

*Einer Antwort auf die alte Frage, ob man über Geschmack streiten kann oder nicht, nähert man sich bei der Untersuchung, wie dieser Geschmack entsteht, was ihn beeinflusst und was ihn verändert. Soziokulturelle Einflüsse im Erwachsenenalter sorgen fast unbemerkt dafür, dass sich bestimmte Ernährungsstile als Leitbilder durchsetzen können.*

## Sozialisation der Ernährung\*

### Geschmacksveränderungen auch im Erwachsenenalter

Sozialisation – mit diesem Begriff verband man die Vorstellung von einem Prozess, der in der Kindheit und Jugend stattfindet. Dort würden die Grundlagen geschaffen, die dem Individuum eine Teilnahme an der Gesellschaft ermöglichen. Man ging davon aus, dass nach erfolgter und im besten Falle erfolgreicher Sozialisation das erwachsen gewordene Individuum sein Leben selbstständig führen und seinen Beitrag für die Gesellschaft leisten könne. Doch mit dem gesellschaftlichen Wandel hin zu einer individualisierten und pluralisierten Gesellschaft ist diese Vorstellung obsolet geworden. Die Arbeitswelt wurde flexibler und mobiler, die Familien und Beziehungsstrukturen vielfältiger und unverbindlicher: Das erwachsene Individuum hat nun zum einen eine größere Zahl an Gestaltungsmöglichkeiten des eigenen Lebenslaufes, zum anderen aber auch mehr Anforderungen, Unsicherheiten und Krisen zu bewältigen. Der Begriff des lebenslangen Lernens tauchte auf, denn die neuen Anforderungen und Entwicklungsprozesse im Erwachsenenalter führen selbstverständlich auch zu spürbaren Veränderungen im Lebenslauf und der Persönlichkeit des Individuums, das auf die neuen Gesellschaftsbedingungen reagieren muss. Das Konzept einer Sozialisation allein in den frühen Lebensphasen war damit ernsthaft erschüttert, die Bedeutung von Sozialisations- und Entwicklungsprozessen für die gesamte Lebensspanne offensichtlich geworden.

Das gilt natürlich gleichermaßen für eine Sozialisation der Ernährung: Auch der Geschmack unterliegt den Einflüssen und Rahmenbedingungen der modernen Gesellschaft. Wohl gemerkt geht es dabei nicht um die gustatorische Wahrnehmung unserer Geschmacksknospen auf der Zunge und das Riechepithel in der Nasenhöhle, sondern um den sozialen Geschmack. Was den meisten als Ausdruck des individuellen und persönlichen Geschmacks erscheint, ist größtenteils Ausdruck sozialer Faktoren wie Geschlecht oder soziale Herkunft: Frauen essen anders als Männer, Reiche anders als Arme. Das ist kein Zufall, sondern Ergebnis unterschiedlicher Sozialisationsbedingungen.

Es stellt sich die Frage, was der gesellschaftliche Wandel dazu beigetragen hat, dass es zum heute vorherrschenden Ernährungsleitbild einer gesunden,

nachhaltigen und genussvollen Ernährung kam. Was uns heute selbstverständlich erscheint, nämlich die Ernährung auch an Kriterien der Gesundheit auszurichten, war lange Zeit für den Großteil der Bevölkerung ohne Bedeutung. Man war Jahrhunderte lang damit beschäftigt, überhaupt satt zu werden.

### *Das Primat der Gesundheit*

Erst das Auftreten eines neuen Mechanismus im 17. und 18. Jahrhundert, den der französische Philosoph Michel Foucault als »Bio-Macht« bezeichnete, brachte den oben skizzierten Bedeutungswandel mit sich. Bis zu diesem Zeitpunkt waren Hunger, Seuchen und Krankheiten alltäglicher Bestandteil des gesellschaftlichen Lebens, war der Tod eine unmittelbare Bedrohung. Die landwirtschaftlichen wie auch wissenschaftlichen Erkenntnisse über das Leben und die Gesundheit schufen die Möglichkeit, das Leben zu beherrschen und befreien es von der schicksalhaften Drohung des Todes, welcher bis dahin die Bevölkerung dezimierte und regulierte (vgl. Foucault 1983, S. 137). Die Prozesse und Mechanismen der Macht wandten sich dem Leben zu. Macht war nun nicht mehr wie vormals ein Ausbeutungsmechanismus zur Aneignung von Reichtümern beziehungsweise von Arbeit, Diensten bis hin zum Leben der Untertanen. Dieser Machtform lag an der Organisation, Nutzbarmachung und Kontrolle der Bevölkerung. Konsequenz dieser das Leben regulierenden Bio-Macht, welche mit ihrer Disziplinarmacht und Kontrollhoheit auf die Körper, die Gesundheit und die Ernährung der Menschen einwirkt, ist die Etablierung regulierender Normen. Der Mensch wird vermessen, abgeschätzt und eingestuft und damit an einer Norm ausgerichtet (Foucault 1983, S. 139). Übergewicht wurde dann zum Problem, als der moderne Staat erkannte, dass er zur Aufrechterhaltung und Schaffung neuer militärischer (Massenheer) und ökonomischer (Fabrikarbeiter) Strukturen eine ausreichende große und gesunde Bevölkerung benötigt (vgl. Klotter 1994, S. 138). Die Einteilung des Körpers in normalgewichtig oder übergewichtig hatte nicht nur die Funktion, Übergewicht in Grenzen zu halten, sondern brachte auch gesellschaftspolitische Konsequenzen mit sich. Eine Normierung des Gewichts ermöglichte eine systematische Ordnung der Bevölkerung, verlieh dem gesellschaftlichen Körper sozusagen Koordinaten und Konturen und schuf damit die Möglichkeit der Intervention, indem nun festgelegt werden konnte, wer was und wie viel zu essen hat (vgl. Klotter 1994, S. 140). In der Ernährung haben vor allem die Medizin und die Ernährungswissenschaften die Deutungshoheit und prägen den Diskurs über Ernährung vor allem durch gesundheitliche Argumentation. Sie verschaffen sich selbst Legitimation und Deutungsmacht. Anhand von Ernährungs- und Gesundheitsstatistiken werden Kategorien und Risikogruppen gebildet, wird veröffentlicht, mit welchen Nährstoffen die Bevölkerung unter- oder überversorgt ist, worauf im Dienste der Gesundheit verzichtet werden soll beziehungsweise was dafür getan werden muss (vgl. Setzwein 2004, S. 260f).

Es ist nicht mehr das Angebot, die Erfahrung, die Tradition oder der eigene Geschmack, der bestimmt, was auf den Tisch kommt, sondern es sind die Empfehlungen der zertifizierten und selbsternannten Experten, die festlegen,

welche Nahrungsmittel gut und empfehlenswert sind. Die richtige Ernährung wird von den zuständigen staatlichen Stellen für alle kollektiv vorgeschrieben und gilt als verbindlich, auch wenn diese bei Weitem nicht von allen Individuen erfüllt wird. Das Fachwissen der Ernährungswissenschaft hat eine uneingeschränkte Richtlinienkompetenz, die kaum hinterfragt wird, da der normale Durchschnittsverbraucher nicht in der Lage ist, Ernährungsempfehlungen kritisch zu überprüfen. Fragen muss sich vielmehr das Individuum, weshalb es die richtige Ernährung nicht vollständig umsetzen kann, wieso seine Ernährung immer noch zu fettig ist und das Körpergewicht immer noch über dem Normalbereich liegt. Das in den 1960er Jahren populäre Broca-Normalgewicht berechnet das Normalgewicht als Körpergröße in Zentimeter minus 100, das Idealgewicht ist das Ergebnis abzüglich zehn Prozent bei Männern und fünfzehn Prozent bei Frauen. Dieses Idealgewicht wurde als gesundheitlich optimal betrachtet, jedes Gewicht darüber dagegen als lebensverkürzend. Das ist heute sehr umstritten, reichte aber damals aus, um über Nacht große Bevölkerungsteile als übergewichtig zu disqualifizieren (vgl. Klotter 2007, S. 20).

Beim Essen und Trinken muss darauf geachtet werden, sich nicht an seiner Gesundheit zu versündigen, Gesundheit wird zu einer Art Ersatzreligion. Die Pflicht, sich gut und gesund zu ernähren, bürdet dem einzelnen Menschen eine enorme Verantwortung auf, die für viele zur Last wird und eine Sehnsucht nach Entlastung durch Ernährungsideologien und Expertenratschläge weckt (vgl. Setzwein 2004, S. 262f). Ein gesundes und glückliches Leben scheint kein Gott mehr garantieren zu können, sondern Mediziner, Homöopathen, Ernährungsberater mit ihren Ideologien von Trennkost, Vollwertkost, Vegetarismus, Veganismus, Makrobiotik, Ayurveda und ähnlichem. Der Gesundheit wird eine überragende Stellung eingeräumt, sie wird zur Aufgabe jedes Einzelnen und zum Versprechen für alle (vgl. Foucault 1996, S. 315).

### *Nachhaltigkeit und Ökologie – die Moralisierung der Ernährung*

Zum Gesundheitsaspekt in der Ernährung gesellten sich in den 1970er Jahren die Faktoren Ökologie und Nachhaltigkeit. Damals begannen in Teilen der Bevölkerung ein Umdenken und ein Wertewandel, überlagerten und verdrängten nach und nach die ökologischen Risiken und Bedrohungen die bisher dominierende Frage nach der sozialen Gerechtigkeit. Umwelt-, Natur- und Tierschutz bildeten einen ökologischen Wertekomplex, der einst Alleinstellungsmerkmal der Grünen war und heute, natürlich mit unterschiedlicher Gewichtung, von allen Parteien als zentrales und bedeutendes Thema erachtet wird. Das Individuum wird jetzt in die Verantwortung genommen, ist durch sein individuelles Ernährungs-, Konsum- und Kaufverhalten verantwortlich für seine Gesundheit, sein Wohlbefinden, für eine intakte Umwelt, artgerechte Tierhaltung und eine fair bezahlte Erzeugung seiner Lebensmittel. Es ist der vielbeschworene »mündige Verbraucher«, der mit seiner Marktmacht scheinbar darüber entscheiden kann, ob der Regenwald gerodet oder geschützt wird, ob das Huhn, welches das Frühstücksei spendet, in Massenhaltung zerrupft im Käfig sitzt oder vollbefiedert in der Wiese nach Würmern sucht, und ob mit fair

gehandeltem Kaffee ganze Familien in Südamerika vor der Armut bewahrt werden. Auf ihn setzt die Politik.

Zwischen dem Anspruch einer gesunden, sozialen wie ökologischen Ernährung und deren Umsetzung in der Wirklichkeit des Alltags klafft jedoch eine große Lücke. Was ist gesund, was ist ökologisch, welche Inhaltsstoffe machen möglicherweise krank, wie werden sie gekennzeichnet, welches Gütesiegel verspricht was und wird das Versprechen auch eingehalten? Fand man Dioxin nicht auch in Bio-Eiern? Dem Verbraucher stellen sich unzählige Fragen, die er zu beantworten kaum im Stande ist. Hier wäre der Staat gefragt, klare gesetzliche Rahmenbedingungen zu schaffen, welche die Lebensmittelproduktion transparenter, nachvollziehbarer und sicherer machen. Das aber ist ein anderes, ebenfalls interessantes Thema.

Doch zurück zum Dreiklang der Ernährung, zu Gesundheit, Nachhaltigkeit und Genuss. Zum Primat der Gesundheit gesellten sich Ansprüche der Nachhaltigkeit an die Ernährung. Es fehlte nur noch der Faktor Genuss, der aus dem »Müsli«-Typen der 1980er, der sich im kleinen Biofachgeschäft mit leicht schrumpeligen Äpfeln eindeckte, den chic gekleideten Besserverdienenden formte, der sich in stylisch-inszenierten Bio-Supermärkten aus einer Vielzahl von Sorten perfekt geformter Äpfel bedient.

#### *Der gute Genuss – Distinktion durch Moral*

Dass der Genuss zu Beginn der 1990er Jahre einen solchen Bedeutungsaufschwung erlebte, ist kein Zufall. Es war die Zeit, in der die erste Generation, die ohne materielle Not aufwuchs, gesellschaftlichen Wandel mit sich brachte und ökologische Fragen auf die Tagesordnung setzte, beruflich arriviert war und ihre ebenfalls von materiellen Sorgen freien Kindern langsam in die Unabhängigkeit entließ. Die Generation, aus der zwanzig Jahre vorher die Umweltbewegung hervorgegangen war, die in Dritte Welt- und kleinen Bioläden eingekauft und den Müsligenuss als Ausdruck ökologischen Lebensstils betrieben hatte, war jetzt um die 40 bis 50 Jahre alt, beruflich und finanziell gesichert. Die Kinder, wenn man welche hatte, waren »aus dem Größten« heraus. Das, was einem in jungen Jahren fehlte, vor allem Geld, stand nun zur Verfügung. Der Faktor Zeit, der mit Arbeitseintritt und Elternschaft klein wurde, kehrte langsam wieder zurück. Zeit und Geld – jetzt konnte und wollte man genießen. Die postmateriellen Werte der 1970er und 1980er Jahre wurden nicht verdrängt, sondern um Genuss, Erlebnisorientierung und Glückssuche erweitert und ergänzt. Damit Ernährung überhaupt zum Teil eines Lebensstils werden und die heutige Bedeutung in Gesellschaft und Medien erreichen konnte, bedurfte es des Faktors Genuss.

Die zweckrationale Bedeutungsebene einer sättigenden, kraftspendenden Mahlzeit zum Erhalt körperlicher Vitalität geriet mehr und mehr in den Hintergrund, während sich die Bedeutungsebene des Genießens, des guten Geschmacks, durchsetzte. Qualitative Aspekte wurden wichtiger als quantitative. Essen sollte von nun an vor allem schmecken und nicht in erster Linie sättigen. Kochen und Essen sind keine profanen Tätigkeiten mehr, keine bloße Zuberei-

tung und Einverleibung von Lebensmitteln – Kochen und Essen sind Genuss, Erlebnis, Kultur. Der Genuss holte die Ernährung aus dem Status einer Alltagsverrichtung und ließ sie stilbildend werden. Dadurch wurde die Ernährung zu einem Lebensstil, mit dem Persönlichkeit ausgedrückt und Distinktion geübt werden konnte. Die Genuss-Qualität wurde nun entscheidend für den Status von Nahrungsmitteln und derer, die sie konsumieren, selbstverständlich kombiniert mit den Merkmalen einer gesunden, nachhaltigen Produktion. Der Genuss in seiner immateriellen und innenorientierten Prägung schuf neue Distinktionsmöglichkeiten. Das Gewöhnliche, Einfache wurde zum exklusiven Besonderen. Das zeigt sich auch am Preis. Dementsprechend korreliert ein solcher Ernährungsstil auch deutlich mit höheren Bildungsabschlüssen und Einkommen. Der Konsum handwerklich erzeugter Nahrungsmittel, von biologisch erzeugtem Obst und Gemüse über hochqualitativem Fleisch aus artgerechter Haltung ist einer finanzstärkeren Minderheit vorbehalten. Es ist Luxus, sich frisches, ökologisch erzeugtes Obst und Gemüse zu kaufen, sich nur regional und von handwerklich arbeitenden Erzeugern mit Wurst, Fleisch und Käse einzudecken. Der nachhaltige Konsum von Lebensmitteln hat auch eine moralische Komponente, die jedoch im höchsten Grade distinktiv wirkt. Der gute Geschmack, der gute, moralische Konsum ist einer besserverdienenden Minderheit vorbehalten. Diese Menschen sind sensibilisiert bezüglich Ökologie, Ernährungsfragen und Risikobewusstsein. Umgekehrt ist in den unteren Schichten ein eher geringes Bewusstsein für Umwelt- und Ernährungsfragen sowie für damit verbundene Risiken festzustellen. Der mündige Verbraucher, der durch seinen Einkauf, durch seine Nachfrage Druck auf die Industrie ausübt und so eine nachhaltigere, umweltfreundlichere und fairere Welt fördert, ist das Ideal. Ein wünschenswertes Ideal: aufgeklärte Verbraucher, die sich durch strategischen Konsum eine bessere Welt kaufen. Und natürlich kann der Verbraucher bestimmte Entwicklungen forcieren oder bremsen.

Strittig ist, in welchem Umfang der Konsument Einfluss nehmen kann. Unstrittig sollte sein, dass dieser Lebensstil nicht für alle umsetzbar ist. Dort, wo es an Bildung, Arbeit oder Geld fehlt, wo kognitive Fähigkeiten weniger ausgeprägt sind, sind Fragen der Ökologie und Ernährung weniger bedeutend, wird nicht strategisch konsumiert, sondern versucht, ökonomisch zu überleben. Frei nach Brecht kommt erst das Fressen, dann die Moral. Wenn Milieus und deren Konsumverhalten und Lebensstile als ignorant und fahrlässig gebrandmarkt werden, obwohl sie aus verschiedenen Gründen gar nicht in der Lage sind, anders zu konsumieren, geht es darum, die Unterschiede zwischen den sozialen Schichten darzustellen und zu moralisieren, und nicht darum, diese Unterschiede zu verringern. Wer ernsthaft die Ernährungsgewohnheiten breiter Gesellschaftsschichten verbessern und eine Ernährungs- und Genusskultur etablieren möchte, die versucht, gerade Menschen mit geringerem sozioökonomischen Status einzubinden und nicht auszuschließen, sollte das besser nicht mit mahnendem Zeigefinger tun. Dazu müsste der prägende soziale Charakter der Ernährung in seiner Bedeutung begriffen werden und politische, ökologische oder medizinische Sichtweisen ergänzen. Nur dann kann sich eine nachhaltige

Ernährungsweise gesamtgesellschaftlich durchsetzen, ohne sich vornehmlich in Statusgeplänkel und Distinktion zu erschöpfen. Wer im Lokal regional und saisonal speist, sich darüber informiert, ob das Gemüse ökologisch produziert wurde und sich über die Haltungs- und Lebensbedingungen des Tieres, das er verspeist und dem ein glückliches Leben und ein leidensarmer Tod zugestanden wurde, erkundigt, sich aber nicht dafür interessiert, wie die Arbeitsbedingungen und die Entlohnung des Küchenteams sind, gaukelt Nachhaltigkeit nur vor. Er hat jedoch nichts von ihr begriffen.

- \* Der Aufsatz basiert auf einem Kapitel der Dissertation »Geschmack und Genuss. Warum wir mögen, was wir essen – eine Studie zur Sozialisation der Ernährung«, die im Mai 2013 im Bielefelder transcript Verlag erscheint.

#### Literatur

- Foucault, Michel (1983): *Der Wille zum Wissen. Sexualität und Wahrheit 1*. Frankfurt am Main: Suhrkamp-Taschenbuch-Verlag.
- Foucault, Michel (1996): Die Politik der Gesundheit im 18. Jahrhundert. In: *Österreichische Zeitschrift für Geschichtswissenschaften* 7 (3), S. 311–326.
- Klotter, Christoph (2007): *Einführung Ernährungspsychologie*. München: Reinhardt.
- Setzwein, Monika (2004): *Ernährung, Körper, Geschlecht. Zur sozialen Konstruktion von Geschlecht im kulinarischen Kontext*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.