

Die Ernährung als Psychosoziales Phänomen

Überlegungen zu einem verhaltenstheoretischen Bezugsrahmen

Teuteberg, Hans Jürgen

First published in:

Hamburger Jahrbuch für Wirtschafts- und Gesellschaftspolitik, 24. Jg., S. 263 - 282, Tübingen
1979

Münstersches Informations- und Archivsystem multimedialer Inhalte (MIAMI)

URN: urn:nbn:de:hbz:6-56459427505

Die Ernährung als psychosoziales Phänomen

Überlegungen zu einem verhaltenstheoretischen Bezugsrahmen*

von

HANS JÜRGEN TEUTEBERG

Es ist eine alte Einsicht, daß unser tägliches Essen und Trinken in der Regel mehr als bloßes Stillen von Hunger und Durst bedeutet. Ein Vergleich mag dies verdeutlichen: Während sich das Tier bei der Nahrungsaufnahme seine Artgenossen futterneidisch fernzuhalten sucht, ist die Mahlzeit beim Menschen gerade umgekehrt Ausdruck seiner interindividuellen Beziehungen. Der menschliche Verzehr muß nicht nur als eine Frage der physischen, sondern ebenso sehr der psychosozialen Entwicklung und damit als ein situatives Problem des Individuums in seiner Umwelt angesehen werden. Eine Vielzahl äußerer, gesellschaftlich institutionalisierter Handlungsvollzüge, aber auch damit korrespondierender innerer Werthaltungen ist damit verknüpft. Aus bestimmten Gründen erscheint es nötig, an solche Binsenweisheiten gerade jetzt zu erinnern.

Soweit wir erkennen können, wurden die physiologischen, ökonomisch-sozialen und kulturellen Aspekte der Ernährung jahrtausendlang als selbstverständliche Einheit betrachtet. Wie die von der Antike bis zum späten 18. Jahrhundert erscheinenden Hausvaterschriften, medizinischen Diätetiklehren und Kochbücher zeigen, sah man Hauswirtschaftslehre, Heil- und Kochkunst als eng aufeinander bezogene Elemente einer ganzheitlichen Lebensphilosophie an, deren Ziel es war, jene Harmonie von Leib und Seele zu finden, die nach früherer Auffassung allein das menschliche Leben zu verlängern vermochte. Durch die Entstehung der modernen Naturwissenschaften ist diese einheitliche makrobiotische Betrachtung verlorengegangen.

* Im Jahre 1967 gab *Carl Jantke* anlässlich des VII. Internationalen Kongresses für Ernährungswissenschaften in Hamburg dem Verfasser den ersten Anstoß zur Beschäftigung mit den Nahrungsgewohnheiten. Die ihm in dankbarer Verehrung gewidmete Abhandlung faßt zum Teil verstreute eigene Gedanken zusammen, die bereits an anderen Orten und in anderem Zusammenhang kursorisch vorgetragen wurden. Vgl. *H. J. Teuteberg* und *G. Wiegelmann*: Der Wandel der Nahrungsgewohnheiten unter dem Einfluß der Industrialisierung, Göttingen 1972; *H. J. Teuteberg*: Die Einwirkung sozialer und kultureller Faktoren auf das Ernährungsverhalten — ein wissenschaftsgeschichtlicher und systemtheoretischer Überblick. In: Ernährungsumschau 1974, H. 2, S. 40–51; *ders.*: Die Nahrung der sozialen Unterschichten im späten 19. Jahrhundert. In *E. Heischkel-Artelt* (Hrsg.): Ernährung und Ernährungslehre des 19. Jahrhunderts, Göttingen 1976, S. 205–282; *ders.*: Der Nahrungsverzehr als Problem der empirischen Sozialwissenschaften. In *H. Rottka* (Hrsg.): Internationales Symposium über Methoden von Verzehrerhebungen, Köln 1976, S. 11–21; *O. Neuloh* und *H. J. Teuteberg*: Psychosoziale Ursachen des Fehlverhaltens in der Ernährung. In *Deutsche Gesellschaft für Ernährung* (Hrsg.): Ernährungsbericht 1976, Frankfurt/M. 1976, S. 395–445; *dies.*: Ernährungsfehlverhalten im Wohlstand, Paderborn 1979.

Nach *J. Liebig's* epochalen Entdeckungen sah man nur noch die Aufgabe darin, die metabolischen Funktionen der Ernährung isoliert zu erforschen. Seit der Mitte des vorigen Jahrhunderts errangen Biologie und Chemie hier bahnbrechende Erfolge, die den früheren Wissensstand auf diesen Gebieten geradezu revolutionierten. Als Kehrseite traten die mit dem Nahrungsverzehr verbundenen situativen Verhaltensweisen in den Hintergrund. Die naturwissenschaftlichen Ernährungsforscher interessierten sich unterstützt von der zunehmenden Fächertrennung nur noch für den aus seiner Umwelt herausgelösten menschlichen Körper und die in ihm stattfindende Verwertung der Nährstoffe bzw. die ihm als Energieträger zugeführten Lebensmittel. Die mit der Nahrung einhergehenden psychosozialen Verhaltensweisen wurden als in diesem Fall erkenntnisirrelevant beiseite gelassen. Man muß zugeben, daß die biochemische Ernährungswissenschaft in ihren Forschungen sicher nicht so weit gekommen wäre, hätte sie sich nicht von Anfang an so scharf von anderen Fragestellungen abgegrenzt. Nur durch die bewußte Verengung der Problemstellung, die den Menschen zur bloßen „Kalorienverbrennungsmaschine“ reduzierte, konnte der Erkenntnisfortschritt so weit vorangetrieben werden. In der Rückschau bleibt freilich das Faktum bestehen, daß die Ernährung eigentlich erst zur Hälfte erforscht worden ist: Wir wissen, um es in gedanklicher Verkürzung einprägsamer zu sagen, schon hinreichend genau, was und wieviel Menschen essen (bzw. essen sollten), aber nur wenig darüber, warum die Menschen das essen, was sie essen.¹

Die Beantwortung der zuletzt gestellten Frage scheint jetzt immer dringlicher zu werden. Es hat sich nämlich herausgestellt, daß die sich immer noch verschärfenden Tendenzen zur Unterernährung in den „Entwicklungsländern“ wie auch zur Überernährung in den „Industriestaaten“, die beide als Formen extremer Fehlernährung anzusehen sind, letztlich nur durch die Korrigierung unangepaßter Ernährungsgewohnheiten zurückgedrängt werden können. Die Appelle für eine physiologisch optimale Ernährung werden von den Durchschnittsverbrauchern dort wie hier nur schwer aufgenommen, weil historisch tief verwurzelte Ernährungsgebräuche dem entgegenstehen, deren Genesis, Umfang und Auswirkungen auf das tägliche Ernährungshandeln im größeren Zusammenhang noch so gut wie unerforscht geblieben sind. Es muß daher zu den vordringlichsten Aufgaben der Wissenschaft gehören, durch Messung und Korrelation typischer Bestimmungsfaktoren hier mehr Licht hineinzubringen. Selbst bei der klassischen Ernährungswissenschaft bahnt sich inzwischen die Einsicht an, daß es nicht mehr ausreicht, nur ideale Nährstoffzufuhren anzugeben und die aufgrund von Fehlernährung eingetretenen Erkrankungen zu diagnostizieren bzw. zu therapieren. Es wird immer mehr erkannt, daß zwischen den gesicherten Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft und dem realen Ernährungsverhalten breiter Bevölkerungskreise eine bedrohliche Inkongruenz besteht. Man kann zwar sagen, wie sich Angehörige einer Alters- oder Berufsgruppe bzw. ethnische

¹ K. Lewin: Forces behind food habits and methods of change. In: The Problems of Changing Food Habits. Report of the Committee on Food Habits. National Research Council Bulletin No. 108 (1943), S. 35–61. Vgl. ders.: Feldtheorie in den Sozialwissenschaften, Bern 1963 (Kap. „Psychologische Ökologie“).

Bevölkerungsteile gemäß ihrer konstitutionellen Belastung richtig ernähren sollen, es gibt aber nur fragmentarische Erkenntnisse darüber, warum sich die meisten Menschen nicht nach solchen Regeln richten und welche Barrieren die Umsetzung wissenschaftlich erprobter Ernährungsnormen in die Ernährungswirklichkeit ständig blockieren. Gesundheitsvorsorge und Ernährungstherapie sind vielfach ineffizient geblieben, weil man sich noch nicht um die psychischen Motivationen und das soziale Umfeld der Essenden gekümmert hat. Aufgabe dieser Abhandlung soll es daher sein, die nur rudimentär erforschten psychosozialen Aspekte der Ernährung etwas mehr aufzuhellen. Angesichts der wenigen verstreuten Vorarbeiten kann freilich nur auf einige erste Bausteine für eine neu zu etablierende Wissenschaft vom Ernährungsverhalten verwiesen werden.

Auf der Suche nach Generalisierungen des Nahrungsverhaltens wendet man sich zunächst an die Wirtschaftswissenschaften, da diese sich eher als andere Fächer abstrahierend mit dem Nahrungskonsum beschäftigt haben. Man erkennt schnell, daß die rein ökonomistischen, nur am rationalen Markthandeln orientierten Konsumtheorien, wie etwa die klassische Grenznutzenlehre, keine Rolle mehr spielen. Man geht vielmehr heute von einem Begriff des Verhaltens aus, der als Reaktion auf bestimmte Reizfigurationen verstanden wird, deren Elemente endogen wie exogen gedacht werden. Das Konsumverhalten wird in Aktion und Reaktion zerlegt, je nachdem, wo die Verhaltensappelle ihren Ursprung haben. Konsum kann damit sowohl Tun als Unterlassen sein. Er bedingt stets ein agierendes und ein reagierendes Subjekt, eine Motivation oder Verhaltensaufforderung, ein Verhaltensmuster oder Verhaltensziel und schließlich ein Verhaltensobjekt. Man stützt sich dabei meist auf die Schule des Behaviorismus und Erkenntnisse der Sozialpsychologie, wonach die Entwicklung von Reizmustern, die in inneren Bewegungen und Erwartungen ihren Ursprung haben, zum entsprechenden Verhalten führt, wenn ein äußeres Verhaltensobjekt einen auslösenden Reiz herbeiführt.² Für unsere Fragestellung könnte man daraus folgern, daß Ernährungsverhalten ein spezieller Prozeß ist, der mit einer inneren Reizkonstellation beginnt. Die Reizimpulse werden entsprechend der individuellen Veranlagung durch Lernen und Erfahrung zum beeinflussbaren Motiv oder Bedürfnis verarbeitet, das dann seinerseits über den Regelmechanismus des Körpers, z. B. das Nervensystem, zu einer das Nahrungsverhalten bestimmenden Reaktion führt. Das Nahrungsverhalten könnte damit als ein mehrphasiger, endogener wie exogener Sende- und Empfangsprozesse interpretiert werden, der nach außen hin als geschlossener Handlungsablauf erscheint. Die wesentlichen Determinanten sind entgegen der klassischen Kon-

² Vgl. aus der großen Literaturfülle u. a. B. F. Skinner: Science and Human Behavior, 4th ed., New York 1958; G. C. Homans: Elementarformen sozialen Verhaltens, Köln, Opladen 1968; ders.: Theorie der sozialen Gruppe, 2. Aufl., Köln, Opladen 1965; P. R. Hofstätter: Einführung in die Sozialpsychologie, 4. Aufl., Stuttgart 1966; R. Heiß: Über den Begriff des Verhaltens und das Modell der Persönlichkeit in der diagnostischen Psychologie. In: Handbuch der Psychologie, 2. Aufl., Bd. 6, Göttingen 1964, S. 960–974; R. Bergius: Behavioristische Konzepte zur Persönlichkeitstheorie. In: Handbuch der Psychologie, Bd. 4, Göttingen 1960, S. 475–541.

sumtheorie metaökonomischer Art und haben im ganzen auch erstaunlich wenig mit rein rationalen Entscheidungen zu tun.

Sozioökonomische wie anthropologische Verhaltensforscher wie *G. Katona*, *G. Scherhorn* und *A. Gehlen* behaupten nun übereinstimmend, daß zwischen dem auslösenden Verhaltensstimulus und dem tatsächlichen Handeln im Gegensatz zum Tierreich kein unveränderlicher und vollkommener regelhafter Triebmechanismus besteht, der angeboren und biologisch unverrückbar ist.³ Die zwangsgeregelten Kausalbeziehungen zwischen Triebbefriedigung und Verhalten werden beim Menschen durch einen mehr oder weniger großen Verhaltensspielraum ergänzt, der variante Lösungen innerhalb des determinierten physisch-biologischen Rahmens zuläßt. Diese relativ autonome Verhaltensbandbreite kann bewirken, daß der Mensch mehr Bedürfnisse äußert als er mit den ihm zur Verfügung stehenden Mitteln befriedigen kann. Die wird als Ursache dafür angesehen, daß Bedürfnisse wechseln, verschwinden und neu entstehen. Hier liegt auch der Grund, warum sich der Mensch im Gegensatz zum Tier „überfressen“ kann. Meistens entwickelt sich eine Motivation aus einem bereits bestehenden ähnlichen Verlangen, so daß die kontinuierliche Verschränkung der Bedürfnisse innerhalb des Bedarfsspielraums dem wirtschaftlichen und gesellschaftlichen System Anstöße zur Wandlung verleiht. Die ständig neu auftauchenden Bedürfnisse halten Gesellschaft, Wirtschaft und Kultur dauernd in Bewegung. Da der Mensch nie über die erforderlichen Mittel verfügt, um alle auftauchenden Bedürfnisse gleichzeitig zu befriedigen, muß er mit seinen Mitteln haushalten, was vom wirtschaftlich-sozialen Handeln wie auch von den physischen Kräften ausgedacht werden kann. Glücklicherweise hat der Mensch im Laufe der Geschichte die Fähigkeit erworben, seine Bedürfnisse größtenteils rational einzugrenzen. Die dauernden Verhaltensentscheidungen werden dadurch auf ein erträgliches Maß eingegrenzt und der Bedürfnisdruck erleichtert. Auch tritt ein völlig rationales Konsumverhalten, bei dem Zweck und Motiv identisch werden und in einem absolut logischen Zusammenhang stehen, aber so gut wie niemals ein.

Bei den sozio-ökonomischen Verhaltensforschern besteht Konsens darüber, daß die Ausprägung der Verhaltensreize durch Erziehung und Umwelt, durch die Vermittlung sozialer Normen am stärksten beeinflußt wird. Die von gesellschaftlichen „Meinungsführern“ vermittelten Sollwertstellungen engen die individuelle Verhaltensbreite praktisch schon von Geburt an ein: Je älter der Mensch wird, desto mehr kann der freie Verhaltensspielraum durch von außen herangetragene Verhaltensmuster eingeschränkt werden. Für unsere Fragestellung läßt sich daraus folgern, daß die Nahrungsgewohnheiten dem Menschen bestimmte innere Hemmschwellen vermitteln,

³ *G. Katona*: Das Verhalten der Verbraucher und Unternehmer, Tübingen 1960; *ders.*: Die Macht des Verbrauchers, Düsseldorf, Wien 1962; *ders.*: Der Massenkonsum, Düsseldorf, Wien 1965; *G. Scherhorn*: Bedürfnis und Bedarf – sozio-ökonomische Grundbegriffe im Lichte der neueren Anthropologie. In: Beiträge zur Verhaltensforschung, Bd. 1 (1959); *ders.*: Verhaltensforschung und Konsumtheorie. In: Schmollers Jahrbuch 1960, S. 3 ff.; *A. Gehlen*: Die Seele im technischen Zeitalter. Sozialpsychologische Probleme der industriellen Gesellschaft, 6. Aufl., Reinbek 1953; *ders.*: Urmensch und Spätkultur, Bonn 1956.

die er in der Regel dann intuitiv nicht mehr ohne Not zu überschreiten wagt, da er die von der Gesellschaft verhängten Sanktionen oder andere Nachteile für sein Wohlbefinden fürchtet. Charakteristischerweise werden nach Meinung der Verhaltenswissenschaftler bei der Errichtung solcher Hemmschwellen, dieses oder jenes Bedürfnis zu befriedigen, offenbar jedesmal Energien für andere Verhaltensentscheidungen freigesetzt, so daß ein komplementäres Handeln auf anderen Gebieten ausgelöst wird. Dieses flexible Verhalten steht einerseits mit dem Begreifen einer neuen Situation in Beziehung; aber auch das Nichtbegreifen kann mit ebensolcher Regelmäßigkeit habituelle Folgen hervorrufen. Der freie Handlungsspielraum wird schließlich noch durch innere psychische Einstellungen eingeengt, vor allem das sogenannte Dominanzverhalten, das durch mangelnde Befriedigung eines Bedürfnisses entstehen kann. Die Intensität des Mangelempfindens kann mit der Zeit wachsen und eine Verhaltensunruhe bewirken, die dann andere Verhaltensbereiche beeinflusst. Wann ein Konsumbedürfnis befriedigt ist, liegt nicht nur im Gefühl des einzelnen, sondern ist größtenteils schon gesellschaftlich vorherbestimmt. Der Mensch versucht offenbar, zwischen den individuellen und prinzipiell auf Selbstbestimmung angelegten Bedürfnissen und den von außen eindringenden übergeordneten Normen der Gesellschaft eine Art von Ausgleich zu schaffen. Auch das Ernährungsverhalten steht ohne Zweifel in dieser fortwährenden Diskrepanz von individuellen, vorwiegend biologisch angeborenen Trieben und psychisch-sozialen Normierungen und Tabuierungen, so daß er nach einem Gleichgewicht suchen muß. Wenngleich eine kaum übersehbare Fülle von inneren und äußeren Faktoren den Nahrungsverzehr mitsteuert, verbleibt also offenbar immer ein mehr oder weniger großer Raum für autonome Konsumgestaltung, der die Einführung von Nahrungsinnovationen und neuen Bedürfnissen ermöglicht.

Der Mensch hat bis auf das Saugen an der Mutterbrust, das aus einer Mischung von innerer Reizung infolge Kalorienmangels und Lustgewinn am Saugen besteht, alle beim Tier noch vorhandenen Instinkte für eine gesundheitlich adäquate Nahrungszufuhr verloren. Seine Überfütterung in der Wohlstandsgesellschaft beruht im wesentlichen darin, daß seine „natürliche Uhr“ zur Deckung der notwendigen Kalorienzufuhr nicht mehr richtig funktioniert und Fettsüchtige Appetit und Hunger beständig verwechseln.⁴ Fehlernährungen beruhen in der Hauptsache allerdings auch darauf, daß der Mensch vielfach nicht mehr in der Lage ist, sich der sich schneller wandelnden Umwelt anzupassen. Die von dem amerikanischen Soziologen *W. F. Ogburn* vorgetragene Theorie des „Cultural Lag“ behauptet, daß einzelne Bereiche einer Gesellschaft nicht derselben zeitlichen Wandlungsrate unterliegen. Der eine Teil, nämlich die „materielle Kultur“ (d. h. die Summe naturwissenschaftlich-technischer Entdeckungen, Kenntnisse und Methoden), unterliege einem wesentlich schnelleren Fortschritt als die „immaterielle

⁴ *V. Pudiel* und *J. E. Meyer*: Die Fettsucht als Störung des Appetitverhaltens. In: Deutsche Medizinische Wochenschrift 1974, S. 618–628 und S. 648–651; *V. Pudiel*: Psychologische Aspekte des spontanen Appetitverhaltens. In: Internationale Zeitschrift für Vitamin- und Ernährungsforschung, Beiheft 14, Stuttgart, Wien 1974, S. 210–216.

Kultur“ (d. h. die Summe der Institutionen, Werte und Normen). Nach dieser Theorie treten regelmäßig Fehlanpassungen (Cultural Lag-Tendenzen) auf, wenn die Bereiche der immateriellen Kultur gegenüber der materiellen ins Ungleichgewicht geraten.⁵ Diese Theorie kann beim Ernährungsverhalten in der Tat einiges erklären: Die immateriellen soziokulturellen Verhaltensmuster hinken ganz unbestreitbar hinter den schneller vorangeschrittenen materiellen Wandlungen der Umwelt her und haben ein Bündel von Fehlverhaltensweisen erzeugt. Die Masse der Industriestaatenbevölkerung isst und trinkt, als würde sie noch in einer agrarisch-handwerklichen Welt körperlich schwer arbeiten. Ihre Verhaltensmuster entstammen nicht der heutigen hypertechnischen, sondern der vorindustriellen Welt, was zu dem vielzitierten „Selbstmord mit Messer und Gabel“ führen kann. Dieser „Cultural Lag“-Effekt deutet zugleich darauf hin, daß der Auf- und Abbau von solchen Verhaltensmustern offenbar nur sehr langsam vor sich geht und mit einfachen Appellen an die Ratio nicht sofort verändert werden kann.

Die hier skizzierte Verkümmern der natürlichen Nahrungsorientierung darf allerdings nicht nur negativ beurteilt werden: Der Instinktverlust birgt zugleich die dem Tier nicht gegebene Chance, die Ernährungspalette im Sinne einer zivilisatorischen Höherentwicklung immer weiter zu verfeinern und einmal erkannte Fehlverhaltensweisen nach gewisser Verzögerung auch abzubauen. Die Möglichkeiten zur Korrektur unangepaßter Fehlverhaltensweisen bei der Ernährung sind auch deshalb gegeben, weil der freie Raum für Konsumgestaltung in der Wohlstandsgesellschaft wächst und die in der Kindheit vermittelten Verhaltensmuster allmählich beweglicher und damit beeinflussbarer werden.⁶ Alle diese Einsichten lassen sich in die Formel zwängen: Weder ist der Mensch bei seiner Nahrungsaufnahme völlig autonom (wie einige naturwissenschaftliche Ernährungswissenschaftler immer noch naiv verkünden), noch ist er den vorgegebenen Daseinszwängen aufgrund seiner biologischen Disposition fatalistisch-hilflos ausgeliefert. Gerade die Janusgestalt von Zwang und Freiheit macht anscheinend das Wesen der Nahrungsgewohnheiten aus.

Wie Befragungen zeigen, sehen viele Menschen Nahrung oftmals in erster Linie gar nicht als Nahrung an. Die tägliche Mahlzeit ist für sie weniger eine Kollektion zubereiteter Lebensmittel oder gar eine abstrakte Kalorienzufuhr als vielmehr ein zunächst willkommenes Medium zum Kommunizieren mit den Mitmenschen. Wenn Speisen und Getränke konsumiert werden, dann handelt es sich zwar um Akte der Bedürfnisbefriedigung, Einkommensverwendung und physiologischen Sättigung, zugleich wird aber auch stets eine spezielle Art von Information konstituiert. Die Nahrung summiert und transferiert, was mit ihrem originären Zweck an sich nichts zu tun hat, bestimmte Lebenssituationen. Essen und Trinken sind damit zugleich Indikatoren für mehr oder weniger bewußte Verhaltensweisen, die weit über den singulären Verzehrskomplex hinausweisen. Die Ernährung ist anders ausgedrückt ein Verhalten, das sich nach dem vollzogenen Akt gleich-

⁵ W. F. Ogburn: Kultur und sozialer Wandel, Neuwied, Berlin 1969.

⁶ Diese These vertritt H. Krauch: Grundbedürfnisse und Ernährung. Menschliches Verhalten im Lichte gesellschaftlichen und technischen Wandels. In: Milchforum 74, hrsg. vom Bundesministerium für Jugend, Familie und Gesundheit, Bonn o. J.

sam autonom weiter entwickelt und noch am Leben erhält, wenn dieser längst beendet ist. Mahlzeiten summieren, signalisieren und substituieren daher menschliche Verhaltensarten, die sich auf ganz anderen Gebieten abspielen. Umgekehrt lassen sich Lebenszustände durch die Art und Weise einer Ernährung ausdrücken. Somit ist eigentlich jede Lebenssphäre mit der anderen durch Nahrungsgewohnheiten verbunden. Zwar wechseln die mit der Ernährung verbundenen sozialschichtentypischen Rangabzeichen, nicht aber die Intensität der Kommunikation. Die Essensdarbietung ist gegenüber früher mehr kommerzialisiert worden; statt eigener Kochkunst werden Produkte der Gastronomie zur Schau gestellt. Aber am „Nahrungsimponiergehab“ hat sich deswegen nicht viel geändert. Man kann sogar die Gegenthese aufstellen, daß der sozialkommunikative und sozialeffektive Charakter einer Nahrung um so deutlicher hervortritt, je schneller das physiologische Sättigungsbedürfnis befriedigt werden kann. Für die beati possidentes, die schon in früheren Jahrhunderten auf Kosten anderer ausreichend gefüttert wurden, hatten Mahlzeiten schon immer vornehmlich die Funktion eines „sozialen Protokolls“.⁷

Für die Verbreitung des kommunikativen Charakters der Ernährung gibt es interessante Indizien: Diente früher beispielsweise das Kaffeetrinken mehr als Stimulans für das Nervensystem, so signalisieren heutige Werbesprüche vor allem die Lebenssituationen „Ausruhen“ und „Entspannen“, wofür die Amerikaner den unübersetzbaren Ausdruck „Coffee Break“ erfunden haben: Kaffee wird nicht als Substanz, sondern als Lebensbefindlichkeit aufgefaßt. Die Kaffeepause ist eine Tagesrhythmusunterbrechung, der Kaffee ein „Zeit-töter“ und Gegengewicht zur Arbeitsmonotonie. Die ernährungsphysiologische Relevanz ist so gering, daß die sozialkommunikative und sozialaffektive Funktion völlig dominiert. Ähnliches läßt sich bei anderen Genußmitteln feststellen, was erklären mag, warum gutgemeinte Mäßigungsappelle hier so oft auf taube Ohren stoßen. Der Alkoholismus muß vor allem unter diesem Aspekt gesehen werden.

Der unübersehbare kommunikative Symbolgehalt der Nahrung hat zur Aufstellung von Systematiken gereizt. Aus den verschiedenen Ordnungsver-suchen läßt sich folgende Klassifikation zusammenziehen.⁸

– *Prestigeprodukte* (Nahrungsmittel werden als personale Attribute empfunden, sie dienen exhibitionistischen Schaulusteffekten und sollen eine ge-

⁷ Dies läßt sich gut aus der frühen Kochbuchliteratur ersehen. Vgl. z. B. Marx Rumpolt: Ein new Kochbuch, ... Frankfort am Mayn 1581; Anna Wecker: Ein Köstlich new Kochbuch von allerhand Speisen ... Amberg 1598.

⁸ W. Kaufman: Some psychomatic aspects of food allergy. In: Psychomatic Medicine 1954, S. 660–664; C. G. Babcock: Food and its emotional significance. In: Journal of American Dietetic Association 1948, S. 390–393; J. McKenzie: The impact of economic and social status on food choice. In: Proceedings of the Nutrition Society 1974, S. 63–73; A. P. Hartog: Unequal distribution of food within the household. In: Nutrition Newsletter 1972, S. 8–17; D. B. Feliffe: Parallel food classification in developing and industrialized countries. In: American Journal of Clinical Nutrition 1967, S. 279–281; W. A. Woods: Psychological dimensions of consumer decision. In: Journal of Marketing 1960 (January), S. 15–19. Alle Angaben zitiert nach J. M. Diehl: Ernährungspsychologie, Frankfurt/M. 1978, S. 88–90. Vgl. ferner R. Barthes: Vers une psycho-sociologie de l'alimentation moderne. In: Annales. Économie, Sociétés, Civilisations, 1961, No. 5, S. 977–86.

- sellschaftlich elitäre Position bzw. Abhängigkeit anderer unterstreichen.)
- *Statusprodukte* (Nahrungsmittel dienen zur soziokulturellen Identifikation, sie sollen keine soziale Führungsrolle, sondern Gruppenkonformität demonstrieren und Assimilation erleichtern.)
 - *Fetisch- und Sicherheitsprodukte* (Nahrungsmittel werden in Stresszuständen zur Erreichung emotionaler Sicherheit eingenommen; man glaubt, nicht ohne sie auskommen zu können. Sie haben eine magisch-religiöse Bedeutung und dienen zur Entlastung von Angst. Ihre Hauptfunktion ist Ich-Verteidigung, nicht Ich-Verstärkung. Hierzu gehört auch die besondere Kost für Kinder, Kranke und Schwangere.)
 - *Hedonistische Produkte* (Nahrungsmittel werden aus Lustgewinn konsumiert, vor allem wegen ihres Geschmacks, Geruchs und Aussehens, was meistens situationsverbunden ist; man belohnt damit eigenes Verhalten und demonstriert dabei Gemütsverfassungen, Vergnügen und Kommunikation.)
 - *Nur-funktionelle Produkte* (Nahrungsmittel dienen als Hauptkalorienlieferanten, die Grundnahrungsmittel oder „Cultural Super-Foodstuff“ haben keinen besonderen Sinngehalt und sind symbolneutral.)

Aus alledem kann man folgern, daß der Nahrung gewisse Elemente der Schaulage, des Sozialprestiges und auch wohl des Spielerischen anhaften, wie auch magisch-religiöse Funktionen. Es gibt zu denken, daß das Ritual der Gastfreundschaft sich durch alle Zeiten und Völker hindurch verfolgen läßt. Essen und Trinken soll den jeweiligen Standort in einer Gesellschaft markieren und als Erkennungszeichen dienen wie die „Duftmarke“ bei manchen Tierarten. Die Zusammensetzung der Nahrung, die Technik ihrer Zubereitung und Konservierung sowie die Verzehrsformen sind seit der Zeit, da der Urmensch Beeren, Kräuter und Knollen sammelte sowie Tiere jagte und zu fischen anfangte, zu einem verschachtelten Bedeutungssystem zusammengewachsen, das zwischenmenschliche Beziehungen ausdrückt und normiert. Dabei muß man nochmals feststellen, daß solche Beziehungssysteme auch zugleich innere Bedeutungsarsenale enthalten. Ein solcher Fundus versteckter oder offener Signale liegt in vielen, gesellschaftlich scheinbar völlig indifferenten Nahrungsmitteln verborgen. Nahrungsverhalten wird deshalb zum Teil des gesamtgesellschaftlichen Kommunikationsprozesses, weil die einzelnen Elemente gleichsam den Charakter von verschlüsselten Verhaltensanweisungen annehmen. Eine gesellschaftlich kompetente Führungsgruppe formalisiert nach Raum und Zeit verschieden aus ihren Vorstellungsinhalten heraus geheime „Befehle“ oder „Codices“. Sie werden im Verlauf einer Brauchhandlung dann „gesendet“ und von Empfängern aufgenommen, wenn diese über entsprechende „Antennen“ verfügen. Die verschlüsselten Signale (Symbole, Verhaltensaufforderungen, Motivationsimpulse) werden dann wie erwähnt nach Auflösung entsprechender Reizfigurationen in Handlungen umgesetzt. Will man Nahrungsgewohnheiten analysieren, dann muß man also die von den sozialen „Meinungsführern“ ausgestrahlten Codesignale entschlüsseln, wobei Mahlzeiten und Lebensmittel die Funktionen eines Signalsenders oder Signalübermittlers besitzen. Wichtig ist allerdings, wie kontinuierlich solche Impulse ausgestrahlt und in tägliches Handeln umgesetzt werden: Erst durch ständige Wiederholung kann ein solches Handeln

in ein größeres System integriert und zu festen Normen erhoben werden. So ungefähr lassen sich moderne Kommunikationstheorien zur Erklärung des Ernährungsverhaltens heranziehen.⁹

Die Rolle solcher einzelnen Elemente im sozialkommunikativen Ernährungsfeld werden noch deutlicher, wenn man beispielsweise darauf hinweist, daß es durchaus nicht das gleiche bedeutet, ob man wochentags Kartoffeln in der Suppe oder aber in Silberfolie verpackt mit Kräuterbutter zum T-Bone-Steak in einem Grillrestaurant am Sonntag verzehrt. Galt einst Weißbrot als Kennzeichen gehobener Lebensführung, so ist heute das (nach besonderen Rezepten gebackene) Roggenbrot wieder an die obere Wertskala gelangt. Auch der Zucker war einst ein teures Luxusprodukt, das aus den Kolonien importiert werden mußte. Heute ist ein alltägliches, in Gaststätten sogar umsonst angebotenes Süßmittel daraus geworden, das als unnötiger „Dickmacher“ und Kariesverursacher auch noch ernährungsphysiologisch in Verruf gekommen ist. Umgekehrt stieg der einstmalige Armenspeise verdächtige Honig zur heilkräftigen Reformhauskost empor. Offenbar signalisieren Nahrungsmittel zeitlich wie räumlich zuweilen ganz Verschiedenes und machen allmählich soziokulturelle Auf- und Abstiegsprozesse durch, wie G. Wiegelmann anhand der Fest- und Alltagspeisen erstmals in einem größeren kulturräumlichen Vergleich nachweisen konnte.¹⁰ Alles dies ist ohne den Kommunikations- und Symbolcharakter der Nahrung nicht erklärbar.

Bei der Betrachtung des Wandels der Bedeutungsinhalte einzelner Elemente der Ernährung wird weiterhin sichtbar, daß dieser einen in der Geschichte deutlich erkennbaren fortgesetzten Trend zur Differenzierung und Verfeinerung aufweist, was natürlich in den einzelnen Gesellschaften und ihren Subsystemen mit unterschiedlicher Schnelligkeit und Intensität vor sich geht und zeitweise Rückentwicklungen einschließt. Dies ist in erster Linie auf den Prozeß der wirtschaftlichen Arbeitsteilung, den steigenden Lebensstandard sowie das anscheinend unerschöpfliche Reservoir neuer Bedürfnisse zurückzuführen. Dieser Trend meint in der Industriegesellschaft konkret eine sich ständig perfektionierende Erzeugung, Konservierung und Zubereitung der Nahrung. Ein Teil der Landwirtschaft und Industrie stellt heute gar keine einfachen Lebensmittel mehr her, sondern sieht seine Hauptaufgabe darin, diese gleich nach dem Verbrauchersgeschmack zu veredeln, den man in Marktanalysen zuvor erkundet hat. Die Tendenz geht dahin, die bei der Nahrungszubereitung anfallenden Dienstleistungen (Sortieren, Waschen, Zerkleinern, Mischen, Färben, Würzen etc.) aus dem häuslichen Bereich auszugliedern. Dabei ist man darauf gestoßen, daß in der öffentlichen Meinung die „natürlichen“ Lebensmittel generell einen höheren Stellenwert genießen als die „künstlich“ von der Industrie hergestellten. Dies ist eigentlich verwunderlich: Im strengen Sinn gibt es bis auf die Muttermilch nämlich gar keine „natürlichen“ Nahrungsmittel; denn die Kuhmilch ist letztlich für die Aufzucht des Kalbes bestimmt, aus dem Ei soll ein Küken werden, aus dem

⁹ Vgl. C. E. Shannon, W. Weaver: *The Mathematical Theory of Communication*. The University of Illinois Press 1959; J. R. Pierce: *Symbols, Signals and Noise: The Nature and Process of Communication*, New York 1961.

¹⁰ G. Wiegelmann: *Alltags- und Festtagsspeisen. Wandel und gegenwärtige Stellung*, Marburg 1967.

Getreidekorn ein Getreidehalm. Der Mensch hat sich lediglich bestimmte Pflanzen und Tiere durch lange Evolutionsprozesse der Züchtung für seinen Nahrungszweck „zurechtgebogen“ und dann als „seine“ Nahrung deklariert. Die veredelten Pflanzen und domestizierten Tiere sind ihrer ursprünglichen Bestimmung teilweise so sehr entfremdet worden, daß man heute nicht mehr exakt bestimmen kann, wo sich „Natur“ und „Kunst“ hier scheiden. Ein gutes Beispiel ist hier das Mastschwein.

Die im späten 19. Jahrhundert aufkommende bürgerliche Lebensreformbewegung, der wir Antialkoholismus- und Nacktkulturbewegung, Vegetarismus und Reformhäuser verdanken und an die heutige Umweltschützer vielfach unbewußt anknüpfen, hat nun die Anklage erhoben, moderne Landwirtschaft und Lebensmittelindustrie würden des Profits willen gelegentlich ursprünglich „reine“ und „natürliche“ Nahrungsmittel durch allerhand „künstliche“ chemische Zusätze verderben und die Gesundheit aller aufs Spiel setzen. Bei der durch die Massenmedien immer wieder angeheizten Schadstoffdiskussion, über die man als Laie schlecht urteilen kann, wird aber stets verschwiegen, daß viele Grundnahrungsmittel bis zum Beginn der Industrialisierung regelmäßig und dauernd bewußt verfälscht worden sind und sich die tägliche Nahrungsaufnahme überhaupt hygienisch in einem erbärmlichen Zustand befand. Erst der Aufbau einer modernen Massenproduktion hat die Einführung einer wirkungsvollen staatlichen Lebensmittelüberwachung ermöglicht. Dieses Beispiel zeigt, wie außerordentlich emotional der tägliche Nahrungsbereich betrachtet wird. Die anscheinend unausrottbare nostalgische Sehnsucht nach einer angeblich „natürlichen“ Ernährung muß als eine der modernen Entwicklung feindliche Gegenbewegung verstanden werden, wie es sie auch auf anderen Gebieten der Gesellschaft im Laufe der Industrialisierung gegeben hat. In ihr steckt ein tüchtiger Schuß Technik- und Großstadtfeindschaft sowie romantischer Agrartümelei, bei der man nicht sehen will, daß sich auch die heutige Ernährungsweise nicht mehr im *Rousseauschen* Sinne reversibel machen läßt. Nebenbei gesagt haben sich Lebensmittelproduzenten und Lebensmittelhändler die Suche nach den „natürlichen“ Lebensmitteln längst zunutze gemacht und liefern Erzeugnisse mit den Aufdrucken „Natürlich rein“ und „Nach Großmutter Rezept“, obwohl diese in Wahrheit über Fließbänder und durch chemische Retorten gelaufen sind.

Die Sehnsucht nach der „natürlichen“ Nahrung könnte in wohlmeinender Absicht allerdings auch als Ausdruck zunehmender Geschmacksdifferenzierung interpretiert werden. Leider fehlt es hier noch so gut wie völlig an Systematisierungsversuchen. Man vermutet lediglich, daß die Elemente eines Geschmackssystems wohl nur selten mit den Nahrungsmitteln übereinstimmen, die im Gebrauch sind. Schon das Grundnahrungsmittel Brot zeigt, daß sich damit keine irgendwie plausible Geschmacksskala aufstellen läßt. Die Einheiten dafür müßten wahrscheinlich sehr viel subtiler als einzelne Lebensmittel sein. Die Schwierigkeit eines solchen Ordnungsversuchs liegt darin, daß der Mensch nur selten Nahrungsmittel in der Urform zu sich nimmt, sondern überwiegend verarbeitet und vermischt. Nur Obst, Kartoffeln, Mineralwasser und Pilze erfordern so wenig Zubereitung, daß man sie als „absolute“ Kost in ein Geschmackssystem aufnehmen könnte. *P. F. Lazars-*

feld hat als einziger einmal nachzuweisen versucht, daß gewisse sensorische Geschmacksrichtungen mit der Einkommenshöhe befragter Sozialgruppen korrelieren können.¹¹ Er kam zu der noch nicht sehr weit führenden These, soziale Unterschichten würden tendenziell mehr Süßigkeiten, starke Gerüche und glatte Stoffe, Oberschichten aber mehr bittere Geschmacksrichtungen, unaufdringliche Gerüche und unregelmäßig-rauhere Stoffe bevorzugen. Bis heute ist dieses Problem, soweit man erkennen kann, unerforscht im Raum stehengeblieben: Verbinden sich bestimmte sensorische Geschmacksrichtungen mit sozialen, beruflichen, alters- und geschlechtsspezifischen oder aber regionalen Differenzierungen, und welcher Wandel läßt sich hier konstruieren? Erste Anhaltspunkte könnte hier die Ernährungsgeschichte liefern: In vorindustriellen Jahrhunderten aß das einfache Volk Fleisch vorwiegend gekocht, während Braten als Herrenspeise galt. Innereien waren nicht tafelfähig, das Rind rangierte vor dem Schwein, der Apfel vor der Pflaume usw. Nach *H. Wiswes* kulturgeschichtlichen Untersuchungen der Kochkunst hat der Mensch seit eh und je aus der Naturbeobachtung die Folgerung gezogen, daß in Pflanzen und Tieren wirksame Kräfte stecken, die beim Verspeisen auf ihn übergehen und sein Wohlbefinden beeinflussen.¹² So betrachtete man das Trinken von Tierblut als Einverleiben von Kraft, was sich in den Ausdrücken „Blutsbrüderschaft“ und „kräftige“ Speisen erhalten hat. Der Sinn des Attributs „kräftig“ war dabei, daß dieser Nahrung heilende Kräfte innewohnten. Man sah deshalb eine Aufgabe darin, die in den Nahrungsmitteln steckenden Kräfte und Geschmacksrichtungen durch Zutaten auszugleichen, um das natürliche Gleichgewicht des Körpers nicht zu gefährden. Auf solchen Vorstellungen beruht z. B. die berühmte Viersäftelehre des *Polybios*, des Schwiegersohnes von *Hippokrates*, die bis in die Neuzeit hinein eine Stütze der ganzen Medizin bildete. Sie besagte im Kern, daß den vier Elementen Feuer, Wasser, Erde und Luft die Kräfte Wärme, Feuchtigkeit, Trockenheit und Kälte entsprechen. Im menschlichen Körper reagieren die Organe entsprechend, weshalb man Choleriker, Phlegmatiker, Melancholiker und Sanguiniker unterschied. Gewannen Dürre und Hitze die Überhand, so verbrannte das Leben; herrschte zuviel Kälte vor, so erfror es. Aufgabe der Nahrung wie der Heilkunst war es, diese Elemente stets auszugleichen. In allen Kochbüchern von der Antike bis zum 19. Jahrhundert finden sich daher Forderungen nach rechter „Temperierung“ der Speisen. Essig wurde als schädlich für den Melancholiker, aber als wertvoll für den Choleriker angesehen. Die starke „Kälte“ des Salats mußte mit Essig, Dill und Lauch, die des Fisches mit „warmem“ Wein oder „hitziger“ Senfsoße temperiert werden. Sauerampfer wurde gegen Katzenjammer und Magenbeschwerden empfohlen, Kohl sollte Trunkenheit verhindern, Mohnsuppe dem Schlaf dienlich sein. Schokolade galt als Liebesmittel — noch 1721 wurde die Kakaonuß in einer Abhandlung als „Venusbrot“ bezeichnet. Als erotisierend wurden ferner Rüben, Muskat, Mandeln und Zwiebeln angesehen, entgegengesetzte Wirkungen erwartete man von Petersilie, Thymian und Hopfen. In fast allen Rezepten tauchten Gegenüberstellungen von süß und bitter, trocken und wäß-

¹¹ *P. F. Lazarsfeld*: The psychological aspects of market research. In: Harvard Business Review 1934, S. 54–71.

¹² *H. Wiswe*: Kulturgeschichte der Kochkunst, München 1970, S. 59–73.

rig, heiß und kalt, gebunden und lose sowie frisch und getrocknet auf. Die von *H. Wiswe* entlehnten Beispiele zeigen, daß die Geschmackselemente und inneren „Kräfte“ der Nahrung im vorwissenschaftlichen Zeitalter durchaus in einem durchdachten System zueinanderstehend empfunden wurden. Vieles davon hat sich unterschwellig im Volksbewußtsein bis heute erhalten. Daß die Küche auch heute noch mit ihren ausgeprägten Geschmacksrichtungen Landschaften und Völker scheidet und mit Recht als Ausdruck kultureller Vielfalt betrachtet wird, ist unbestritten. Geschmacksunterschiede werden sorgsam gepflegt und sogar neu durch die Massenmedien herausgeputzt. Man muß daher fragen, warum dieser so eminent wichtige Faktor bei der wissenschaftlichen Untersuchung der Nahrung bisher so wenig berücksichtigt wurde. Dies ist um so verwunderlicher, wenn man bedenkt, daß Geschmacksrichtungen in Kunst, Literatur, Architektur und Kleidermode schon lange unter dem Begriff des Stils Objekte wissenschaftlicher Reflexion geworden sind. *C. Lévi-Strauss* hat im Rahmen seiner „Strukturalen Anthropologie“ darauf aufmerksam gemacht, daß neben bestimmten Verwandtschaftssystemen, Mythen und Ritualen vor allem die verschiedenen Geschmacksrichtungen und Zubereitungsformen von Mahlzeiten zu den von ihm gesuchten ubiquitären dauerhaften soziokulturellen Grundmustern menschlicher Existenz gehören.¹³ Wie außerordentlich wichtig der sensorische Geschmack unter den Determinanten des Ernährungsverhaltens empfunden wird, zeigen auch empirische Untersuchungen, in denen von Befragten unter einer Auswahl von Eigenschaften, die man generell von einer Nahrung erwartet, die geschmackliche Komponente immer wieder an die erste Stelle gerückt wurde.¹⁴

Die bisherigen Analysen des Ernährungsverhaltens deuten immer wieder darauf hin, daß der Bereich des täglichen Essens und Trinkens trotz seiner vielen institutionalisierten Handlungsvollzüge im Bewußtsein der Betroffenen im ganzen erstaunlich unscharf bleibt. Offenbar gibt es eine weit verbreitete Überzeugung, daß hier alles im Grunde in Ordnung sei und keine wirklichen Probleme bestehen. Man setzt ein fast blindes Zutrauen in diejenigen, die die Nahrung auswählen, zubereiten und auf den Tisch bringen. Zwar gibt es stets bestimmte Präferierungen, Antipathien und Tabuisierungen von Speisen und Getränken, aber dies ist offenbar kein Widerspruch zu dem falschen Sicherheitsgefühl, das den ganzen Verzehrskt umgibt. Welches Ausmaß die sorglose Unschärfe besitzt, mit der die tägliche Mahlzeit betrachtet wird, zeigt sich bei der Frage, was der einzelne gegessen und getrunken hat. Schon nach relativ kurzer Zeit vermögen die meisten Menschen keine präzisen Antworten mehr darauf zu geben. Diese typische Unschärfe

¹³ Der belgisch-amerikanische Sozialanthropologe versucht die Nahrungsgewohnheiten durch das Modell eines „kulinarischen Dreiecks“ zu erfassen, das durch die Gegensätze roh/gebraten – gekocht/geräuchert – verfault/gesotten, die An- und Abwesenheit von Luft und Wasser bei der Nahrungszubereitung sowie die darin zum Ausdruck kommenden Antinomien von Kultur und Natur charakterisiert wird. *Cl. Lévi-Strauss*: *Le Triangle culinaire*. In: *L'Arc*, no. 26 (1965), S. 19–22; *ders.*: *Der Ursprung der Tischsitten*. In: *Mythologica*, Bd. 3, Frankfurt/M. 1973, S. 504 bis 532.

¹⁴ *O. Neuloh, H. J. Teuteberg*: *Ernährungsfehlerverhalten im Wohlstand*, Paderborn 1979.

verbunden mit der Ubiquität und Alltagstrivialität ist wahrscheinlich der Hauptgrund, weshalb die Sozialwissenschaften das Problem des Nahrungsverhaltens bisher so wenig untersucht haben.

Erfreulicherweise gibt es seit einiger Zeit ein neu erwachtes Interesse an den Ernährungsgewohnheiten. Abschließend sollen einige der wichtigsten Versuche zur Aufstellung eines theoretischen Bezugsrahmens (Frame of Reference) vorgeführt werden. Eine gewisse Beachtung hat zunächst das Modell gefunden, das die beiden New Yorker Sozialpsychologen *M. und C. W. Sheriff* 1969 vorgelegt haben (siehe S. 276).

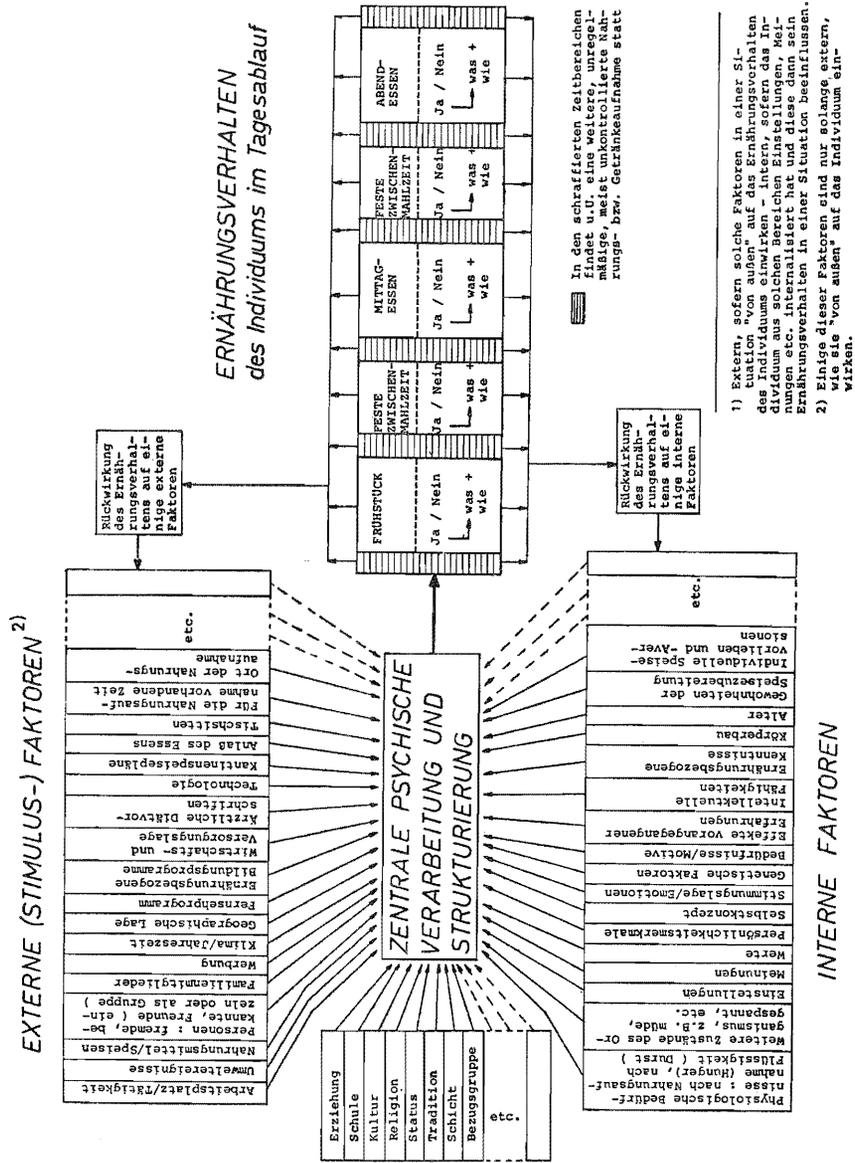
Wie sich erkennen läßt, wird das Ernährungsverhalten wiederum als Ergebnis einer psychischen Verarbeitung endogener und exogener Faktoren aufgefaßt. Einigkeit besteht mit der bisherigen Verhaltensforschung auch in der Annahme, daß die aufgenommenen Signale sich nicht direkt und unabhängig auf die menschliche actio auswirken, sondern selektiert und psychisch verarbeitet werden, ehe sie sich in reactio umsetzen. Ernährungshandeln kommt dadurch zustande, daß die stimulierenden Bedingungen (externe Faktoren) mit den jeweils relevanten internen Faktoren in Beziehung treten. Zu kritisieren ist, daß die vielfach mehr zufällig aneinandergereihten Variablen eine höchst unterschiedliche Gewichtung und keine logische Rangfolge oder denkbare Abhängigkeit besitzen. So bleibt unbeantwortet, ob die biologisch angeborenen Körperfunktionen oder aber die von der Gesellschaft anerzogenen Verhaltensmuster primär das Ernährungsverhalten steuern. Von der Mehrzahl der Autoren wird das schon kurz vor der Geburt zu beobachtende individuelle Nahrungverhalten vor allem als Produkt eines Lernprozesses und der Erfahrung und nur zu einem geringen Teil als Folge der Erbfaktoren angesehen. Demgegenüber vertreten die von Zoologie und Biologie herkommenden ethologischen Verhaltensforscher wie *K. Lorenz*, *J. Eibl-Eibesfeldt*, *O. Koenig* und *W. Wickler* bekanntlich die Ansicht, daß eine solche Diskrepanz nicht besteht, weil die sozialen Verhaltensweisen, die scheinbar auf geistigen Normen und Lernprozessen in der sozialen Umwelt basieren, in Wahrheit nur von Generation zu Generation weitergegeben und in den Genen verborgene biologische Dispositionen sind.¹⁵ Ebenso unberührt bleibt das Problem, daß Ernährungsverhalten auch aus einem Unterlassen bestehen und komplementäre Aktivitäten aus anderen Lebensgebieten initiieren kann. Schließlich fragt man sich, auf welchen Kanälen und in welchen Etappen die hier aufgelisteten Faktoren auf das konkrete Ernährungshandeln des Individuums im Tagesablauf einwirken.

Der Gießener Agrarsoziologe *A. Bodenstedt* hat in diesem Zusammenhang darauf hingewiesen, daß alle bisherigen Definitionen der Ernährungsgewohn-

¹⁵ *K. Lorenz*: *Über tierisches und menschliches Verhalten*, 2 Bde., München 1965–70; *ders.* und *P. Leyhausen*: *Antriebe tierischen und menschlichen Verhaltens*, München 1968; *K. Lorenz*: *Er redete mit dem Vieh, den Vögeln und den Fischen*, 4. Aufl., Wien 1965; *ders.*: *Das sogenannte Böse*, 25. Aufl., Wien 1970; *J. Eibl-Eibesfeldt*: *Grundriß der vergleichenden Verhaltensforschung*, 2. Aufl., München 1969; *O. Koenig*: *Kultur- und Verhaltensforschung*, München 1970; *W. Wickler*: *Antworten der Verhaltensforschung*, München 1970; *ders.* und *U. Seibt*: *Das Prinzip Eigennutz. Ursachen und Konsequenzen sozialen Verhaltens*, Hamburg 1977. Vgl. dazu *D. Claessens*: *Instinkt – Psyche – Geltung. Bestimmungsfaktoren menschlichen Verhaltens*, Köln, Opladen 1968.

Schaubild 1

Faktoren des Ernährungsverhaltens nach M. und C. W. Sheriff



heiten darunter leiden, daß die beigebrachten Erklärungen (Brauch, Habitualisierung, Lernprozeß, Verhaltensmuster, Institutionalisierung usw.) nur einen Terminus durch den anderen ersetzen, ohne zur wirklichen faktoriellen Analyse vorzustößen und zu erklären, warum das Ernährungsverhalten eine so typisch zähe Konstanz durch alle Zeiten und Räume aufweist.¹⁶ Er schlägt deshalb ebenfalls vor, das Ernährungsverhalten in eine Vielzahl separater Handlungsvollzüge aufzulösen. Jede Handlungseinheit erhält dann einen bestimmten Sinn, der mit dem Motiv des gesamten Handlungsvollzuges Ernährung in Übereinstimmung stehen muß. Die ernährungsrelevanten Handlungen beruhen nach *Bodenstedt* wie alle anderen menschlichen Aktivitäten auf sinngebenden Motivationen, um etwas zu erreichen (z. B. Sättigung, Prestige, Kommunikation, Erziehung usw.).

Daneben ist aber auch an das Entwerfen von Handlungsmustern, das Antizipieren eines zu bewerkstelligenden Zustands zu denken. Im gleichen Maß, wie sich Handlungsmuster und Handlung wiederholen, wandeln sich nach Meinung dieses Autors die Funktionen der Motive dahin, nur noch das Entwerfen von Handlungen anzuregen. Der ursprüngliche Sinn eines Ernährungsaktes wird mit anderen Worten beim täglichen Vollzug gar nicht mehr aktualisiert, sondern tritt im Bewußtsein immer mehr zurück und kann zunehmend schwerer vergegenwärtigt werden. Man fragt später nicht mehr nach dem originären Sinn einer Ernährungsgewohnheit, sondern nur noch nach dem Sinn seiner Wiederholung. Auf solche Weise könnten sich nach Meinung dieses Sozialwissenschaftlers typische Formen heutigen Ernährungsverhaltens herausgebildet haben. Will man Nahrungsgewohnheiten soziologisch bestimmen, so lautet seine These, so muß man nach den Gründen für ihre Wiederholung fragen.

Unter den möglichen Antworten auf eine solche Frage wird auf eine Analyse der komplementären Verhaltensformen verwiesen, die das Ernährungshandeln verursachen und mitsteuern. Diese Verbindungslinie wird schon seit langem gesehen. So hat der französische Soziologe *Marcel Mauss* (1873 bis 1950) die Nahrung in einer sehr glücklichen Formulierung als „soziales Totalphänomen“ bezeichnet, weil sie bis zur Unkenntlichkeit mit der Gesamtgesellschaft verwoben ist.¹⁷ Ernährungshandeln hängt so gut wie mit allen anderen Lebensbereichen zusammen, so daß Essen und Trinken überall komplementäre Reaktionen auslösen. Überspitzt kann man sogar sagen, daß in der Nahrung gleichsam die „ganze Welt“ versteckt ist und sie im Kern das gesamte gesellschaftliche Leben widerspiegelt. Als täglich wiederkehrende Handlung löst sie zahlreiche Institutionalisierungen aus: Aus losen Moden, Gepflogenheiten und Konventionen werden infolge kontinuierlicher Nachahmung feste Bräuche und Sitten und zuletzt strenge Rechts- und Wertssysteme, die ein Abweichen unter Strafe stellen. Die Erfüllung solcher

¹⁶ A. Bodenstedt: Ernährung und Tradition: Soziokulturelle Einflüsse auf das Ernährungsverhalten. In: Ernährungs-Umschau 1978, S. 103-109.

¹⁷ Natürlich stützt sich *Marcel Mauss* hier auf das zentrale Axiom seines Lehrers *Emile Durkheim* von der Totalität alles Sozialen, d. h. die Gesellschaft ist der Inbegriff aller allgemeinen Bestimmungen, Kategorien und Werte, die in ihr vorkommen. Vgl. *M. Mauss*: Essay sur le don. Forme et raison de l'échange dans les sociétés archaïques. In: Année Sociologiques 1923-1924; ders.: Sociologie et Anthropologie, 4. Aufl., Paris 1968.

Quelle: M. Sheriff - C. W. Sheriff: Social Psychology, New York 1969; zitiert nach der Übersetzung von J. M. Diehl: Ernährungspsychologie, Frankfurt/M. 1978, S. 5.

Normen wird schließlich (mit verschiedener Reichweite und Intensität) zum eigentlichen Sinn deklariert. Komplementäre Gesellschaftsgewohnheiten, die an sich gar nichts mit dem engeren Verzehrakt zu tun haben, können auf diese Weise die Ernährung routinieren. Nach *Bodenstedt* ist dies ein Grund dafür, weshalb familiäre Feiertage, Begräbnisse oder Aufnahmen in eine Institution (Einstand) überall mit typisierten Eß- und Trinkriten begleitet werden. Auch die seltsame Konstanz von Mahlzeitsystemen in einer Gesellschaft basiert seiner Meinung nach auf der Tatsache, daß die ursprünglichen „Umzu“-Motive mit den nachfolgenden „Weil“-Motiven und damit Handlungssinn und Handlungswiederholung im Bewußtsein identisch geworden sind. Zur Verfestigung solcher Normen trägt natürlich der Umstand bei, daß die Speiseaufnahme dem Menschen bestimmte Zeiten und Ortsanwesenheiten aufzwingt, wo ein Abweichen von der Gesellschaft leicht kontrolliert werden kann.

An letzter Stelle soll schließlich das Modell eines gesellschaftlichen Ernährungsverhaltens vorgestellt werden, das der Saarbrücker Soziologe *O. Neuloh* und der Verfasser entworfen haben.¹⁸ Hier wird von dem Axiom ausgegangen, daß Ernährung nicht nur eine Frage der physisch-genetischen sowie psychischen Entwicklung und Bedürfnisse, sondern auch und vor allem ein situatives Problem des Individuums in seiner sozialen Umwelt darstellt. Erst alles zusammen konstituiert die Lebensbedingungen. Wie wichtig die Ernährung als Basis jeder Gesellschaft ist, zeigte folgende Überlegung: Der Mensch kann unter Umständen ohne Behausung und sogar ohne Bekleidung existieren, nicht aber ohne Sicherung des Primärbedürfnisses Nahrung. Der instrumentale Begriff des Ernährungsverhaltens wird soziologisch bestimmt einerseits durch soziale Wertvorstellungen, andererseits durch individuelle und kollektive Bedürfnisse. Beide Faktorenbündel führen über Motivationen, innere Einstellungen und psychische Verarbeitungen zu entsprechenden Handlungsmustern und Handlungsvollzügen. Die situative Problematik des Ernährungsverhaltens legt es nahe, Ernährungsgewohnheiten zunächst als Sozialisations- und Kommunikationsbereich, andererseits aber als Bestandteil der Bedürfnishierarchie zu untersuchen. Faßt man Ernährung als soziales Subsystem auf, dann muß es als soziales Handlungssystem mit aufeinander bezogenen Interaktionen begriffen werden, d. h. die darin handelnden Individuen orientieren ihre jeweiligen Verhaltensweisen an fremden wie eigenen Verhaltensmustern. Ein Beispiel für ein solches wechselseitiges Handeln kann die familiäre Mahlzeit sein, wo sich meist zwei oder mehr Teilnehmer zu einer sozialen Interaktion vereinen. Hier wird aber gleich ein wichtiger Unterschied deutlich: Während andere Interaktionssysteme (z. B. Arbeit, Freizeit, Schule, Sport usw.) nicht in ununterbrochener Reihenfolge auftreten und sich auf bestimmte Alters- und Berufsgruppen, Lebensphasen oder Regionen beschränken, ist das soziale Interaktionssystem Ernährung als „gesellschaftliches Totalphänomen“ überall präsent.

Inhalt und Form des Sozialsystems Ernährung sind wie die anderer sozialer Subsysteme dem allgemeinen sozialen Wandel unterworfen. Dieser verän-

dert nicht nur die allgemeinen Bewertungen über die Ernährung, sondern auch die spezifischen Regeln für die Selektion von Nahrung, die Verarbeitungstechniken sowie die räumliche und zeitliche Anordnung der Mahlzeiten. Die Wirtschafts- und Gesellschaftsstruktur spielt dabei eine große Rolle: In der Industriegesellschaft sind beispielsweise Arbeits- und Schulzeiten, Beruf, Wohnort, Einkommen usw., in der Entwicklungsgesellschaft aber Religion, Tabus, Erntezyklen, Klima, Transportwege usw. die entscheidenden Dominanten. Auch die zeitlichen Epochen steuern den sozialen Wandel der Ernährung, weshalb man von einer „Genealogie der Ernährungsstile“ sprechen könnte, wobei man unter Ernährungsstil die jeweils sichtbare Einheit von Ausdruck und Haltung in Inhalten und Form von Ernährungselementen in einem bestimmten Zeitraum darunter verstehen könnte.

Faßt man Ernährung als Sozialisationsprozeß auf, dann lassen sich wie bei der übrigen gesellschaftlichen Formung des Individuums vier Phasen unterscheiden:

- Die Fremdbildung der Ernährungsverhaltensstruktur in Kindheit und Jugend (passive Phase).
- Die wechselseitige Formung durch Auseinandersetzung mit den Normen und Verhaltensweisen der sozialen Umwelt (bilaterale Phase).
- Die Selbstbildung durch individuelle Gestaltung bis hin zu eigenen persönlichen Mahlzeitgewohnheiten (autonome Phase).

Die Handlungsmuster für das Ernährungsverhalten werden vermutlich in den verschiedenen Lebensaltern ganz verschieden rezipiert, wobei zwei Wirkungsaspekte zu verzeichnen sind: Einerseits auf das eigene Verhalten, andererseits auf das anderer sozialer Gruppen und Individuen (z. B. von Familienmitgliedern). Die immer wieder konstatierte zähe Langlebigkeit von Ernährungsverhaltensmustern, die sich offenbar erst nach dem Überschreiten bestimmter Hemmschwellen ändern, legt die These nahe, daß sich die dem Kind anezogenen Verhaltensmuster im Laufe des Lebens mehr quantitativ als qualitativ verändern und in der bilateralen wie autonomen Phase vielfach im Kern beibehalten werden, so daß sie sich leicht intergenerativ weiter fortpflanzen. Die Ernährung wäre damit ein typisches Paradigma für die strukturell-funktionale Theorie, nach der Sozialsysteme im Grunde sich selbst steuernde (kybernetische) Prozesse sind. Moderne Sozialisierungstheorien widersprechen allerdings der Vorstellung einer Sozialisation als lebenslanger Prozeß und heben die möglichen Veränderungen bei bestimmten Lebenssäuren (Heirat, Wohnort- oder Berufswechsel etc.) hervor, bei denen sich das Individuum an neue soziokulturelle Formen adaptieren muß. Es ist daher untersuchenswert, inwieweit z. B. Auseinandersetzungen über Ernährungstraditionen bei Ehepartnern oder zwischen Eltern und Kindern stattfinden, wenn sich soziale Umweltfaktoren ändern. Auch kann der Eintritt in die autonome Phase des Ernährungsverhaltens durch Massenkommunikation, individuelle Ernährungsberatung und schulische Ernährungserziehung, die ebenfalls Formen der Sozialisation darstellen, durchaus zu einem früheren Zeitpunkt bewirkt werden. Mit der Gewinnung neuer Wertvorstellungen und Verhaltensmuster wird dann der intergenerative Kreislauf traditionellen Ernährungsverhaltens gezielt unterbrochen.

¹⁸ *O. Neuloh, H. J. Teuteberg*: Ernährungsfehlerverhalten im Wohlstand, Paderborn 1979. – Das dort wiedergegebene Modell wurde leicht verändert und ergänzt.

Diese wenigen und nur lose skizzierten theoretischen Ansätze können nicht mehr als ein analytisches Vorfeld für die Ermittlung sozialer Ursachen und Wirkungen im Ernährungsbereich sein. Sie sollen lediglich paradigmatisch andeuten, daß ein reichhaltiges Instrumentarium von Theorien und Begriffen bereitsteht, die für eine neue Wissenschaft vom Ernährungsverhalten operationalisiert werden können. Soziologische Analyse des Ernährungsverhaltens bedeutet auf jeden Fall die Erfassung zweier sich gegenseitig durchdringender Handlungs- und Wertsysteme: Einerseits des Systems der Gesellschaft und andererseits des Systems der Ernährung, die beide räumlich wie zeitlich überall vorhanden sind. Will man diesen Zusammenhang in einen übersichtlichen und zugleich methodisch verwendbaren Bezugsrahmen bringen, dann muß eine Entscheidung über die zu beobachtende Grundeinheit sowie über die Begrenzung des Beobachtungsfeldes getroffen werden. Alle vorliegenden soziologischen und kulturanthropologischen bzw. ethnologischen Systematisierungsversuche stimmen darin überein, daß diese Grundeinheit im Haushalt mit der Hausfrau und Familie bzw. ihren Mahlzeiten gesucht werden muß.¹⁹ Die Frau insbesondere erscheint als zentrale Figur in allen Phasen der Ernährung von der Auswahl und Beschaffung der Nahrungsmittel bis zu deren Zubereitung und dem Servieren. Die Sozialpsychologie hat so etwas mit dem „Gatekeeper-Modell“ zu erfassen versucht. Wie der Bielefelder Soziologe *Chr. von Ferber* ebenfalls zeigte, ist die Haushaltsstruktur die bestimmende raumzeitliche Rahmenbedingung und eigentliche Bestimmungsgröße des Nahrungsverzehr: Dreiviertel aller Privathaushalte in der Bundesrepublik sind beispielsweise Familienhaushalte.²⁰ Die Hausfrau besitzt allerdings dabei eine merkwürdige Zwitterstellung: Einerseits ist sie die primäre Übermittlerin von Nahrungstraditionen und fast allein verantwortlich für Beschaffung und Zubereitung der Nahrung, andererseits bestimmen aber die einkommensbeziehenden erwerbstätigen Familienmitglieder den äußeren Rahmen der Konsumausgaben, so daß die Hausfrau im sozialen Ansehen wie bei der Erfüllung persönlicher Bedürfnisse zurücksteht. Dennoch muß sie als der letztlich entscheidende Kanal angesehen werden, durch den die Stimuli für die Ernährungsverhaltensmuster wie das tägliche Ernährungshandeln verlaufen.

In dem nachstehenden Schaubild „Soziale Determinanten des Ernährungsverhaltens in der Familie“ mit der Grundeinheit Privathaushalt lassen sich folgende Kausalketten erkennen: Zunächst wird der Haushalt weitgehend durch das übergeordnete Ernährungssystem strukturiert wie umgekehrt viele Haushalte zusammen unter Umständen das Ernährungssystem beeinflussen

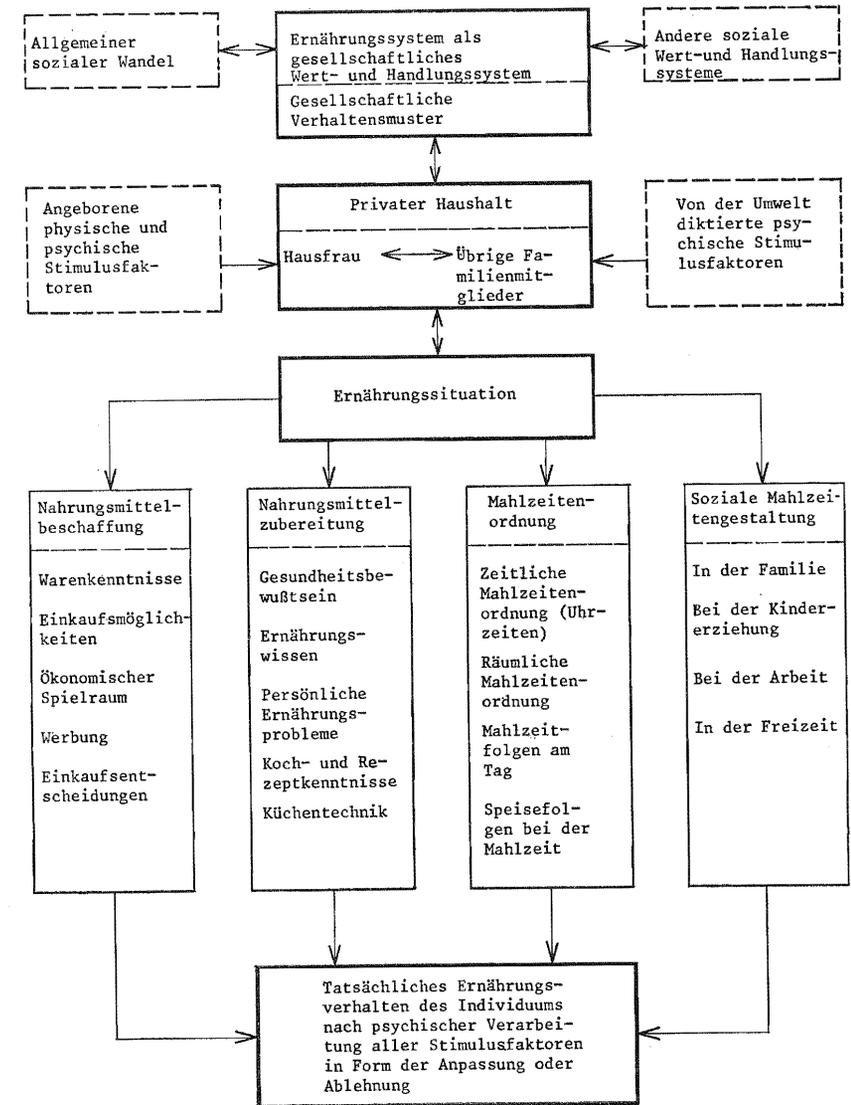
¹⁹ *G. Wiegelmann*: Möglichkeiten ethnologischer Nahrungsforschung. In: *Ethnologia Europaea* 1967, No. 3, S. 185-194; *U. Tolksdorf*: Ein systemtheoretischer Ansatz in der ethnologischen Nahrungsforschung. In: *Kieler Blätter zur Volkskunde* 1972; *ders.*: Ernährung und soziale Situation. In *N. Valonen, J. E. Lehtonen* (Hrsg.): *Ethnologische Nahrungsforschung*. Vorträge des 2. Internationalen Symposiums für ethnologische Nahrungsforschung, Helsinki August 1973, Helsinki 1975, S. 277-291; *A. Bodensiedt*: a.a.O. (s. Fußn. 16).

²⁰ *Chr. von Ferber*: Ernährungsgewohnheiten in der Bundesrepublik Deutschland: Ursprung und derzeitige Struktur im Spiegel der empirischen Sozialforschung. In *Deutsche Gesellschaft für Ernährung* (Hrsg.): *Ernährungsbericht 1972*, Frankfurt/M. 1973, S. 24-40.

können. Unter Ernährungssystem wird die Totalität aller untereinander verbundenen, menschliches Ernährungsverhalten stimulierenden Faktoren in einer gegebenen Ernährungssituation verstanden, die auf ein Individuum zu einem bestimmten Zeitraum und an einem bestimmten Ort einwirken. Das Ernährungssystem wirkt durch gesellschaftliche Verhaltensmuster auf die Mitglieder eines Haushalts ein. In gleicher Reziprozität steht die Ernährungssituation mit gewissen Handlungsspielräumen zum Ernährungssystem.

Schaubild 2

Soziale Determinanten des Ernährungsverhaltens in der Familie



Diese Ernährungssituation ist wiederum weitgehend determinierend für das tatsächliche Ernährungsverhalten des Individuums – entweder in der Form der Anpassung an die vorgegebenen Situationen oder aber in der Form der Ablehnung und damit als Versuch, die Ernährungssituation oder gar die Haushaltsstruktur zu verändern. Die vier dominierenden Bezugsgrößen des sozialen Ernährungsverhaltens, die gleichsam den vertikalen Stamm in dem theoretischen Bezugsrahmen bilden, werden durch eine Reihe weiterer Bezüge differenziert und konkretisiert. Dies geschieht zunächst einerseits durch die zentrale Figur der Hausfrau, andererseits durch die ihr gegenüberstehenden anderen Mitglieder der Familie. Natürlich werden alle Familienangehörigen durch angeborene physische und psychische bzw. von der materialen und sozialen Umwelt diktierte psychische Stimuli beeinflusst, was sich in verschiedenen Ansprüchen an die Ernährung gemäß dem Alter, Wohnort, Beruf, Bildung, Geschmack, Prestige etc. ausdrückt. Da dieses Modell aber vornehmlich die gesellschaftlichen Bestimmungsfaktoren systematisieren will, ist dieser Bezug hier nur lose angedeutet. Die Ernährungssituation setzt sich aus der in der Literatur schon mehrfach erwähnten „Ernährungskette“: Nahrungsbeschaffung, Nahrungsmittelzubereitung, Mahlzeitenordnung und soziale Mahlzeitengestaltung zusammen. Da die „Nutrition Chain“ gleichsam zwischen den Normen und dem tatsächlichen Verzehrakt liegt, kann sie als das eigentliche Zentrum dieses Aktionsmodells gesehen werden. In einer dritten Beziehungslinie wird die Ernährungssituation und der Verzehrakt durch verschiedene Handlungsfelder verbunden, die keiner weiteren Interpretation bedürfen. Natürlich können alle diese Einzelfaktoren wieder auf die Mitglieder des Haushalts und damit auf das Ernährungssystem sowie andere soziale Subsysteme zurückwirken.

Auch dieses Modell kann wie alle vorherigen nur partiale Kausalitäten erklären. Ziel muß es sein, die verschiedenen ökonomischen, soziologischen und psychologischen Erklärungsansätze und Ordnungsentwürfe in einem einheitlichen theoretischen Gesamtrahmen zu vereinen. Er könnte dann die Grundlage für eine interdisziplinär orientierte neue Wissenschaft vom Ernährungsverhalten bilden. Wie diese Abhandlung gezeigt hat, gibt es jedenfalls schon eine Reihe genuiner Denkelemente. Nur durch ein solches theoretisches Konzept scheint es möglich, die im 19. Jahrhundert eingetretene künstliche Verengung der ernährungswissenschaftlichen Fragestellungen zu überwinden. Wenn der Amerikaner *Herbert A. Simon* 1978 den Nobelpreis für Wirtschaftswissenschaft dafür bekommen hat, weil er in Abkehr vom Modell des homo oeconomicus die konsequente Einbeziehung psychosozialer Erkenntnisse in die betriebswirtschaftliche Organisationslehre anhand praktikabler Lösungen propagiert hat, dann sollte es einer Überlegung wert sein, ob nicht auch die klassische Ernährungswissenschaft von einer solchen systematischen Öffnung zu den Sozialwissenschaften profitieren könnte. Umgekehrt haben auch diese noch viel zu wenig erkannt, „daß die Küche einer Gesellschaft eine Sprache ist, in der sie unbewußt ihre Struktur zum Ausdruck bringt, es sei denn, sie verschleierte nicht minder unbewußt ihre Widersprüche“ (*Cl. Lévi-Strauss*).²¹

²¹ *Cl. Lévi-Strauss*: Der Ursprung der Tischsitten, a.a.O. (s. Fußn. 13).