, und man beim Aufwachsen schon gar nicht sofort in die Berührung mit Zigaretten käme, würde man vielleicht gar nicht auf die Idee kommen zu rauchen und in Folge abhängig zu werden.*“ (Th. 6.3:53)

„*Ich persönlich sehe Nicotin als sehr gefährliche Substanz mit einem sehr hohen Abhängigkeitspotenzial. Daher wäre es meiner Meinung nach sinnvoll, wenn man die Verfügbarkeit und eventuell auch die Legalität dieser Substanz überdenkt.*“ (Th. 6.5:140)

„*Mehrere Freunde meiner Eltern, die bis zur Rente lange im Ausland waren, z.B. Australien, sagen auch, dass wir Deutschen schon gar nicht mehr merken, wie wir bevormundet werden. Ich persönlich sehe das alles nicht so dramatisch.*“ (Th. 6.3:38)

Die veränderte Gesetzeslage und Mentalität lässt einige ForennutzerInnen zu dem Schluss kommen, dass man inzwischen „*als Außenseiter behandelt [wird] weil man raucht*“ (Th. 6.4:1), da es inzwischen „*überall verboten [ist]*“ (Th. 6.5:118). Grundsätzlich verstärken sich auch die Gegenreaktionen und die Diskussionen werden mit rauerem Ton geführt: „*Dumm ist das militante Nichtraucher getue mancher User hier bzw. mancher Leute in der Öffentlichkeit.*“ (Th. 6.3:281). „*Und du der naviste Dorftrottel. Mit Verlaub. Das kann nicht dein Ernst sein Zigaretten zu verbieten?*“ (Th. 6.3:126); „*Alles Käse mit der*

Askese...“ (Th. 6.2:59). Ähnlich wie bei der Abstinenz gegenüber tierischen Produkten sowie gegenüber Alkohol verhärten sich also auch hier die Fronten und die divergierenden Meinungen werden zunehmend extremer vertreten.

Ebenso zeigt sich beim Nikotinkonsum eine Tendenz zur Mäßigung. Im Zeitverlauf geben mehr NutzerInnen an, nur gelegentlich und zu bestimmten Anlässen zu rauchen. Es zeigt sich generell eine leichte Bedeutungsverschiebung des Begriffes „Raucher“ bzw. „Raucherin“. Im ersten Untersuchungszeitraum waren vergleichsweise viele Zigaretten am Tag für Personen normal, die sich als RaucherIn definierten: *„Also ich rauche so zwischen 1 und 1,5 Päckchen pro Tag und muss auch zugeben, dass ich wahrscheinlich nen bisschen abhängig bin [...]. Aber ich rauche auch aus Genuss.“* (Th. 5.1:130). Im jüngeren Zeitraum wird der Genuss schärfer von der Sucht getrennt, gleichzeitig sehen sich auch Personen als „normale“ RaucherInnen, die vergleichsweise wenig rauchen: *„Ich sehe mich als Raucher und die meisten anderen, die ich kenne, auch. Und ich rauche an manchen Tagen sogar gar nicht“* (Th. 6.3:419). Auffallend ist auch, dass mehr Personen ihren Konsum zu zügeln versuchen. Da viele dem Nikotin nicht komplett entsagen können, schränken sie sich stärker ein: *„ich bin mittlerweile Gelegenheitsraucher und rauche nur im Büro 5-6 Zigaretten am Tag“* (Th. 6.4:20); *„Nichtrauchender Raucher eben. Ich versuche ja gerade durch Selbstdisziplin zum reinen Genussraucher zu werden und es klappt immer besser“* (Th. 6.5:52). Letztlich wird auch häufiger vom Einsatz von Ersatzprodukten wie *„Kräuterzigaretten“* (Th. 6.4:4) oder *„Vaporizer“* (Th. 6.2:112) bzw. *„E-Zigarette[n]“* (Th. 6.4:23), also *„Dampfen“* (Th. 6.2:108) statt Rauchen, berichtet.

Aus dem teils veränderten Konsummuster von KettenraucherInnen zu GenussraucherInnen ergibt sich eine weitere interessante Entwicklung. Während der Nikotinkonsum im ersten Zeitraum nur selten verteidigt wurde, da er von vielen Personen exzessiv betrieben und dementsprechend auch als schädlich gesehen wurde, wird das genussvolle Rauchen im zweiten Untersuchungszeitraum häufiger zu rechtfertigen versucht. Damit sind es also vor allem die strikten Nikotingegner und die gelegentlichen Raucherinnen und Raucher, die in jüngeren Diskussionen verstärkt Meinungsverschiedenheiten austragen: *„Manche brauchen dies oder das, weil sie schwach sind. Fertig. Manch andere brauchen es*

nicht, weil sie stark sind.“ (Th. 6.2:47); „*Schwäche ist also sich jegliche Lust zu versagen; ich hoffe du bist nicht verheiratet. Die Dosis macht das Gift.*“ (Th. 6.2:48).

Zu den vermehrten Grundsatzdiskussionen trägt auch die Beobachtung bei, dass Nicht-raucherInnen empfindlicher und intoleranter wurden. Wie bereits beschrieben, haben sich die Ansichten zu Verboten und gesetzlichen Regelungen dahingehend verändert, dass diese weniger kritisch gesehen werden. Im Umkehrschluss wird nun die Zurückhaltung der Raucher und Raucherinnen in der Öffentlichkeit als selbstverständlicher wahrgenommen und auf vermeintliche Rücksichtslosigkeit schärfer reagiert:

„Rauchen schadet ein selbst und anderen gleich mit. Wenn ich auf na Bank im Park sitzte und da neben mir fängt einer anzuquallem. Steh auf und gehe.“ (Th. 6.2:103)

„Es stinkt! Damit beeinträchtigt es die Lebensqualität.“ (Th. 6.3:297)

„Letztes Wochenende war schönes Wetter und ich war in einem Kaffeehaus. Weil eben schönes Wetter war, bin ich auf der Terasse gesessen. Drei Tische weiter saß ein Raucher. Wegen ungünstigen Wind hatte ich den ganzen Dunst bei mir am Tisch. Machte er sicherlich nicht mit absicht, aber mir hats die Stimmung versaut. Weißt du wie ekelhaft soetwas ist, wenn man gerade etwas essen und trinken möchte?“ (Th. 6.3:293)

Letztlich führen all diese Faktoren dazu, dass auch beim Thema Nikotinkonsum die Meinungen stärker auseinandergehen, die soziale Distinktion zunimmt und sich die Personen schärfer voneinander abgrenzen.

8 Gemeinsamkeiten im Überblick

Aus dem herausgearbeiteten Material sollen im Folgenden die gemeinsamen Motive, Hintergründe und Entwicklungen zusammengefasst werden. Dieses Kapitel wird also die dritte Forschungsfrage beantworten, gleichzeitig aber auch einen Überblick über die Er-

gebnisse liefern, nochmals gezielt die Vorannahmen überprüfen und alle weiteren gemeinsamen Auffälligkeiten darlegen. Letztlich soll auch ein Bogen zu der Abgrenzung zwischen pragmatischem und asketischem Verzicht (vgl. Kapitel 2.2) geschlagen werden.

8.1 Resümee der Annahmen und andere Auffälligkeiten

Die Abstinenz wird in allen drei Bereichen als überwiegend positiv beschrieben, kommentiert und diskutiert. Auch beim Verzicht auf tierische Produkte, welcher früher noch häufiger eher skeptisch gesehen wurde, ist die Akzeptanz inzwischen stark gestiegen. Vor allem durch die Schilderung positiver Effekte auf die Gesundheit oder erstrebenswerte Attribute wie fit, unabhängig und frei wird diese Lebensweise glorifiziert. Die protestantische Ethik, die damit einhergehende bescheidene Lebensführung und das Ideal des Verzichts nach Weber sind hier deutlich erkennbar. Missionierungsversuche und Werbung für diese Lebensweise sind daher auch keine Seltenheit, wobei diese gerade bei der vergleichsweise jungen Abstinenz gegenüber tierischen Produkten besonders häufig vorkommen. Aber auch bezüglich des Alkohols und Nikotins wird man nicht müde, deren negative Auswirkungen zu betonen. Dabei wird auch die vermeintliche Akzeptanz in der Gesellschaft für den Fleischverzehr sowie vor allem für Alkohol- und Nikotinkonsum angekreidet - es zeigt sich ein großes Bedürfnis nach genereller Mäßigung. Der Konsum wird als grundsätzlich schlecht gesehen, wer dennoch Fleisch isst, Alkohol trinkt oder Zigaretten raucht, muss sich zumindest klare Grenzen setzen oder sich dementsprechend häufig rechtfertigen.

Eine Begrenzung des eigenen Konsums lässt sich nicht selten als der goldene Weg erkennen. So sind sich die meisten Personen zwar im Klaren, dass das entsprechende Produkt, aus welchen Gründen auch immer, als schlecht anzusehen ist, aber aufgrund von Gewohnheit und Tradition wird der gemäßigte Konsum als berechtigter Kompromiss anerkannt. Dieser Mittelweg zeugt zudem von starkem Willen und der Fähigkeit zur Selbstkontrolle. Während Verzicht und Mäßigung also in der Regel durchwegs akzeptiert sind, wird die Maßlosigkeit mehrheitlich sehr negativ gesehen. Die Grenze zwischen einem moderaten Konsum und der beginnenden Völlerei ist allerdings ein großes Streitthema. Selbst strikte Konsumverweigerer von tierischen Produkten, Alkohol oder Nikotin sehen

einen gemäßigten Konsum meist noch als in Ordnung, wenn dieser bestimmten Regeln folgt (etwa der Kauf von Bioprodukten, das Trinken von Alkohol nur im Erwachsenenalter oder das Rauchen ausschließlich im Freien). Allerdings werden oftmals recht strikte Grenzen gesetzt, was wiederum Empörung nach sich zieht. So fühlen sich Personen stigmatisiert, welche ihren Konsum selbst als gemäßigten sehen und sie verteidigen diesen dementsprechend.

In Verbindung mit Stigmatisierung steht auch das Phänomen der sozialen Distinktion, welches sich ebenfalls bei allen drei untersuchten Abstinenzformen beobachten lässt. Durch die Betonung des Verzichts auf bestimmte Produkte und abschätzigen Kommentaren über diese werden beispielsweise der Konsum von Zigaretten, Bier oder Discounterartikel diskreditiert. Gerade in Bezug auf Fleisch und Alkohol spielen dabei auch monetäre Mittel keine geringe Rolle - verächtlich werden günstigere Produkte als ungesund, minderwertig und ungenießbar dargestellt. Wie von Pierre Bourdieu beschrieben, versucht man sich durch moralische und geschmackliche Überlegenheit abzugrenzen, häufig noch zusätzlich mit dem Verweis auf die finanzielle Besserstellung. Bezüglich der Angst vor einer Stigmatisierung zeigt sich auch, dass die Diskussionen dann besonders offen geführt werden, wenn der regelmäßige Konsum sehr verbreitet zu sein scheint. So wird der tägliche Fleischverzehr oder die eigene Nikotinsucht relativ frei diskutiert, Alkoholismus kommt dagegen fast nur zur Sprache, wenn schlechte Erfahrungen oder Bedenken bezüglich anderen Personen vorliegen und wird dann besonders stark problematisiert. Im Übrigen zeigte sich auch nur bei süchtigen Personen ein starker Gegensatz zwischen Einstellung (gegen den Konsum) und Verhalten (dennoch regelmäßiger Konsum) - also eine kognitive Dissonanz, die zu Scham bei den Betroffenen führt und von anderen Personen gefürchtet und daher (etwa durch Disziplin) möglichst vermieden werden soll.

Den Abgrenzungsversuchen (besonders gegenüber Konsum, der als moderat empfunden wird) folgen sehr häufig hedonistische Gegenreaktionen. Der Konsum tierischer Produkte, das Trinken von Alkohol oder das Rauchen werden dabei verteidigt und teilweise angepriesen. Besonders bei extremen Abstinenzbekundungen oder Verbotsforderungen fallen Entgegnungen darauf sehr harsch aus. Allerdings spielt bisweilen ebenfalls die gesellschaftliche Verbreitung des Verzichts eine Rolle: Je stärker dieser verbreitet ist bzw. je selbstverständlicher die negativen Folgen des Konsums für die Personen sind, desto

weniger stark sind entsprechende Gegenreaktionen. So wird etwa auf Missionierungsversuche bezüglich der Abstinenz gegenüber tierischen Produkten sehr empfindlich reagiert, beim Nikotin hingegen fallen die jeweiligen Diskussionen deutlich moderater aus.

Auch die Annahmen bezüglich der Argumentationshilfe durch Wissenschaft und Vernunft lassen sich größtenteils bestätigen. Wie schon Bourdieu erkannte, wird uns das Vertrauen in die Wissenschaft anezogen und wissenschaftliche Erkenntnisse werden als Beweise für die eigene Meinung verwendet, was vor allem für höher gebildete Personen von Vorteil ist. So wird in allen drei Bereichen auch der Bezug auf das eigene Wissen oder allgemein die Wissenschaft genutzt, um den eigenen Standpunkt zu festigen. Dies wird allerdings nicht nur praktiziert, um eine Abstinenz zu rechtfertigen, sondern auch umgekehrt, um den Konsum zu verteidigen. Bezeichnend ist zudem auch hier, dass sich Unterschiede dahingehend finden lassen, wie verbreitet der Verzicht ist. Wird dieser nämlich von vielen Personen praktiziert, wie beim Nikotinkonsum, sind grundsätzliche Diskussionen um das Für und Wider wesentlich seltener - hier wird eine Schädlichkeit nicht mehr hinterfragt und stattdessen Belege aus der Wissenschaft angeführt, die diesbezüglich deutlich mehr ins Detail gehen.

Auf die Vernunft wird dagegen hauptsächlich von den Abstinenzbefürwortern Bezug genommen und dabei besonders häufig um Andersdenkende als naiv oder gar dumm darzustellen. Damit dienen etwa Appelle an den gesunden Menschenverstand oder der Verweis auf die mangelnde Weitsicht des Gegenübers auch vornehmlich der sozialen Abgrenzung: Durch die entgegengesetzte, aber scheinbar völlig logische Sichtweise wird die andere Meinung untergraben, wobei sich entsprechende Personen zudem gleichzeitig als geistig überlegen darstellen können. Als weitsichtiges Denken in die Zukunft hingegen können die ebenso bei allen drei Kategorien geäußerten gesundheitliche Bedenken sowie die Sorge um eine Abhängigkeit bei Nikotin und Alkohol gesehen werden. Beim Fleischverzicht kommt noch die Sorge um Ressourcen und Nachhaltigkeit hinzu.

Bei der Überlegung, ob man nun tatsächlich von Askese sprechen kann, scheint dies am ehesten bei der Abstinenz gegenüber tierischen Produkten der Fall zu sein. Hier werden klar moralische Aspekte angesprochen, nämlich der Verzicht zur Schonung natürlicher Ressourcen sowie der Verzicht zum Wohl der Tiere. Gerade tragische Erfahrungen haben

darauf großen Einfluss, etwa wenn Personen direkt mit Nutz- bzw. Schlachttieren konfrontiert werden oder entsprechende Berichte in den Medien verfolgen. Solche Erlebnisse machen die eigentlich meist sehr ferne Fleischproduktion anschaulich und greifbar. Dennoch bleiben die Hintergründe des Entschlusses, keine tierischen Produkte mehr zu konsumieren, sehr abstrakt - sie beeinflusst das Individuum nicht unmittelbar, außer dass das schlechte Gewissen befriedigt wird. Daher sind moralische Überzeugungen nötig, um diese Art des Verzichts dauerhaft auszuüben.

Auch beim Alkohol- und Nikotinkonsum üben tragische Erlebnisse großen Einfluss aus, allerdings in dem Sinne, dass man anhand eines Negativbeispiels für sein eigenes Wohl auf die entsprechende Substanz verzichtet, da man die Konsequenzen des Konsums gut kennt. Überhaupt werden alle anderen Beweggründe der Abstinenz gegenüber tierischen Produkten, Alkohol und Nikotin aus mehr oder weniger profanen und eigennützigen Motiven betrieben. An erster Stelle steht dabei klar die Gesundheit, aber auch der gesellschaftliche Druck und vor allem das nahe Umfeld können Personen zu Verzicht und Mäßigung bewegen. Bei Alkohol und Nikotin ist es auch häufig die Befürchtung, man könnte bei übermäßigem Konsum davon abhängig werden. Es sind also hauptsächlich pragmatische Überlegungen, durch welche der Konsum dieser Produkte in heutiger Zeit gezügelt wird.

8.2 Parallelen in der zeitlichen Entwicklung

Die Annahmen zu den Entwicklungen im Zeitverlauf lassen sich ebenfalls weitestgehend bestätigen. So zeigt sich fast überall, dass der Verzicht alltäglicher wird. Ehemals umstrittene Standpunkte von Abstinenzbefürwortern werden zunehmend als gegeben hingenommen und seltener diskutiert. Beim Verzicht auf tierische Produkte zeigt sich dies besonders gut. Auch werden die diskutierten Produkte immer weniger als alltägliches Konsumgut gesehen, sondern vermehrt als ein besonderer Genuss zu speziellen bzw. seltenen Anlässen. Man könnte also durchaus von einer Steigerung des Selbstzwanges sprechen, wie dies von Norbert Elias und Michel Foucault postuliert wurde. Auch die vermehrten Verbotsforderungen bezüglich des Alkohols und vor allem des Nikotins zeugen von einer

solchen Entwicklung. Eine Ausnahme zeigte sich bei den Diskussionen um den Konsum von Alkohol im Forum der Frauenzeitschrift - hier wurden die Personen, welche vornehmlich weiblich sind, eher liberaler. Allerdings war diese Gruppe von Grund auf deutlich kritischer, die Geschlechter haben sich in ihren Meinungen diesbezüglich also etwas angenähert. Zu diesem Ergebnis kamen auch die statistischen Daten in Kapitel 4, wenngleich diese eine ähnliche Entwicklung beim Nikotinkonsum zeigten. Dies konnte allerdings nicht beobachtet werden, gerade bezüglich des Nikotinkonsums sowie des Verzehrs tierischer Produkte wurden beide Geschlechter kritischer und intoleranter.

Die verstärkte Thematisierung und Ausübung von Abstinenz führt zu der Entwicklung, dass die Diskussionen dazu auf anderen Ebenen geführt und deutlich vielschichtiger werden. Somit sind es nicht, wie anfangs vermutet, nur die Begründungen für den Verzicht, welche sich weiter differenzieren, sondern die gesamte Debatte darum. Es werden auf beiden Seiten neue Argumente angeführt, wissenschaftliche Einwände gehen oft noch stärker in die Tiefe und besonders beim Verzicht auf tierische Produkte finden sich vermehrt weiterführende Überlegungen mit Bezug auf die Zukunft. Tendenziell setzen sich die Personen deutlich mehr mit dem Konsum auseinander, wodurch die Ausführungen entsprechend fundierter werden. Dass auch immer mehr Personen den Konsum der thematisierten Produkte negativ sehen, bedeutet gleichsam aber nicht, dass die Diskussionen friedlicher verlaufen. Tatsächlich verstärken sich durch die extremeren Sichtweisen der „Abstinenzler“ auf anderer Seite auch die Gegenreaktionen. Es entstehen also zunehmend extremere Positionen, wenngleich die Zahl der hedonistischen Beiträge schrumpft. Die stärkere Differenzierung und die divergierenden Meinungen lassen sich in allen untersuchten Bereichen finden.

Letztlich können die Vorannahmen weitestgehend bestätigt werden. Über den vergleichsweise kurzen Zeitraum hat sich gezeigt, dass Abstinenz überwiegend positiv konnotiert wird und dieses Verhalten sowie deren Anhängerschaft auch weiterhin zunimmt. Dabei zeigt sich allerdings, dass nur in den seltensten Fällen von Askese gesprochen werden kann - meist sind die Gründe pragmatischer Natur. Durch den Verweis auf die Vernunft versuchen vor allem Befürworter des Verzichts Andersdenkende zu stigmatisieren, (vermeintliche) wissenschaftliche Erkenntnisse versuchen dagegen beide Seiten zu deren Zweck zu nutzen. Hedonistische Bekundungen werden insgesamt deutlich seltener, in

Form von Gegenreaktionen werden diese dafür umso stärker. Der Ton ist nun also rauer und die Fronten noch weiter verhärtet. Die Reaktionen gegen die zunehmende Selbstverständlichkeit des freiwilligen Verzichts könnten als eine Art Abwehrverhalten gegenüber dem allmählichen Paradigmenwandels verstanden werden, bei dem sich die Sicht auf den Konsum bestimmter Produkte zunehmend von einem Privileg in eine Bedrohung wandelt.

9 Ausblick

Für die untersuchten Bereiche von tierischen Produkten, Alkohol und Nikotin ist festzustellen, dass die Abstinenz nicht nur zunehmend praktiziert, sondern auch verteidigt, missioniert und glorifiziert wird. Der Konsum unterliegt dagegen einer verstärkten Stigmatisierung und bedarf immer mehr Rechtfertigung. Interessant wäre sicherlich, für welche andere Produkte und Konsumformen dies zutrifft oder ob sich auch gegenläufige Trends finden lassen. Auch ist die weitere Entwicklung der Abstinenz interessant. Es ist fraglich, ob der Konsum entsprechender Produkte irgendwann komplett verschwindet. Wahrscheinlicher ist es, wie am Beispiel des Alkohols, dass dieser periodischen Schwankungen unterliegt. Für die Suchtforschung etwa wäre von Bedeutung, wann und unter welchen Prämissen bestimmte Substanzen in der Gesellschaft an Ansehen gewinnen und verlieren.

Tiefer gehende Überlegungen beziehen sich dagegen auf die Folgen für die Gesellschaft und einzelne Individuen. Was bedeutet ein solch vergleichsweise schneller Wandel der Konsumgewohnheiten für den Einzelnen? Wenn alle ihre Ernährung stärker hinterfragen und überdenken, sollte dies auf lange Sicht positive Effekte auf die Gesundheit des Einzelnen haben. Allerdings kann ein solcher Wandel, wenn er in vergleichsweise kurzer Zeit geschieht, auch eine hohe Belastung und enormen Stress bedeuten. Wo sind die Grenzen des verantwortungsvollen und vernünftigen Konsums und was kann von einzelnen Personen überhaupt erwartet werden? Kann man sich selbst zumuten, ständig alle

Lebensbereiche zu überprüfen und zu kontrollieren? Daraus können auch politische Implikationen folgen, etwa strengere Richtlinien für bestimmte Produkte, um sich den Bedürfnissen in der Bevölkerung anzunähern und diese um einen Teil des Handlungsdrucks zu entlasten.

Abschließend soll auf das Potential der genutzten Erhebungsmethode hingewiesen werden. Zwar ist es bei dieser kaum möglich, selbst Inputs zu setzen, allerdings kann eine Fülle von Daten von längeren Zeiträumen im Nachhinein verwendet und ausgewertet werden. Aufgrund der starken Verbreitung des Internets in den letzten Jahren sind daher Durchführungen von erst relativ zeitnah geplanten Längsschnittanalysen möglich. Damit lassen sich auch Entwicklungen bestimmter Erscheinungen erforschen, welche erst sehr spät Aufmerksamkeit auf sich gezogen haben. Gerade in der quantitativen Forschung ist man schon lange auf die Vorteile von Daten aufmerksam geworden, die Internetnutzerinnen und -nutzer über sehr lange Zeiträume beiläufig und massenhaft erzeugen. Es ist an der Zeit, dass sich auch die qualitative Forschung die Vorteile dieser prozessgenerierten Daten auf breiterer Ebene zunutze macht. Schließlich wäre dies auch ein weiterer Schritt in Richtung einer engeren Zusammenarbeit der beiden großen Methodenstränge, die häufig nur getrennt angewandt werden, aber doch gerade zusammen enorm voneinander profitieren können. Hier liegt eine Menge Potential, das nur darauf wartet, genutzt zu werden.

Literatur

Beck, Ulrich. 2008a. *Jenseits von Klasse und Nation: Individualisierung und die Transnationalisierung sozialer Ungleichheiten*. In: Soziale Welt 59/4. S. 301-326.

Beck, Ulrich. 2008b. *Risikogesellschaft und die Transnationalisierung sozialer Ungleichheiten*. In: Berger, P. A. / Weiß, A. (Hrsg.). Transnationalisierung sozialer Ungleichheit. 19-40. Wiesbaden: VS Verlag.

Beck, Ulrich; Sennett, Richard. 2000. *Freiheit statt Kapitalismus*. In: Zeit Online. Abrufbar unter: http://www.zeit.de/2000/15/200015.beck_sennett_.xml (22.08.2016).

Beckmann, Jürgen. 1984. *Kognitive Dissonanz. Eine handlungstheoretische Perspektive*. Berlin/Heidelberg: Springer.

Berres, Irene. 2015. *Moderater Alkoholkonsum: Die Mär vom gesunden Gläschen*. In: Spiegel Online. Abrufbar unter: <http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/alkohol-und-gesundheit-die-maer-vom-gesunden-glas-rotwein-a-1017662.html> (11.03.2016).

Blossfeld, Hans-Peter; Shavit, Yossi. 1993. *Dauerhafte Ungleichheiten. Zur Veränderung des Einflusses der sozialen Herkunft auf die Bildungschancen in dreizehn industrialisierten Ländern*. In: Zeitschrift für Pädagogik 30: 25-52.

Bohnsack, Ralf. 2009. *Qualitative Bild- und Videointerpretation. Die dokumentarische Methode*. Opladen: Barbara Budrich.

Bourdieu, Pierre; Passeron, Jean-Claude. 1971. *Die Illusion der Chancengleichheit: Untersuchungen zur Soziologie des Bildungswesens am Beispiel Frankreichs*. Stuttgart: Klett

Bourdieu, Pierre. 1987. *Die feinen Unterschiede - Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Bourdieu, Pierre. 1997. *Die verborgenen Mechanismen der Macht*. Hamburg: VSA.

Cordts, Anette; Spiller, Achim; Nitzko, Sina; Grethe, Harald; Duman, Nuray. 2013. *Fleischkonsum in Deutschland. Von unbekümmerten Fleischessern, Flexitariern und (Lebensabschnitts-)Vegetariern*. Online abrufbar unter: https://www.uni-hohenheim.de/uploads/media/Artikel_FleischWirtschaft_07_2013.pdf (Stand: 05.02.2016).

Ebers, Nicola. 1995. „*Individualisierung*“. *Georg Simmel - Norbert Elias - Ulrich Beck*. Würzburg: Könighausen & Neumann.

Elias, Norbert. 1986. *Figuration*. In: Kopp, Johannes; Schäfers, Bernhard (Hrsg.): *Grundbegriffe der Soziologie*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Elias, Norbert. 1988. *Die Gesellschaft der Individuen*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Elias, Norbert. 1997. *Über den Prozeß der Zivilisation: Soziogenetische und psychogenetische Untersuchungen. Zweiter Band. Wandlungen der Gesellschaft. Entwurf einer Theorie der Zivilisation*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Fenner, Dagmar. 2013. *Glück - Werte - Sinn: Metaethische, ethische und theologische Zugänge zur Frage nach dem guten Leben*. Berlin: de Gruyter.

Foucault, Michel. 2005. *Analytik der Macht*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Hahn, Alois / Hoffmann, Matthias. 2010. *Moderne und Askese. Über ihr Verhältnis nach Max Weber und Norbert Elias*. In: *Das Mittelalter. Perspektiven mediävistischer Forschung* 15: 128-137.

Hochschild, Arlie. 1983. *The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling*. Berkeley: University of California Press.

Horn, Christoph. 1999. *Antike Lebenskunst: Glück und Moral von Sokrates bis zu den Neuplatonikern*. München: Beck.

Hermann-Kunz, Edelgard. 2000. *Allergische Krankheiten in Deutschland Ergebnisse einer repräsentativen Studie*. In: *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz* 43/6: 400-406.

Klotter, Christoph. 2010. *Zur Psychosomatik von Nahrungsunverträglichkeiten*. In: *Zeitschrift für Komplementärmedizin* 3/2: 12-16.

Kraus, Ludwig; Pabst, Alexander; Piontek, Daniela; Gomes de Matos, Elena. 2013. *Substanzkonsum und substanzbezogene Störungen: Trends in Deutschland 1980 – 2012*. In: SUCHT 59/6. S. 333-345.

Kuckartz, Udo. 2010. *Einführung in die computergestützte Analyse qualitativer Daten*. 3. Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Kuntz, Benjamin; Lange, Cornelia; Lampert, Thomas. 2015. *Alkoholkonsum bei Jugendlichen - Aktuelle Ergebnisse und Trends*. In: GBE kompakt 6/2: 1-12.

Macho, Thomas. 2001. *Neue Askese? Zur Frage nach der Aktualität des Verzichts*. In: Sorgo, Gabriele (Hrsg.). *Askese und Konsum*: 139-153. Wien: Turia + Kant.

Michaels, Axel. 2004. *Die Kunst des einfachen Lebens: Eine Kulturgeschichte der Askese*. München: C. H. Beck.

Mons, Ute; Amhof, Robert; Pötschke-Langer, Martina. 2008. *Gesetzliche Maßnahmen zum Nichtraucherschutz in Deutschland: Einstellungen und Akzeptanz in der Bevölkerung*. In: Böcken, Jan; Braun, Bernard; Amhof, Robert (Hrsg.). *Gesundheitsmonitor 2008. Gesundheitsversorgung und Gestaltungsoptionen aus der Perspektive der Bevölkerung*: 181-209. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.

Münch, Richard. 2004. *Soziologische Theorie. Band 1: Grundlegung durch die Klassiker*. Frankfurt a. M.: Campus.

Orth, Boris; Töppich, Jürgen. 2015. *Der Alkoholkonsum Jugendlicher und junger Erwachsener in Deutschland 2014. Ergebnisse einer aktuellen Repräsentativbefragung und Trends*. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.

OTS. 2013. *SPAR bestätigt aktuelle IFES Studie: Großer Veggie-Boom auch im Lebensmittelhandel spürbar*. Online abrufbar unter: http://www.ots.at/presseaussendung/pdf/OTS_20130823_OTS0118 (Stand: 21.04.2016).

Parzer, Michael. 2008. *Musikgeschmack in der Popularkultur. Eine kultursoziologische Spurensuche in Online-Foren*. Dissertation an der Universität Wien.

Sack, Detlef. 2014. *Governance und Gouvernamentalität - Komplementäres und Distinktes zweier Regierungslehren*. In: Vasilache, Andreas (Hrsg.). *Gouvernamentalität, Staat und Weltgesellschaft. Studien zum Regieren im Anschluss an Foucault*. 101-136. Wiesbaden: Springer VS.

Schmidt, Jan. 2008. *Was ist neu am Social Web? Soziologische und kommunikationswissenschaftliche Grundlagen*. In: *Kommunikation, Partizipation und Wirkungen im Social Web*: Bd. 1, Grundlagen und Methoden: Von der Gesellschaft zum Individuum. S. 18-40. Zerfaß, Ansgar; Welker, Martin; Schmidt, Jan. Köln: Halem.

Schroer, Markus. 2010. *Individualisierung als Zumutung. Von der Notwendigkeit zur Selbstinszenierung in der visuellen Kultur*. In: Berger, Peter A.; Hitzler, Ronald (Hrsg.) *Individualisierungen. Ein Vierteljahrhundert „jenseits von Stand und Klasse“?* 275-290. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Sorgo, Gabriele. 2001. *Von der christlichen Askese zur Warenkultur*. In: Sorgo, Gabriele (Hrsg.). *Askese und Konsum*: 76-124. Wien: Turia + Kant.

Spode, Hasso. 1993. *Die Macht der Trunkenheit. Kultur- und Sozialgeschichte des Alkohols in Deutschland*. Opladen: Leske und Budrich.

Spode, Hasso. 2010. *Trinkkulturen in Europa. Strukturen, Transfers, Verflechtungen*. In: Christiane Wienand (Hrsg.). *Die kulturelle Integration Europas*: 361-391. Wiesbaden: VS.

Statista. 2014. *So viele Deutsche essen Fleischersatzprodukte*. Online abrufbar unter: <http://de.statista.com/infografik/2103/bevoelkerung-in-deutschland-die-fleischersatzprodukte-wie-tofu-konsumiert/> (Stand: 05.02.2016).

Statistik Austria. 2015a. *Jahrbuch der Gesundheitsstatistik*. Wien: Statistik Austria.

Statistik Austria. 2015b. *Aktueller Raucherstatus 2014*. Online abrufbar unter: http://www.statistik.at/wcm/idc/idcplg?IdcService=GET_PDF_FILE&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=105592 (Stand: 23.04.2016).

Ternès, Anabel; Towers, Ian; Jerusel, Marc. 2015. *Konsumentenverhalten im Zeitalter der Mass Customization. Trends: Individualisierung und Nachhaltigkeit*. Wiesbaden: Springer Fachmedien.

Tyrell, Hartmann. 1994. *Protestantische Ethik - und kein Ende*. In: *Soziologische Revue* 17: 397-404.

Uhl, Alfred; Bachmayer, Sonja; Strizek, Julian. 2015. *Handbuch Alkohol - Österreich. Band 1: Statistiken und Berechnungsgrundlagen 2015*. Wien: Bundesministerium für Gesundheit.

VEBU. 2015. *Anzahl der Veganer und Vegetarier in Deutschland*. Online abrufbar unter: <https://vebu.de/themen/lifestyle/anzahl-der-vegetarierinnen> (Stand: 05.02.2016).

Weber, Max. 1920. *Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus*. In: Dirk Kaesler (Hrsg.). 2002. *Max Weber. Schriften 1894 - 1922*: 150-226. Stuttgart: Kröner.

Anhang

Zusammenfassung

Bei immer mehr Personen findet eine Mäßigung oder die komplette Abstinenz gegenüber bestimmten Lebens- und Genussmitteln Einzug in den Alltag. Scheinbar wehren wir uns zunehmend gegen die Verlockungen der Warenwelt. So ist seit einiger Zeit auch ein Rückgang des Konsums tierischer Produkte, Alkohol sowie Nikotin zu verzeichnen. Dabei stellt sich die Frage nach den Ursachen dieser Entwicklung, ob eine asketische Philosophie dahinter steckt oder die Gründe eher profaner Natur sind. Um diese Motive und auch weitere Hintergründe des Verzichts sowie deren Entwicklungen genauer zu untersuchen, wurden Beiträge aus Online-Foren ausgewertet.

Diese Untersuchungsform hat den Vorteil, dass Meinungen und Diskurse abrufbar sind, welche schon ein vergleichsweise beachtliches Alter aufweisen. Die Erhebung muss also nicht zehn Jahre im Vorfeld geplant und durchgeführt werden, sondern kann deutlich spontaner und in einem relativ kurzen Zeitraum erfolgen. Da das Internet im Jahre 2003 bereits recht stark verbreitet war, konnten auch Beiträge aus diesem Jahr bzw. den darauffolgenden Jahren herangezogen werden. Diese wurden dann mit Beiträgen verglichen, die rund zehn Jahre älter sind. Von besonderem Interesse war dabei, ob sich Gemeinsamkeiten zwischen den drei Arten der Abstinenz finden lassen.

Bezüglich der Beweggründe zeigen die Ergebnisse, dass gesundheitliche Bedenken einen wesentlicher Faktor darstellen, aber auch der gesellschaftliche Druck und vor allem das nahe Umfeld können Personen zu Verzicht und Mäßigung bewegen. Bei Alkohol und Nikotin ist es auch häufig die Befürchtung, man könnte bei übermäßigem Konsum abhängig werden. Es sind also hauptsächlich pragmatische Überlegungen, durch welche der Konsum dieser Produkte in heutiger Zeit gezügelt wird. Von Askese kann nur in den seltensten Fällen die Rede sein, etwa beim Fleischverzicht für das Wohl der Tiere.

Im Zeitverlauf ist erkennbar, dass Abstinenz überwiegend positiv konnotiert wird und dieses Verhalten auch weiterhin zunimmt. Durch den Verweis auf den gesunden Menschenverstand versuchen vor allem Befürworter des Verzichts Andersdenkende zu stigmatisieren, (pseudo-)wissenschaftliche Fakten nutzen hingegen beide Seiten, um ihre Ar-

gumente zu untermauern. Hedonistische Bekundungen werden insgesamt deutlich seltener, in Form von Gegenreaktionen dafür aber umso stärker. Der Ton ist nun insgesamt rauer und die Fronten verhärten sich deutlich. Die Reaktionen gegen die zunehmende Selbstverständlichkeit des freiwilligen Verzichts könnten als eine Art Abwehrverhalten gegenüber des allmählichen Paradigmenwandels verstanden werden, im Zuge dessen sich die Sicht auf den Konsum bestimmter Produkte bei vielen Menschen zunehmend von einem Privileg in eine Bedrohung wandelt.

Abstract

More and more people try to reduce or completely avoid certain products. It seems we want to resist the temptations of the consumer world. In recent years the consumption of animal products, alcohol and nicotine also reports a drop. The question which causes provoke this trend arises; if there may be an ascetic philosophy or solely pragmatism behind it. To examine the motives, reasons and progression of self-denial, online-boards were analysed.

This form of analysis is advantageous because of the possibility to access opinions and discourses which are rather old. Therefore, the survey has not to be planned and conducted ten years ago but can be accomplished more spontaneously and over a relatively short period. As in 2003 the internet was already frequently used, it was possible to utilise postings from this year and the following years and to compare them with postings from about ten years later. Detecting similarities between the three types of abstinence was of particular interest.

Regarding the motives, the outcome shows that health is an essential factor. Especially social pressure and environment lead people to temperance or abstinence. Relevant to alcohol and nicotine is the fear of addiction. Therefore, nowadays primarily pragmatic reasons led to the mastery of consumption. Only in rare cases, like veganism in the interest of animals, the motive can be seen as ascetic.

The passing of time shows that abstinence is connoted mainly positive and continues to gain supporters. Mostly the abstinent living people try to stigmatize dissidents by referring to common sense while (pseudo-)scientific knowledge is used at both sides for their own purpose. Hedonistic statements are becoming less frequent, however, if used as counter reactions they grow more intense. By and large, the debate got rougher and the fronts are more hardened. The reactions towards the increasing taken-for-grantedness of the abstinence could be seen as defensive behaviour against the paradigm shift, which changes the view on certain products from being a privilege to becoming a threat.