



**KULTUR- UND  
TECHNIKSOZIOLOGISCHE STUDIEN**

no 01/2011





**Working Papers**  
**kultur- und techniksoziologische Studien**

bis 2011: [http://www.uni-due.de/soziologie/compagna\\_wppts](http://www.uni-due.de/soziologie/compagna_wppts)  
seit 2012: <http://www.uni-due.de/wppts>  
no 01/2011

Herausgeber:  
Diego Compagna, Karen Shire  
Layout:  
Vera Keyzers

Kontaktadresse:  
Universität Duisburg-Essen  
Institut für Soziologie  
Diego Compagna  
[diego.compagna@uni-duisburg-essen.de](mailto:diego.compagna@uni-duisburg-essen.de)

Ein Verzeichnis aller Beiträge befindet sich hier:  
<http://www.uni-due.de/wppts>

ISSN 1866-3877  
(Working Papers kultur- und techniksoziologische Studien)

**Working Papers kultur- und techniksoziologische Studien - Copyright**

This online working paper may be cited or briefly quoted in line with the usual academic conventions. You may also download them for your own personal use. This paper must not be published elsewhere (e.g. to mailing lists, bulletin boards etc.) without the author's explicit permission.

Please note that if you copy this paper you must:

- include this copyright note
- not use the paper for commercial purposes or gain in any way

You should observe the conventions of academic citation in a version of the following form:

Author (Year): Title. In: Working Papers kultur- und techniksoziologische Studien (no xx/Year). Ed.: Diego Compagna / Karen Shire, University Duisburg-Essen, Germany, at: <http://www.uni-due.de/wppts>

**Working Papers kultur- und techniksoziologische Studien - Copyright**

Das vorliegende Working Paper kann entsprechend der üblichen akademischen Regeln zitiert werden. Es kann für den persönlichen Gebrauch auch lokal gespeichert werden. Es darf nicht anderweitig publiziert oder verteilt werden (z.B. in Mailinglisten) ohne die ausdrückliche Erlaubnis des/der Autors/in.

Sollte dieses Paper ausgedruckt oder kopiert werden:

- Müssen diese Copyright Informationen enthalten sein
- Darf es nicht für kommerzielle Zwecke verwendet werden

Es sollten die allgemein üblichen Zitationsregeln befolgt werden, bspw. in dieser oder einer ähnlichen Form:

Autor/in (Jahr): Titel. Working Papers kultur- und techniksoziologische Studien (no xx/Jahr). Hrsg.: Diego Compagna / Karen Shire, Universität Duisburg-Essen, Deutschland, in: <http://www.uni-due.de/wppts>

## **Vorwort**

In der Reihe "Working Papers kultur- und techniksoziologische Studien" (WPktS) soll die diesbezügliche Forschung, die am Lehrstuhl von Prof. Karen Shire (Ph.D.) erfolgt, dokumentiert werden und NachwuchswissenschaftlerInnen, die eine sehr gute Seminar- oder Abschlussarbeit in einem vornehmlich kultur- und techniksoziologischen Rahmen verortet haben, die Möglichkeit gegeben werden diese in Form eines Aufsatzes einer breiteren wissenschaftlichen Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Außerdem soll die Reihe aber auch als Plattform für den inhaltlichen Austausch mit KollegInnen dienen und steht insofern auch (Nachwuchs-)WissenschaftlerInnen anderer Universitäten und Instituten für die Veröffentlichung ihrer Arbeiten offen.

Eine soziologische Betrachtung von Technik zeichnet sich unter anderem dadurch aus, dass das Bedingungsverhältnis zwischen den technischen Artefakten und den sozialen Kontexten, in die jene eingebettet sind, als ein interdependentes - zu beiden Seiten hin gleichermaßen konstitutives - angesehen wird. Diesem Wesenszug soziologischer Perspektiven auf Technik trägt der Titel dieser Reihe Rechnung, insofern von einer kulturellen Einfärbung von Technik sowie - vice versa - eines Abfärbens von technikhärenten Merkmalen auf das Soziale auszugehen ist. Darüber hinaus schieben sich zwischen den vielfältigen Kontexten der Forschung, Entwicklung, Herstellung, Gewährleistung und Nutzung zusätzliche Unschärfen ein, die den unterschiedlichen Schwerpunktsetzungen und Orientierungen dieser Kontexte geschuldet sind: In einer hochgradig ausdifferenzierten Gesellschaft ist das Verhältnis von Sozialem und Technik von je spezifischen Ent- und Rückbettungsdynamiken gekennzeichnet. Die vorliegende Working Paper Reihe möchte mit jeder Ausgabe einen kleinen Beitrag zur Klärung dieses verschlungenen Verhältnisses leisten.

Die Reihe WPktS erscheint seit 2008; jede Ausgabe kann als PDF-Dokument unter <http://www.uni-due.de/wpkts> herunter geladen werden.

Die Herausgeber

Duisburg, im November 2010

## **Die 'Pflichten gegenüber sich selbst': Der Konsum von Biolebensmitteln im Kontext gesellschaftlicher Individualisierung**

***Anna Dovgonos / Diego Compagna***

Universität Duisburg-Essen, Institut für Soziologie  
annad812@aol.com / diego.compagna@uni-duisburg-essen.de

### **Keywords**

Individualisierung, Körpersoziologie, Gesundheit, Biolebensmittel

### **Abstract**

In der jüngeren Vergangenheit ist der Gesundheitsaspekt beim Kauf von Lebensmitteln immer wichtiger geworden. Die Mehrheit der Bevölkerung setzt sich zunehmend mit diesem Thema auseinander und achtet auf eine qualitativ hochwertige, gesunde und ausgewogene Ernährung, bei der 'biologisch' hergestellten Lebensmittel eine bedeutende Rolle einnehmen. Dieses Paper widmet sich im Rahmen einer kleinen qualitativen Studie dem Zusammenhang von Individualisierung und Biolebensmittel-Konsum. Die empirischen Befunde deuten darauf hin, dass sich der Umgang mit der eigenen Gesundheit und das subjektive Verantwortungsgefühl gegenüber 'sich selbst' ein ausschlaggebender Faktor für die Motivation bevorzugt Biolebensmittel zu konsumieren darstellen und mit einer veränderten Körperwahrnehmung einhergeht.

### **Einleitung**

In den letzten 20 Jahren gab es bereits viele Umfragen, die die Motive für den Kauf von Biolebensmitteln untersucht haben. Das erste langfristig angelegte Forschungsprojekt startete 1984 am Institut für Agrarökonomie der Universität Kiel und hatte zum Ziel, die Nachfrageänderungen durch Verbrauchereinstellungen am Markt für alternativ erzeugte Lebensmittel zu untersuchen. Bei der zweiten Befragungswelle, im Jahr 1989, wurden die Teilnehmer erstmalig auch nach den Kaufmotiven für Biolebensmittel befragt. Um die Ergebnisse zusätzlich abzusichern wurde die gleiche Frage zwei Jahre später in einer von EMNID durchgeführten Omnibus-Befragung platziert. Bei beiden Befragungen wurde das Gesundheitsmotiv mit Abstand an erster Stelle genannt. Wenn man noch die Antwortkategorie "weniger Rückstände" dazu addiert, kommt man zu dem Ergebnis, dass bei 69% bzw. 73% der Befragten der Konsum von Bio-Produkten hauptsächlich durch gesundheitliche Gründe motiviert wird (Meier-Plöger 1993: 27ff). Auch nachfolgende vom gleichen Institut durchgeführte Erhebungen (1994, 1999 und 2001) kommen zu ähnlichen Ergeb-

nissen - wie die folgende Abbildung zeigt nimmt das Gesundheitsmotiv über den gesamten Zeitraum eine dominierende Position ein:

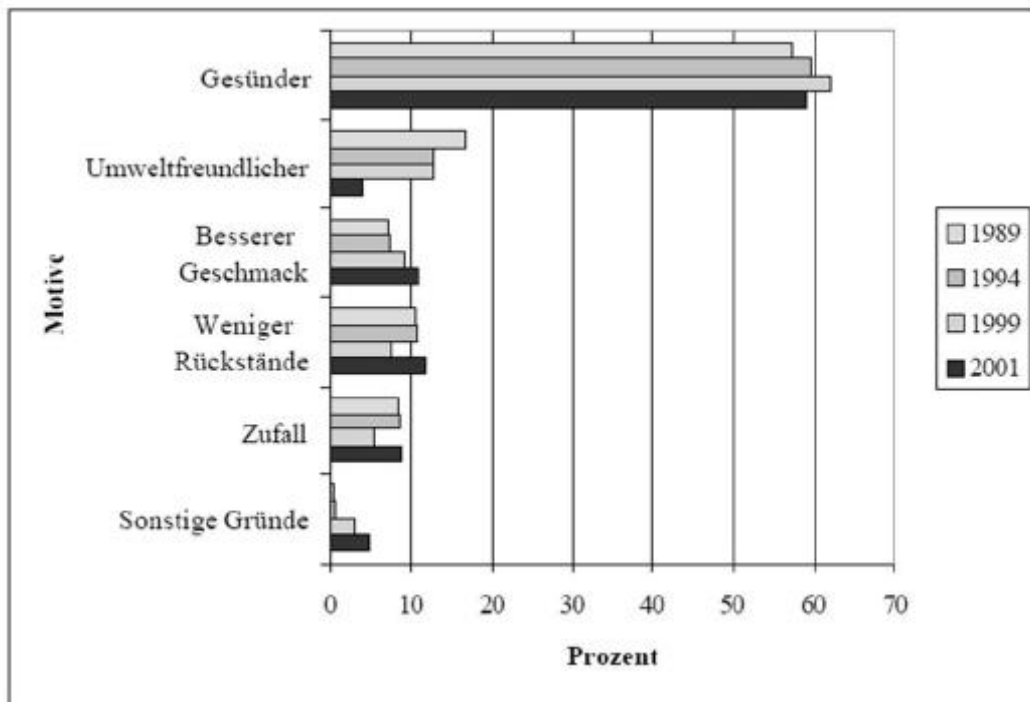


Abbildung: Entwicklung der Hauptmotivation der Käufer von Bioprodukten (Bruhn 2001: 18).

Eine weitere interessante Entwicklung entstand im Rahmen einer Faktorenanalyse der Verbrauchereinstellungen zum Thema Bioprodukte - während die konventionellen Lebensmittel stark an Vertrauen verloren haben, beobachtet man bei den Bioprodukten ein stetiges Imagewachstum (Bruhn 2001: 23).

In der von ZMP im Jahr 2002 veröffentlichten Studie ging es speziell darum, den Unterschied zwischen den Einstellungen und dem tatsächlichen Einkaufsverhalten bezüglich der ökologischen Produkten zu erklären. Eines der wichtigsten Ergebnisse der Studie ist, dass der Einkauf von Biolebensmittel in erster Linie von individuellen Motiven wie Genuss und Geschmack beeinflusst wird. Bei der Untersuchung der übergeordneten Einstellungen kommt noch zusätzlich der Gesundheitsaspekt als ein wichtiger Anlass Biolebensmittel zu kaufen dazu (ZMP 2002). Bei der zum gleichen Zeitpunkt durchgeführten TNS-Emnid Umfrage ist es zwar in erster Linie ein gutes Preis-Leistungsverhältnis, das die Verbrau-

cher beim Kauf von Lebensmitteln beeinflusst (57%), für fast die Hälfte der Befragten (49%) spielt der Gesundheitsaspekt aber eine genauso wichtige Rolle (BNN 2003).

Im Jahr 2006 veröffentlichte AC Nielsen die Ergebnisse einer weltweiten Online-Studie, bei der 21.100 Verbraucher zu dem Thema "Biolebensmittel" befragt worden sind. Bei den Fragen nach den Kaufmotiven dominiert mit 37% der Befragten in Deutschland weiterhin der Gesundheitsaspekt (AC Nielsen GmbH 2006). Auch der Ökobarometer 2008 spiegelt diesen Trend wider: 78% der Befragten geben die Gesundheit als Hauptmotiv für den Kauf von Bioprodukten an (BMVEL 2008: 12). Ein Jahr später spricht die Nestlé Studie von einem 'gesundheitsorientierten Konsumenten' - quer durch alle Altersgruppen gewinnt das Gesundheitsbewusstsein an Bedeutung:

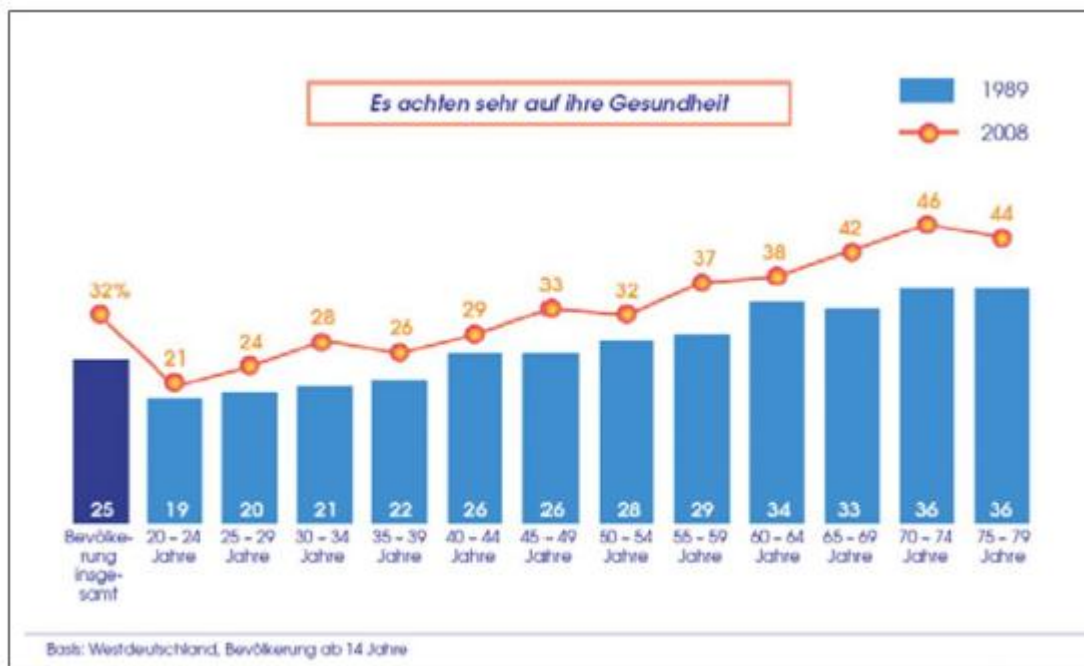


Abbildung: Wachsendes Gesundheitsbewusstsein in allen Altersgruppen (Eigene Darstellung in Anlehnung an Nestle 2009: 32).

Daraus lässt sich ableiten, dass der Gesundheitsaspekt beim Kauf von Lebensmitteln immer wichtiger wird. Die Mehrheit der Bevölkerung setzt sich zunehmend mit diesem Thema auseinander und achtet auf eine gute und ausgewogene Ernährung, bei der die biologisch hergestellten Lebensmittel eine bedeutende Rolle einnehmen. Im Folgenden soll gezeigt werden, dass sich der bewusste Umgang mit der eigenen Gesundheit in die

Individualisierungsdebatte einbetten lässt und welchen Einfluss diese Entwicklung auf die Körperwahrnehmung hat.

### **Zur Geschichte der Individualisierung**

Das Werk von Aurelius Augustinus (354 - 430), in dem er in autobiografischer Form seine 'Selbstwertung' beschreibt gilt bis heute als "ein erstes Zeugnis für die kulturelle Bedeutsamkeit des Individuums" (Junge 2002: 32). Die Wichtigkeit der kulturellen Erfindung des Individuums wird besonders am Beispiel der Vasallität im Feudalzeitalter deutlich - durch die gegenseitige Treuepflicht war es für beide Parteien besonders wichtig, sich als individuelle Person wahrnehmen zu können. "Die kulturelle Erfindung des Individuums ermöglicht also Berechenbarkeit und Zurechenbarkeit" (ebd.: 33). Aber auch bereits vor der kulturellen Erfindung des Individuums gab es erste Anzeichen einer Idee des Individuums. Die ersten Einflüsse kommen aus dem Christentum und dem Glauben an die 'Sündhaftigkeit' des Menschen. Indem die Sünde einer einzelnen Person zugeschrieben wird, entsteht die Vorstellung von einer "sündhaften Einzelperson" (ebd.: 33). Weiterhin wird mit der Taufe die Einzigartigkeit einer Person durch die Namensgebung betont. Mit der Reformation von Martin Luther entsteht zudem die Idee der Eigenverantwortlichkeit und der Gewissensfreiheit des Menschen.

Diese Entwicklungen werden gleichzeitig durch einen Disziplinierungsprozess begleitet, der sich zuallererst über die Kontrolle des Körpers äußert. Bereits 1530 erscheint das erste "Benimm-Buch" Die "civilitate morum puerilium", in dem zahlreiche Regeln zur Körperbeherrschung versammelt sind (Junge 2002: 35). Ein besonderer Einflussfaktor, der die kulturelle Erfindung des Individuums beeinflusst hat, ist jedoch der Gedanke vom "autonomen Bürger". Infolge der bürgerlichen Revolution von 1688/89 in England, sowie der französischen Revolution von 1789 kommt es zu einer politischen Einbeziehung der Bürger und einer stetigen Verbreitung des Wahlrechts über alle Bevölkerungsschichten. In Deutschland setzte dieser Prozess allerdings erst 1849 ein - nachdem zuerst die Wahlberechtigung nach Steuerleistung entschieden wurde, hat sich 1867 das allgemeine Männerwahlrecht durchgesetzt und 1918 durften schließlich auch Frauen wählen.

Nach Matthias Junge lassen sich verschiedene 'Individualisierungsschübe' feststellen: Der erste Individualisierungsschub fällt auf die Zeit des Christentums mit der Idee der Taufe und der individuellen Sündenzuschreibung. Der zweite Individualisierungsschub folgt ab dem 13. Jahrhundert und ist durch die Verbreitung der Eigenverantwortung und der Gewissensfreiheit gekennzeichnet. Diese beiden Schübe legen das Fundament für das Fortschreiten des Individualisierungsprozesses und münden in einem dritten Individualisierungsschub, der sich zwischen dem 19. und 20. Jahrhundert entwickelt. Dabei geht es um das besondere Verhältnis zwischen Individuum und Gesellschaft. Das Individuum erscheint nun in einem kulturellen und sozialen Zusammenhang als das Resultat, der auf ihn einwirkenden Einflüsse, seitens der Gesellschaft. So auch die klassischen Fragen der Soziologie, die sich zu diesem Zeitpunkt als eine eigenständige Disziplin etabliert hat, fragen "nach den Auswirkungen gesellschaftlicher Prozesse auf das Individuum" (ebd.: 38). Mit dem vierten Individualisierungsschub ab den 60er Jahren ändert sich die Rolle des Individuums: Während die soziologischen Klassiker zu Beginn des 20. Jahrhunderts eher die Frage nach dem Einfluss der Gesellschaft auf das Individuum gestellt haben, "gilt nun das Individuum als entscheidender Motor für Vergesellschaftungsprozesse" (ebd.: 38).

### **Individualisierte Lebenslagen nach Beck**

Unter Individualisierung versteht Ulrich Beck in erster Linie die Freisetzung der Menschen aus den Sozialformen der Industriegesellschaft. Infolge des wirtschaftlichen Aufschwungs der fünfziger und sechziger Jahre kam es zu einer allgemeinen Verbesserung der Lebensumstände. Durch eine bislang unbekannt hohe soziale Sicherheit gepaart mit hohem materiellen Standards wurden die Menschen aus ihren sozialen Klassen "entlassen" und "verstärkt auf sich selbst und ihr individuelles Arbeitsmarktschicksal mit allen Risiken und Widersprüchen verwiesen" (Beck 1986: 116).

Trotz fortbestehender Ungleichheiten gibt es nach Beck jedoch keine Klassengesellschaft mehr - heute stehen wir einem "Phänomen eines Kapitalismus ohne Klassen gegenüber mit allen damit verbundenen Strukturen und Problemen sozialer Ungleichheit" (ebd.: 117). Diese Entwicklung veranschaulicht Beck als "Fahrstuhl-Effekt" nach oben - "die 'Klassengesellschaft' wird insgesamt eine Etage höher gefahren" (ebd.: 122). Allen Menschen geht



es besser - und hier liegt auch das Kernstück diesen Effektes - auch die Bessergestellten verdienen mehr, so dass es trotz verbesserter Lebensbedingungen zu keiner Annäherung zwischen den einzelnen Akteuren gekommen ist. Die sozialen Ungleichheiten sind weiterhin konstant geblieben. Das besondere ist jedoch, dass nun auch diejenigen die in der Klassenhierarchie ganz unten standen, an dem gesellschaftlichen Wohlstand teilhaben können. "Die neuen materiellen und zeitlichen Entfaltungsmöglichkeiten treffen zusammen mit den Verlockungen des Massenkonsums und lassen die Konturen traditionaler Lebensformen und Sozialmilieus verschwinden" (ebd.: 124). An der Stelle der Klassenunterschiede, die sich früher in der Arbeitsform oder in Freizeiteinrichtungen fanden, treten heute "ungleiche Konsumstile" - die jedoch mehr die Persönlichkeitsentfaltung, als die Klassenunterschiede widerspiegeln.

Ulrich Beck beschreibt den aktuellen Individualisierungsprozess in drei Dimensionen: Freisetzungsdimension - Ablösung aus ehemals verbindlichen Institutionen und historisch vorgegebenen Sozialbindungen; Entzauberungsdimension - Verlust von Sicherheiten und ehemals geltenden Werten (Kirche, leitende Normen der Familie); Kontroll- bzw. Reintegrationsdimension - Entstehung neuer Formen der sozialen Einbindung. In seinem Verständnis untersucht er den Prozess der Individualisierung als eine rein "gesellschaftsgeschichtliche Kategorie" (ebd.: 207) und beschränkt seine objektive Analyse auf die Veränderungen von Lebenslagen und Biographie-Mustern. (ebd.: 207). Den wesentlichen Aspekt, der für die Besonderheit der heutigen Form der Individualisierung in der Bundesrepublik spricht, sieht Beck zunächst einmal in der Auflösung von traditionellen Strukturierungen und den daraus folgenden Konsequenzen für die Individuen. Einerseits werden die Menschen zu einer individuellen und unabhängigen Lebensführung aufgefordert, andererseits stehen die Menschen heute einer neuen Form institutioneller Abhängigkeit gegenüber:

"Die freigesetzten Individuen werden arbeitsmarktabhängig und damit bildungsabhängig, konsumabhängig, abhängig von sozialrechtlichen Regelungen und Versorgungen, von Verkehrsplanungen, Konsumangeboten, Möglichkeiten und Moden in der medizinischen, psychologischen und pädagogischen Beratung und Betreuung" (ebd.: 210).

"Die Normalbiografie wird damit zur [...] 'Bastelbiografie'. [...] Der Mensch wird (im radikalisierten Sinne Sartres) zur Wahl seiner Möglichkeiten, zum homo optionis. Leben, Tod, Geschlecht, Körperlichkeit, Identität, Religion, Ehe, Elternschaft, soziale Bindungen - alles

wird sozusagen bis ins Kleingedruckte hinein entscheidbar, muß, einmal zu Optionen zerschellt, entschieden werden" (Beck/Beck-Gernsheim 1994: 16).

Die ambivalente Aufforderung zur Autonomie bedeutet auch, dass die Akteure für ihr Handeln eigenständig verantwortlich sind: "In der individualisierten Gesellschaft muß der einzelne [...] lernen, sich selbst als Handlungszentrum, als Planungsbüro in bezug auf seinen eigenen Lebenslauf, seine Fähigkeit, Orientierungen, Partnerschaften usw. zu begreifen" (Beck 1986: 217). Es gibt weder Stände, noch Klassen und sogar die Institution Familie verliert an Halt. Die Menschen sind bei der Lebensplanung und Existenzsicherung vollkommen auf sich selbst gestellt: "Der oder die einzelne selbst wird zur lebensweltlichen Reproduktionseinheit des Sozialen" (ebd.: 209).

Eine weitere Besonderheit des Individualisierungsprozesses in der Bundesrepublik sieht Beck in einem neuen Verhältnis zwischen Individuum und Gesellschaft. Durch die Konzentration auf die individuellen Lebenslagen erscheinen gesellschaftlich verursachte Probleme wie Arbeitslosigkeit, Krankheit oder Armut als persönlich verursacht und können nur bedingt in ihrer Gesellschaftlichkeit wahrgenommen werden. So wird bspw. Arbeitslosigkeit als individuelles Versagen und nicht als gesellschaftlich verursachtes Problem betrachtet (ebd.: 117f.). In Zeiten der Individualisierung erscheint die Gesellschaft als ein individuell herstellbares Projekt:

"Für den einzelnen sind die ihn determinierenden institutionellen Lagen nicht mehr nur Ereignisse und Verhältnisse, die über ihn hereinbrechen, sondern mindestens auch Konsequenzen der von ihm selbst getroffenen Entscheidungen, die er als solche sehen und verarbeiten muß" (ebd.: 218).

In der Folge werden dementsprechend auch die gesellschaftlichen Risiken als persönliche Risiken interpretiert. Was früher noch als 'Schicksalsschlag' hingenommen wurde, wird heute dem 'persönlichen Versagen' zugeschrieben. Darüber hinaus werden die Individuen dazu aufgefordert eine Verbindung zwischen einzelnen gesellschaftlichen Teilsystemen herzustellen, die von der Gesellschaft selbst nicht mehr geleistet wird:

"Alles, was in systemtheoretischer Perspektive getrennt erscheint, wird zum integralen Bestandteil der Individualbiographie: Familie und Erwerbsarbeit, Ausbildung und Beschäftigung, Verwaltung und Verkehrswesen, Konsum, Medizin, Pädagogik usw. [...] Die Teilsystemgrenzen gehen durch Individuallagen hindurch. Sie sind sozusagen die biographische Seite des institutionell Getrennten" (ebd.: 218).

Vieles von dem was ehemals gesellschaftlich geregelt wurde, muss nun von den Individuen selbst entschieden werden. Alle Risiken und Widersprüche, die im Zusammenhang mit dem Regelwerk der Gesellschaft entstehen, müssen von den Akteuren selbst entschlüsselt und an die eigenen Lebensumstände angepasst werden.

### **Individualisierung und Dimensionen der Körperthematization**

Schon seit längerer Zeit kann eine Veränderung der Körperwahrnehmung beobachtet werden - der Körper tritt in das öffentliche Leben hinein und wird "zur Bühne der Personenidentität" (Gebauer, 1982: 318). Bereits 1986 erscheint in der Zeitschrift "Psychologie Heute" ein Artikel, der sich mit dem Körperkult auseinandersetzt und von einer "Körper-Renaissance" spricht. Am Beispiel von 'massenhaft' betriebenen Sportarten wie Aerobic oder Jogging zeigen die Autoren, "dass die direkte Arbeit am Körper sinnföähig geworden ist und Aufmerksamkeit bindet" (Rittner 1986: 56). Seitens der Medien wird seit Jahren dieser 'Körperkult' forciert: Über verschiedene Formate wird suggeriert, der Weg zum persönlichen Glück, zu mehr Chancen auf dem Arbeitsmarkt und zu einem höheren Ansehen führe über die Arbeit am Körper. Laut einer Brigitte-Umfrage aus dem Jahr 2002 sind sich 89% Prozent der Frauen, quer durch alle Altersgruppen einig: "Wer gut aussieht, hat mehr Chancen im Leben" (Brigitte/ G+J 2002: 6). Inzwischen sind die zahlreichen Möglichkeiten auf den eigenen Körper Einfluss zu nehmen längst zum Alltag geworden. Dabei reicht die Spannweite von täglichen Make-Up Ritualen, über diverse Sportarten und Diäten bis hin zu Botox-Partys in der Mittagspause. Der Körper wird immer mehr zum Objekt, "der nach Belieben manipuliert werden kann" (BPB 2007: 2). Dabei scheint sich dieser Trend durch alle sozialen Schichten hindurch zu ziehen, auch wenn es durchaus Unterschiede in Form und Ausmaß der Anwendungen gibt.

In seinem Essay zum Thema "Körperkult und Schönheitswahn" vergleicht Gugutzer diesen gesellschaftlichen Körperkult mit dem christlichen Glauben und sieht den Körper als ein "sinnstiftendes Objekt". Die Menschen mögen zwar ihren Glauben an die Kirche verloren haben, suchen aber trotzdem weiterhin nach einem höheren Sinn im Leben und finden diesen immer häufiger "über Investitionen ins 'körperliche Kapital' " (Gugutzer 2007: 4). Diese Entwicklung beschreibt Gugutzer als "das nicht intendierte Nebenprodukt

fundamentaler gesellschaftlich kultureller Prozesse" (ebd.: 5). Der menschliche Körper war schon immer ein sozial-kulturelles Objekt und wurde je nach gesellschaftlichen Vorstellungen geformt, so ist auch der heutige 'Körperkult' nichts anderes, als das Spiegelbild unserer Gesellschaft.

Auch Villa beschreibt die Beziehung zu dem eigenen Körper, als in starkem Maße von der gesellschaftlichen Wirklichkeit abhängig, denn "Körper und Geist sind Teil von Vergesellschaftungsprozessen" (Villa 2007: 19). Infolge des Modernisierungsprozesses wird der Körper auch verstärkt zu einem Symbol in zwischenmenschlichen Interaktionen, über den auf die inneren Werte einer Person geschlossen werden kann - ein Körper, der gesund, fit und kraftvoll ist, zeugt von einer Anstrengungsbereitschaft und Disziplin seines "Inhabers", während den Übergewichtigen eher negative Charaktereigenschaften wie faul oder träge zugeschrieben werden. Dabei wird bei Villa darauf hingewiesen, dass diese Körperdeutung insbesondere eine Folge der Individualisierung ist: Die Menschen sind nicht mehr an Klassen oder Schichten gebunden und müssen sich ihre Position in der Gesellschaft (umso härter) selber erarbeiten - so wird auch der Körper "zum Werkzeug und zum Material von Selbstdarstellungspraxen" (ebd.: 23). Viele Körperpraktiken sind mit finanziellen Investitionen verbunden und dementsprechend nicht allen Menschen gleich zugänglich. Dass schichtspezifische Unterschiede sich auch im Körper manifestieren wird besonderes bei Pierre Bourdieu in seinem Werk "Die feinen Unterschiede" deutlich. Mit Hilfe des Habitus-Konzeptes verdeutlicht er, dass auch der Körper oftmals die soziale Lage bzw. die Schichtzugehörigkeit einer Person widerspiegelt (Bourdieu 1987: 107ff). Der Körper wird nicht mehr als naturgegeben hingenommen, sondern vielmehr als eine Option auf die man Einfluss nehmen kann, dabei wird "die Verantwortung für die Entwicklung des Körpers und sein äußeres Erscheinungsbild [...] direkt in die Hände seines Besitzers" gelegt (Giddens 1993: 43). Dementsprechend stellt man über den Körper nicht nur die eigene Persönlichkeit dar, sondern nimmt auch Andere über das Aussehen und die Körperform wahr.

Eine der zentralen Arbeiten, die sich mit dem Körper als Medium der Selbstdarstellung beschäftigt ist das Buch von Bryan Turner "The Body and Society" (1984). Der Autor begreift die Moderne als eine 'somatische Gesellschaft': "a [somatic] society in which our

major political and moral problems are expressed through the conduit of the human body" (Turner 1984: 6). Eine der zentralen gesellschaftlichen Entwicklungen, die zu diesem Phänomen geführt hat, ist Bryan zufolge die Ausbreitung der Konsumkultur, die Fitness und körperliches Wohlbefinden zu den leitenden Werten der Gesellschaft werden lässt. Ein Boom an Fitnessstudios, Schönheitssalons sowie eine unüberschaubare Anzahl an Schönheits- und Ernährungsratgebern bestätigen seine Annahmen und machen deutlich, dass ein gesunder und sportlicher Körper längst nicht mehr 'nur' zu einem Schönheitsideal geworden ist.

K.H. Bette beschreibt in seinem Text "Körper, Sport und Individualisierung" (2001) welchen Einfluss die gesellschaftlichen Entwicklungen auf den Körper haben. Am Beispiel von Veränderungen im Sportbereich sieht er eine unmittelbare Verbindung zwischen Körperwahrnehmung und Individualisierung. Dabei ist ihm auch wichtig zu zeigen, dass es heute beim Sport in erster Linie darum geht dem eigenen Körper "Sinnegebungs-kraft" zu verleihen: "der Körper [wird] zu einem festen Kristallisationspunkt für Selbstverwirklichung und allgemeine Lebensbejahung" (ebd.: 90). In einer durch Individualisierung geprägten Gesellschaft wird der Körper nicht mehr als ein unausweichliches Schicksal hingenommen, sondern als eine Instanz, auf die man durch das eigene Handeln Einfluss nehmen kann und folglich muss: "Körperaufwertung erscheint dann als ein Versuch des Individuums, Sinn zu finden und ein Abgeworfenwerden vom Projekt der Moderne zu verhindern" (ebd.: 93). In Anlehnung an Foucault beschreibt Rittner diese Entwicklung als eine Reaktion auf die Biopolitik moderner Gesellschaften: "Die Freigabe des Körpers verbindet sich mit neuen Zwängen zur Herstellung des 'richtigen Körpers', in dessen Rahmen Aussehen, Fitness und Gesundheit 'geleistet' werden müssen" (Rittner 1999: 108).

Auch Nina Degele geht der Frage nach welchen Einfluss die gesellschaftlichen Entwicklungen auf die Körperwahrnehmung haben. Infolge des Individualisierungsprozesses wird der Körper zu einem Objekt auf den man persönlich Einfluss nehmen kann und über den man in der Gesellschaft "soziale (Anerkennungs-) Effekte" zu erzielen versucht: "Manipulationen des Körpers werden zum Akt der Freiheit" (Degele 2007: 28). Mit einem kritischen Blick auf die aktuellen Entwicklungen stellt sie fest, dass "Schönheitshandeln" nichts mehr mit Spaß oder Freude zu tun hat, sondern längst zur harten (Körper-)Arbeit geworden ist.

In einer individualisierten und immer komplexer werdenden Gesellschaft, in der Institutionen wie Familie, Religion, Stände-, Klassen- und Schichtzugehörigkeit an Wert verloren haben, erlangen Körperbezogene Handlungen einen Wert, die über eine bloße Darstellungsfunktion hinausgehen: "Der Körper ist schon lange nicht mehr nur das Mittel zum Zweck - er wird immer mehr zum Zweck selbst" (Brandl-Bredenbeck 1999: 31; vgl. Rittner 1986: 58).

Aus anthropologischer Sicht lassen sich mit Eva Barlösius drei unterschiedliche Richtungen herausarbeiten, die das Verhältnis von natürlichen und kulturellen Aspekten der Ernährung berücksichtigen. Anhänger einer biokulturellen Anthropologie schreiben der Kultur, bei der Auswahl der Lebensmittel nur eine Nebenrolle zu. In der zweiten Gruppe wird schon mehr von einem problematischen Widerspruch zwischen den beiden Aspekten gesprochen, da der kulturelle Einfluss, die biologische Wahlfreiheit des Menschen begrenze. "Deshalb wird die kulturelle Gestaltungsfähigkeit dieses Lebensgebietes eher als Gefahr denn als menschliche Chance gedeutet" (Barlösius 1993: 90). Die dritte Gruppe glaubt nicht, dass die biologische Basis allein, die kulturelle Vielfalt des Essens erklären kann, da der Mensch sich dank seiner "fantastischen Anpassungsfähigkeit" (ebd.: 91). an alle möglichen Umwelten anpassen kann. Essen wird hier viel mehr als ein "Objekt sozialer Unterschiede" interpretiert (ebd.: 91). Alle drei Ansätze haben jedoch eins gemeinsam - sie sehen Essen immer als eine biologische und soziokulturelle Tatsache zugleich.

Für diese Untersuchung ist es wichtig festzuhalten, dass der Mensch nicht auf eine bestimmte Nahrungsart angewiesen ist, sondern in der Lage ist, sich an jede biologische Gegebenheit seiner Umgebung anzupassen. Erst mit kultureller Zuschreibung entstehen Vorlieben (oder auch Abneigungen) für eine bestimmte Nahrungsform. Auch die wichtigen Nährstoffe wie z.B. Vitamine oder Mineralstoffe, sind für den Menschen zunächst nicht wahrnehmbar. Erst nach einer wissenschaftlichen Erforschung und anschließender kultureller Bewertung werden diese Informationen für den Menschen zugänglich. Zwar spielt auch der Organismus, bei der Nahrungsauswahl eine Rolle indem er Hunger verspürt und damit eine körperliche Reaktion auslöst (der kulturell bedingt wiederum unterdrückt werden kann), der Appetit auf bestimmte Nahrungsmittel ist dagegen immer

kulturell und gesellschaftlich geprägt. "Die Speise ist immer kulturell gestaltet, da die Zuschreibung ihrer Essbarkeit bereits eine kulturelle Bewertung ist" (ebd.: 101). So bedeutet gerade gesundheitsorientiertes Essen und Trinken,

"die kulturelle Entscheidung [...], Gesundheit anderen möglichen Orientierungen, wie z.B. Genuss, Sättigung, vorzuziehen. Die mangelnde körperliche Ausdrucksfähigkeit wird dabei mit Wissen und Vorstellungen von richtiger und gesunder Ernährung aufgefüllt und die Ernährungsweise danach systematisch ausgerichtet" (ebd.: 100).

Aktuelle Ernährungstrends legen die Vermutung nahe, dass die Auswahl der Lebensmittel immer stärker durch eine "wertrationale Einstellung" (von Ferber 1980: 230) bestimmt wird - wobei der Gesundheit eine zunehmend wichtige Rolle zukommt. Eine flächendeckende Sicherung mit Nahrungsmitteln (zumindest in den entwickelten Industrieländern), sowie eine erhebliche Entlastung der körperlichen Arbeit hat bei der Bevölkerung zu der "Entwicklung alternativer Ziele für die Ernährung" geführt (ebd.: 230). Nahrungsversorgung stellt heute für den Konsumenten kein Problem mehr dar und so wird mehr Wert auf Qualität, Herkunft und Geschmack von Lebensmitteln gelegt. Zukunftsinstitut beschreibt den heutigen Konsumenten als einen extrem-gesundheitsorientierten Kunden: "Ursprünglich als alternativer Freak angetreten, der Konsum und Genuss entsagt, findet sich der Gegenwärtige Öko in der gesellschaftlichen Mitte wieder und hat BIO zum Lifestyle erklärt" (Zukunftsinstitut GmbH 2006: 16). Auch die aktuelle Nestlé-Studie bestätigt diese These: "Das Motiv, über Ernährung die eigene Gesundheit zu stärken, gewinnt kontinuierlich an Bedeutung und prägt auch zunehmend das Nahrungsmittelangebot" (Nestlé 2009: 34). So stellen 72% der Befragten einen Zusammenhang zwischen ihrer Ernährung und dem persönlichen Wohlbefinden fest und geben an, sich "körperlich besser und leistungsfähiger" zu fühlen, wenn sie sich "gesund und ausgewogen" ernähren (ebd.: 32).

Markus Schroer beschreibt diesen Trend als eine Folge der gesellschaftlichen und kulturellen Entwicklungen - infolge der Individualisierung erscheint die Gesundheit nicht mehr als göttliche Gabe, sondern als durch individuelle Lebensführung "erlangbares Gut" (Schroer 2005: 17). Die Frage von Gesundheit und Krankheit wird zunehmend zu einer individuellen Angelegenheit. "Die Pflicht zur Gesundheit [wird] zu einer persönlichen Verpflichtung jedes Einzelnen und zur moralischen Messlatte individuellen Handelns" (Setzwein 2004: 263). Ulrich Beck spricht in diesem Zusammenhang auch von einem

allgemeinen neuen Wertesystem der Individualisierung, das auf dem Prinzip der "Pflichten gegenüber sich selbst" basiert. Ein Ausdruck, der für den Titel dieses Papers übernommen wurde (Beck 1986: 216). Rittner argumentiert ähnlich: "man ist selbst für die Krankheit verantwortlich, man muss Moderator seines Körpers sein, Seismograph von Belastungen, skeptisch gegenüber der Nahrung, skeptisch gegenüber den eigenen Eigenschaften" (Rittner 1982: 47).

Darüber hinaus haben die Veränderungen im Gesundheitswesen und eine umfassende gesundheitliche Aufklärung zu einem erweiterten Gesundheitsbegriff geführt (vgl.: [www.gesundheitsziele.de](http://www.gesundheitsziele.de)). Gesundheit erscheint nicht mehr als bloße Abwesenheit von Krankheiten, sondern als ein positiver Zustand, "der sich auf den ganzen Menschen in seinen körperlichen, geistig-seelischen und sozialen Aspekten bezieht" (Weiss 2007: 101). Mit einem gesunden Körper hoffen die Menschen auch ihr persönliches Glück finden zu können. Gesundheit wird zum "Teil der modernen Lebensqualität, des Wohlbefindens und des Lebensglücks" (Kikbusch 2006: 35) - durch das hohe Aufkommen diverser Dienstleistungen mit gesunden "Nebenwirkungen" und einen leichteren Zugang zu den Informationen über verschiedene Gesundheitspraktiken scheint es möglich zu sein, fast immer und überall etwas für seine Gesundheit tun zu können. Kikbusch spricht in diesem Zusammenhang gar von einer Entwicklung hin zu einer "Gesundheitsgesellschaft" (ebd.: 10). Auch seitens der Gesundheitspolitik werden umfassende Maßnahmen getroffen, die das Bewusstsein für die eigene Gesundheit stärken sollen. Im Jahr 2007 verabschiedet die WHO bereits den zweiten europäischen Aktionsplan für Nahrung und Ernährung für die Jahre 2007-2012, der die Mitgliedsstaaten dazu verpflichtet eine umfassende Nahrungs- und Ernährungspolitik auszuarbeiten und umzusetzen (vgl.: [www.euro.who.int/Document/E91153G.pdf](http://www.euro.who.int/Document/E91153G.pdf)).

Infolge gesteigerter Körperaufmerksamkeit, tritt die Verletzbarkeit des eigenen Körpers in den Vordergrund. Über verschiedenste Ernährungsformen und Sportarten versuchen die Menschen, den Körper gesund zu halten und sich vor gefährlichen Bakterien und Viren zu schützen. "Gesundheit, einst etwas Gegebenes, im Notfall zu Reparierendes, wird nun zu einer dauernden Herstellungsleistung" (Beck-Gernsheim 1994: 318). Auch über die politischen Maßnahmen wird die Gesundheit mehr denn je zu einer Frage der Selbstver-



antwortung. Aufgrund massenhafter Ratgeber und zunehmender Aufklärungskampagnen wird die Verantwortung einer ungesunden Lebensweise (und Krankheit) auf die Individuen übertragen. In einer individualisierten Gesellschaft wird Gesundheit zu einer individuell zu erbringenden Leistung und der eigene Körper wird dabei "zum Schauplatz der Selbstversicherung" (Alkemeyer 2007: 16):

"In einer Zeit, in der die Erfahrung des Flüchtigen, Kontingenten und Fragmentarischen das Bewusstsein vieler Menschen bestimmt, wird der Körper zu einem festen Kristallisationspunkt für Selbstverwirklichung und allgemeine Lebensbejahung. [...]. Der funktionsfähige, fit getrimmte, jugendlich gestylte und sportive Körper wird zu einem Statussymbol, zu einer Projektionswand für die Darstellung von Unvergleichlichkeit und Individualität. [...]. Individualisierte Menschen streben durch den Rückgriff auf die Kompaktheit ihrer körperlichen Nahwelt eine Sicherheits- und Erlebnisgrundlage an, die entwickelte Industriegesellschaften aufgrund ihrer spezifischen Verfasstheit immer weniger überzeugend bereitstellen können. Körperaufwertung erscheint dann als ein sinnstiftendes Versuch des Individuums, um ein Abgeworfen- Werden vom Projekt der Moderne zu verhindern" (Bette 1993: 39, 42).

Die bisherige Argumentationsweise zur Körperthematization führt zur Annahme, dass der Körper zu einer neuen sinngebenden Instanz in einer individualisierten Gesellschaft geworden ist. Denn ein gesunder Körper ist "die alleinige und ausschließliche Garantie für unser Leben, und zwar für unser ganzes Leben. Welkt er dahin, so welkt heute automatisch auch unser Leben dahin" (Imhof 1984: 223).

### **Motivationen für den Konsum von Biolebensmittel**

Die Auswahl der Probanden erfolgte mit dem Ziel möglichst erkenntnisreiche Aussagen zu einem bisher wenig erforschten Zusammenhang zu generieren. Zu diesem Zweck fiel die Samplingstrategie auf die Auswahl extremer Fälle, um trotz begrenzter Ressourcen eine möglichst aussagenreiche Analyse zu gewährleisten (vgl. Flick 2009: 165 ff.). Die Interviewteilnehmer sollten demnach 'häufig bis intensiv' Bio-Produkte konsumieren und bevorzugt in Bio-Fachmärkten einkaufen. Diese Eingrenzung wurde durch die Annahme gestützt, dass diese Personen sich bewusst für Biolebensmittel entscheiden und ein besonders hohes Interesse zum Thema Ernährung und Gesundheit aufweisen. Die Interviewpartner wurden über zwei verschiedene Wege kontaktiert: Zum einen über Anzeigen in diversen Bio-Fachmärkten in Düsseldorf und Umgebung, zum anderen über

eine Eintrag in der XING-Gruppe "Biologische Ernährung". Über die Anzeige wurden Personen, die besonders häufig Bio-Produkte konsumieren dazu aufgefordert an einem Interview zum Thema "Biologische Ernährung" teilzunehmen. Dazu hatten die Interessenten die Möglichkeit sich sowohl telefonisch, als auch per E-Mail zu melden. Die Kontaktaufnahme erstreckte sich über einen Zeitraum von drei Wochen. Für die Durchführung dieser Studie wurden schließlich acht Personen ausgewählt, die den Auswahlkriterien entsprachen und bereit waren an einem Interview teilzunehmen.

### Die Wahrnehmung des Körpers im Alltag

Probandin 1 möchte als Mitarbeiterin im Vertrieb stets gepflegt und attraktiv erscheinen. Dazu äußert sie sich wie folgt: "Ich denk mal im Verkauf ist es auch einfacher, wenn man attraktiv auf Kunden zugeht und sich sympathisch ist und ja und die freuen sich halt auch, wenn sie eine gepflegte nette Erscheinung sehen. Und ich fühl mich einfach auch selbstbewusster, wenn ich mich in meinem Körper wohl fühle" (Probandin 1: 00:28:03). Anhand dieser Aussage lässt sich zudem zeigen, dass ein attraktiver Körper einen wichtigen Faktor für den beruflichen Erfolg darstellen kann. In diesem Fall erfolgt eine Übertragung der Körperwahrnehmung auf die Charaktereigenschaften - mit einem attraktiven Körper ist man sympathischer und fühlt sich auch selbstsicherer.

Auch für Probandin 2 beeinflusst der Beruf die Bedeutung des Körpers im Alltag. Als selbstständige Fitness-Trainerin ist sie darauf angewiesen, dass Ihr Körper einwandfrei funktioniert und dafür ist sie auch bereit viel Zeit und Geld zu investieren. "Wie gesagt, der Körper ist mein Kapital. Es ist für mich ganz wichtig. Gesundheit und mein Körper und das Training. Alles was damit zusammenhängt. Das ist für mich sehr wichtig" (Probandin 2: 00:21:55).

Probandin 3 hat aufgrund einer Erkrankung feststellen müssen, wie wichtig es im Alltag ist, einen gut funktionierenden Körper zu haben und "dass ohne Körper eigentlich gar nichts mehr funktioniert, weder Arbeit, noch soziales, noch irgendwas, denn ohne das können Sie gar nichts machen" (Probandin 3: 00:28:56). Aufgrund dieser Erfahrung ist sie heute der Meinung, dass der Körper das wichtigste Gut ist, das wir haben und versucht mit Sport

und Ernährung darauf zu achten, dass die krankheitsbedingten Schmerzen nicht wiederkommen.

Die Probandinnen 4, 5 und 6 bemühen die Vorstellung vom Menschen als eine Einheit von Körper und Geist. Sie begreifen ihren Körper als einen Teil von Ihrer Persönlichkeit, den "man pflegen und hegen muss. [...] Mein Körper ist meine Hülle, die mein Innerstes schützt, eigentlich meine Schutzhülle." (Probandin 6: 00:26:02). Besonders bewusst erlebt Probandin 6 ihren Körper, wenn sie morgens vor die Tür geht und spürt, wie die Luft durch ihren ganzen Körper strömt. In solchen Momenten versucht sie sich ganz bewusst auf ihren Körper zu konzentrieren und diesen ganz bewusst wahrzunehmen: "Ich glaub das sind immer die Momente, wo man sich dann mit seinem Körper verbunden fühlt, das sind die größten Glücksmomente überhaupt" (Probandin 6: 00:31:45).

Die Wahrnehmung des Körpers über den Leib erfährt auch Proband 7, wenn er z.B. nach einem anstrengenden Training Muskelschmerzen spürt. Da er jedoch diese Art von Schmerzen kontrollieren kann, empfindet er sie als attraktiv und als Zeichen für ein erfolgreiches Training. Diese Körperkontrolle wird ihm besonders in hohen Belastungsphasen bewusst: "Weil auf so Belastungen reagiert der Körper natürlich, z B. dass der irgendwann sagt, hey ich kann nicht mehr, aber es geht noch 10 Km weiter. Dass man merkt, was man kopfmäßig als Grenze wahrnimmt, keine Grenze ist" (Proband 7: 00:28:52). An dieser Stelle wird insbesondere der Doppelaspekt von Leibsein und Körperhaben deutlich - über die Wahrnehmung der Schmerzen, tritt Proband 7 in ein bewusstes Verhältnis zu seinem Körper.

Die Aussagen der interviewten Bio-Konsumenten zur Wahrnehmung des Körpers im Alltag, machen deutlich, dass der Körper von den Bio-Konsumenten als ein Teil der Identität wahrgenommen wird. Im Mittelpunkt der Wahrnehmung steht das Körperhaben - der Körper wird als ein Gegenstand betrachtet, der genau das machen muss, was man davon im Alltag braucht. Bei einigen Teilnehmern findet man zudem erste Hinweise auf die Verschränkung von Körperhaben und Leibsein. Probandin 3 hat die Bedeutung des Körpers im Alltag erst aufgrund einer Erkrankung und infolge spürbarer Schmerzen erfahren. Auch Proband 7 nimmt seinen Körper in erster Linie über die Schmerzen wahr, allerdings unterscheidet er zwischen kontrollierbaren und krankhaften Schmerzen. Und

Probandin 6 empfindet ein besonderes Körpergefühl, wenn sie mit ihm die Luft fühlen kann (und umgekehrt). Bei zwei Interviewteilnehmern hat der Körper zudem eine ökonomische Bedeutung, da er als Mittel für den beruflichen Erfolg eingesetzt wird.

### Körperarbeit

Auffällig an den Aussagen der befragten Bio-Konsumenten ist zunächst, dass Körperarbeit in erster Linie mit der Einhaltung bzw. Reduzierung des Körpergewichts verbunden wird, wobei gleichzeitig auch immer das Wohlfühlgefühl betont wird. So stellt Probandin 3 zunächst fest, dass sie nicht die "schlankste" Figur hat, aber auch nicht unbedingt den Willen hat, dem perfekten Maß zu entsprechen. Sie weiß zwar ganz genau welche Lebensmitteln ungesund sind bzw. dick machen, aber auf diese regelmäßig zu verzichten ist für sie "ein ständiger Kampf, mit mir selber" (Probandin 3: 00:29:07). Für sie ist es viel wichtiger sich in Ihrem Körper wohl und gesund zu fühlen - und "wenn ich schon viel und gern esse, dann einfach gut essen, etwas Gesundes essen" (Probandin 3: 00:27:26). Hier wird zudem deutlich, dass die Auswahl der Lebensmittel bei ihr kulturell und gesellschaftlich beeinflusst wird, auch wenn ihr Körper, als Leib, Hunger auf "ungesunde" Lebensmittel verspürt, versucht sie diesem Verlangen zu widerstehen, weil sie weiß, dass diese Lebensmittel für ihren Körper schädlich sind (vgl. Barlösius 1993: 101).

Eine ähnliche Einstellung teilt auch Probandin 2. Als Fitness-Trainerin ist ein gesunder und durchtrainierter Körper für sie von größter Bedeutung, trotzdem versucht sie dabei eine natürliche Einstellung zu behalten. Zum Thema Körperarbeit äußert sie sich demnach wie folgt: "Sehr wichtig, aber nicht, wie gesagt, nicht übertrieben. Kann auch mal... Ich kann auch mal ein bisschen meine Pfunde drauf haben ja, ich möchte mich einfach gut fühlen" (Probandin 2: 00:21:38). Um das zu erreichen unternimmt sie sehr viel im präventiv-Bereich - "Ernährung, Sport, aber auch die geistige Ebene, weil das ist ein zusammenhängendes System. Ich kann jetzt nicht nur sagen - ich lutsch jetzt jeden Tag eine Vitamin C-Tablette ja, und Ernährung ist mir aber eigentlich egal und warum soll ich Sport treiben, ja... also das Gesamtpaket muss stimmen" (Probandin 2: 00:05:45).

Besonders deutlich wird die Bedeutung des Gewichts im Rahmen der Körperarbeit bei Probandin 1, die im Außendienst tätig ist und sehr viel Wert auf ein attraktives Äußeres

legt. "Also ich pass einfach auf, wenn ich ein Kilo zugenommen habe, dass ich dann sofort die Bremse trete, weil ich keine Lust habe acht Kilo abzunehmen - es kommt gar nicht soweit bei mir" (Probandin 1: 00:27:05). Sie fühlt sich einfach besser, wenn sie keine "Röllchen" über dem Hosenband spürt und mit einem "gestärkten Rücken" in ein Meeting rein geht. Es gehört für sie zum körperlichen Wohlbefinden dazu, dass man auf sich achtet und sich attraktiv fühlt. In diesem Zusammenhang verweist Sie auch direkt auf eine positive Wirkung der Bio-Produkte: "Also ich glaub schon, dass die Gesunderhaltung des Körpers, für mich persönlich, damit einhergeht. Also ich spür das an meinem eigenen Wohlbefinden, vielleicht bilde ich es mir auch nur ein, aber ich glaub eigentlich nicht" (Probandin 1: 00:25:41). Dazu verwendet sie nicht nur Biolebensmittel, sondern versucht auch Ihre Kosmetik-Artikel ausschließlich im Bio-Markt einzukaufen.

Auch bei Probandin 6 wird die Bedeutung der Bio-Produkte im Zusammenhang mit Körperarbeit deutlich. "Und ich fühl mich auch immer gut, wenn ich wieder weiß, so jetzt war ich im Bio-Laden, jetzt mach ich mir irgendwie einen tollen Salat oder irgendeinen Gericht, frisch mit irgendwelchen Bio-Sachen, das hat für mich so eine Körper-Geist-Seele-Funktion eigentlich" (Probandin 6: 00:28:20). Gleichzeitig gibt sie aber zu, sonst viel zu wenig für Ihren Körper zu unternehmen und momentan viel mehr Zeit in Ihre Arbeit zu investieren.

Proband 7 verbindet Körperarbeit währenddessen in erster Linie mit Muskelaufbau - er treibt nicht nur viel Ausdauersport, sondern versucht im Sommer viel mit dem Fahrrad zu fahren. Aufgrund seiner Größe vermutet er, im Laufe der Zeit körperliche Probleme zu bekommen und versucht mit gezieltem Muskeltraining dagegen zu steuern. Einen gesunden und muskulösen Körper zu haben ist auch für Probandin 4 sehr wichtig. Mit Ernährung, Sport und autogenen Training versucht sie ihren Körper leistungsfähiger und widerstandsfähiger zu machen: "Das ist für mich Körperbewusstsein, zu merken ich kann meine Muskeln kontrollieren, das ist nicht irgendein Geschwabbel was da rumhängt, sondern ich kann es wirklich kontrollieren und auch gezielt einsetzen" (Probandin 4: 00:29:47). Zum persönlichen Wohlbefinden gehört für sie aber auch die Verwendung von Bio-Produkten - "ich fühl mich einfach blendend damit, [...] es bekommt mir gut, ich bin fit,

ich bin leistungsfähig - ich weiß gar nicht, wann ich das letzte Mal krank war" (Probandin 4: 00:25:32).

Auch Probandin 5 nimmt sich gerne Zeit für Ihren Körper: "Ich möchte schon, dass es meinem Körper gut geht ne, weil wie gesagt, da hängt ja alles für mich mit dran, mein Leben, meine Gesundheit, mein Wohlfühlen, es ist ja alles ein Stamm und ich kann den nicht, ich kann nicht sagen ich mach mich krank und schluck dann wieder irgendwelche komischen Pillen" (Probandin 5: 00:23:32). Mit Sport und biologischer Ernährung achtet Sie darauf, dass ihr Körper gesund und leistungsfähig bleibt.

Zusammenfassend kann an dieser Stelle zunächst festgehalten werden, dass Körperarbeit einen hohen Stellenwert im Leben der Bio-Konsumenten einnimmt. Das Verhalten äußert sich durch eine bewusste Nahrungsaufnahme, sowie verschiedene sportlichen Tätigkeiten. Obwohl bei den Interviews durchaus der Eindruck entstand, dass jeder eine bestimmte Vorstellung davon hat, was einem Schönheitsideal entspricht, deuten die Aussagen eher daraufhin, dass die interviewten Personen keinen übertriebenen "Körperkult" betreiben, sondern in erster Linie ein persönliches 'Wohlfühl' anstreben. Aus identitätstheoretischer Sicht kann man jedoch vermuten, dass diese scheinbar persönliche Empfindung des Körpers, in hohem Maße kulturell geprägt ist. Denn als ein Teil der persönlichen Identität, wird auch die Wahrnehmung des Körpers im Laufe des Lebens von den gesellschaftlichen Strukturen beeinflusst. In einer Gesellschaft, die nach Schönheit und Schlankheit strebt wird das persönliche Wohlbefinden zunehmend über einen wohlgeformten und gesunden Körper hergestellt, der in unserer Gesellschaft für ein glückliches Leben mit Erfolg, Zufriedenheit und Anerkennung steht. Körperarbeit erscheint in diesem Zusammenhang als Identitätsarbeit.

### Subjektive Vorstellungen von Gesundheit

Für Probandin 6 setzt sich die Gesundheit z.B. aus körperlicher Fitness, geistiger und seelischer Komponenten zusammen. Wenn Sie gesund ist, hat sie die Energie, um dem Leben positiv zu begegnen. Auch Probandin 3 verbindet Gesundheit mit einem positiven Einfluss auf den Gemütszustand: "Ganz klar... also ein gesunder Mensch ist ein glücklicher Mensch. Ein Mensch der gesund ist, hat das Glück lange - wahrscheinlich - zu leben,

keine Schmerzen zu haben und ich glaube dass die ganze Gesellschaft nach Gesundheit strebt" (Probandin 3: 00:02:14).

Für Probandin 5 bedeutet Gesundheit eine Kombination aus Ernährung, Körperpflege und persönlichen Lebensumständen. Aus der Gesundheit leitet Sie Ihr allgemeines Wohlbefinden ab: "wenn ich nicht gesund bin, was weiß ich, mich schlecht ernähre und zu dick oder zu träge werde oder deshalb Krankheiten bekomme, föhl ich mich ja nicht wohl und da fängt es ja schon an" (Probandin 5: 00:04:24).

Bei den Fragen nach den persönlichen Gesundheitsvorstellungen verweist Probandin 4 als ausgebildete Krankenschwester und Ernährungsberaterin zuallererst auf die WHO-Definition, die Gesundheit als ein körperliches, soziales und gesundheitliches Wohlbefinden definiert. Für Sie bedeutet es aber noch viel mehr: "ist auch Lebensqualität, in dem ich selber dafür vorsorgen kann, dass ich gesund bleibe" (Probandin 4: 00:00:58). Diese Meinung teilt auch Probandin 1, die aufgrund eines stressigen Berufes, der mit viel Druck verbunden ist, zahlreiche präventive Maßnahmen ergreift, um sich vor dem Burn-Out Syndrom zu schützen: "Und ich weiß dass es mir besser geht und ich sehe es auch an meinem Mann, wenn man auf sich achtet" (Probandin 1: 00:03:28-4). Gesundheit bedeutet für sie in diesem Rahmen, eine Mischung aus guter Ernährung, ausreichendem Schlaf und Sport.

Proband 7 und Probandin 8 verbinden mit Gesundheit zuallererst eine körperliche Stärke. Auch wenn Proband 7 seit Jahren Medikamente nehmen muss, föhlt er sich gesund, weil er die Möglichkeit hat, ein Leben ohne physische Einschränkungen zu föhren und somit in der Lage ist seinen persönlichen Alltag ohne fremde Hilfe zu gestalten. Bei Probandin 8 äußert sich diese körperliche Seite der Gesundheit folgendermaßen: "dass der Körper halt jeden Tag so arbeiten kann, wie er gerne möchte, und dass ich ihn halt mit Ernährung, also mit der Nahrung, mit Wasser unterstütze, dass er also die Arbeiten leisten kann, die er halt normalerweise macht" (Probandin 8: 00:06:52).

Gesundheit bedeutet - so die allgemeine Tendenz der Interviewten - nicht nur frei zu sein von Krankheiten, sondern es ist ein körperliches und psychisches Wohlbefinden. Ein Mensch ist gesund, wenn er sich körperlich stark und wohl föhlt. Vor allem die Faktoren

wie Ernährung, Sport, seelisches Wohlbefinden, Genuss, Entspannung und Schlaf werden mit Gesundheit in Zusammenhang gebracht. Bildhaft gesprochen wird Gesundheit als ein Zustand betrachtet, welches man über Vorsorgemaßnahmen immer wieder herstellen muss. Die meisten interviewten Biolebensmittel Konsumenten assoziieren Gesundheit mit einem harmonischen körperlichen und geistigen Gleichgewicht. Sie wissen, dass zahlreiche Faktoren einen Einfluss auf die Gesundheit haben und versuchen ihre Lebensweise an die Erhaltung im Sinne von fortwährender Herstellung von Gesundheit auszurichten.

### Die subjektiv empfundene Gesundheitsgefährdung

Probandin 3 berichtet in erster Linie von der Gefährdung aufgrund von Elektrosmog und Luftverschmutzung. Aber auch chemisch behandelte Lebensmittel führen ihrer Meinung nach zu einer Gesundheitsbelastung: "ich glaube, dass man dadurch nicht diese Vitamine und Rohstoffe bekommt, die der Körper braucht, um gesund zu werden oder gesund zu bleiben" (Probandin 3: 00:05:42). Von der Verunreinigung der Luft durch die Abgase und Elektrosmog spricht auch Probandin 2:

"Also die Luft ist bestimmt schlechter, als vor 20 Jahren. Wir sind vielen Dingen ausgesetzt [...]. Steckdosen in der Nähe oder irgendwelche Wasseradern oder Magnetfelder, die einfach dadurch zustande kommen, dass überall Sendemasten stehen, Handys liegen rum ja, das gab's alles früher nicht ja. Das ist, überall haben wir die Dinger, dadurch schlechten Schlaf, [...] der Körper kann nicht mehr so regenerieren wie er das eigentlich bräuchte. Also die Tiefschlafphase kommt zu kurz, in der Tiefschlafphase fängt der Körper an zu regenerieren. Zellreparaturen gehen dahin, wenn das immer und immer zu kurz kommt, passiert irgendwann was Schlimmeres ja" (Probandin 2: 00:10:05).

Auch Probandin 5 empfindet die unsichtbare Strahlenbelastung als sehr bedenklich, da sie in einem Viertel wohnt, wo ganz viele Sendemasttürme stehen. Auch wenn sie sich selbst nicht zu der am stärksten belastenden Gruppe zählt, da sie keine direkten Anzeichen der Belastung spürt, weiß sie, dass diese Türme erwiesenermaßen eine Belastung für die Gesundheit darstellen. Zu einer ähnlichen Einschätzung gelangt auch Proband 7, der seine eigene Gesundheit als nicht besonders gefährdet empfindet, gleichzeitig aber von einer Kollegin erzählt, die auf alle möglichen Lebensmittel Allergien entwickelt hat und er diese Symptome als eine Folge von Klimaveränderung und Umweltverschmutzung deutet.



Besonders betroffen von der Umweltverschmutzung empfindet sich dagegen Probandin 8 und bezeichnet den Umwelteinfluss sogar als "katastrophal" - "von Auspuffgasen angefangen, über Treibhaus, Atomkraftwerke, alles - im Grunde genommen ist die Umwelt im Arsch, sagt auch mein Sohn, sie ist es" (Probandin 8: 00:14:34). Bei Probandin 4 wird in diesem Zusammenhang besonders die Hilflosigkeit gegenüber der Umweltbelastung deutlich: "Vieles können wir ja nun gar nicht kontrollieren. Schadstoffe, die in die Luft gepustet werden, Autoverkehr, Lärm. Das sind Sachen, die können wir nur begrenzt beeinflussen, die belasten Menschen natürlich total stark" (Probandin 8: 00:04:27).

Infolge Ihrer Berufstätigkeit als Krankenschwester hat Probandin 4 viele Krankheiten gesehen, die sich aus der persönlichen Lebensweise entwickelt haben. Sie stellt fest, "dass es ganz viele Erkrankungen gibt, die ich selber zu verantworten habe durch Fehlverhalten über eine ganz, ganz lange Zeit, das ist ja das große Problem, dass unser Organismus wahnsinnig geduldig ist. Der lässt sich 15-20, manchmal 30 Jahre alles Mögliche bieten, aber dann schlägt er zurück" (Probandin 4: 00:03:14). Auch bei Probandin 6 und Probandin 1 stehen die persönlichen Lebensumstände wie z.B. Stress, Druck auf der Arbeit oder falsche Ernährung, sowie die eigene Verantwortung gegenüber sich selbst im Vordergrund - "Nachlässigkeit gegen sich selbst, glaub ich, verursacht immer zu irgendeinem Punkt Krankheit" (Probandin 6: 00:01:28). Probandin 1 spricht auch die Genmanipulation der Lebensmittel an:

"Ich bin auch nicht einverstanden mit diesen ganzen Genmaisfeldern, [...] weil ich die Befürchtung habe, dass Bio-Felder kontaminiert werden von Gen-Feldern. [...] Ich denk auch mal, dass man einer Biene nicht sagen kann, du bist jetzt hier auf einem Genmaisfeld und jetzt gehe bitte nicht zu dem Bio-Bauer, sondern das kann man überhaupt nicht steuern" (Probandin 1: 00:06:01).

Ein weiterer Faktor, der in Bezug auf die Analyse der Gesundheitsgefährdung eine Rolle gespielt hat, war die Frage nach der Verantwortung für die o.g. Umweltprobleme. Wie vermutet, betrachten die Befragten die Umweltproblematik aus einer globalen Perspektive. Auch wenn es wichtig ist, dass jeder einzelne etwas tut und darauf achtet, ressourcenschonend zu leben, so können viele Probleme, die aufgrund der industriellen Massenproduktion entstehen, nur durch staatliche Steuerung gelöst werden. Dieser komplexe sich

dem Einzelnen entziehende Zusammenhang zwischen Mensch, Industrie und Staat wird besonders anhand der folgenden Aussagen deutlich:

"Es ist immer die Politik als erstes, ich kann im Einzelnen für mein Umfeld sorgen, aber ein Umdenken des jeden Einzelnen ist gefordert, denn wir müssen alle verzichten, um die Umwelt zu schützen. Verzicht ist etwas, was keiner gerne machen will, aber dennoch sind es Gesetzesordnungen, die das schneller vorantreiben würden" (Probandin 3: 00:08:50).

"Ich glaub es sind zum einen einfach die Industrie, die eben viele verschiedene Sachen herstellt, allerdings auch einfach durch das was wir in unserem Leben kaufen, brauchen, benötigen. Überall dadurch entsteht Schmutz, Lärm und Gestank. D.h. der Lastwagen, der meine Biolebensmittel in den Supermarkt bringt, auch der verursacht Lärm, Gestank und Schmutz. Also das ist, das bedingt sich ein bisschen [...]. Im Endeffekt Industrie, aber auch ich selbst, ich fahr selber Auto, also" (Probandin 6: 00:06:03).

"Man muss ja sehen, wenn man, ich sag mal die normale Milch kauft, ist man ja schon fast aktiv daran beteiligt den Regenwald zu zerstören. Ja das sind ja diese globalen Zusammenhänge, die der Hammer sind und die eigentlich nur Menschen bewusst sind, die sich damit beschäftigen und das ist eine sehr, sehr komplexe Geschichte" (Probandin 2: 00:31:47).

Besonders auffällig wird beim letzten Interviewzitat das Bewusstsein für einen globalen Verweiszusammenhang - aufgrund globaler Zusammenhänge, geht Probandin 2 davon aus, dass sie mit ihrem persönlichen Handeln in der Lage ist, weltweite Auswirkungen hervorzurufen (vgl. Beck 1995: 13).

Zusammenfassend lässt sich bei dieser Kategorie festhalten, dass fast jeder Teilnehmer glaubt, dass die eigene Gesundheit momentan durch Umweltprobleme belastet wird. Bei der genauen Nachfrage, durch welche Faktoren die Gesundheit belastet wird, führen sie Luftverschmutzung, (Elektro-)Smog sowie damit zusammenhängende Schadstoffe in Lebensmitteln an. Als weitere mögliche Belastungen werden die persönliche Lebensführung, teilweise gesellschaftlich erzeugte -umstände, vielmehr aber globale, komplexe Zusammenhänge sowie die persönliche Verfassung erwähnt. Darüber hinaus ist deutlich geworden, dass die Interviewpersonen eine globale Verantwortung für die Umwelt wahrnehmen. Allerdings ist es nicht ausreichend, wenn jeder Einzelne etwas für die Umwelt tut. Um globale Probleme bekämpfen zu können, muss die Erhaltung der Umwelt zu einer Frage der Politik und Industrie werden.

### Subjektives Verantwortungsgefühl für die eigene Gesundheit

Ein wichtiger Befund über alle Interviewpartner hinweg besteht in folgender Einschätzung: Die Gesundheit liegt zum größten Teil in der persönlichen Verantwortung und soll nur durch die Rahmenbedingung vom Staat unterstützt werden. Gesundheit, und da sind sich alle Interviewpartner einig, ist etwas, das jeden Einzelnen persönlich betrifft und eindeutig in den Verantwortungsbereich des Einzelnen fällt. Die Vorstellungen hinsichtlich der Rollen- und Verantwortungsverteilung zwischen staatlichen Institutionen bzw. Regulierungen (Krankenkasse) und eigener Verantwortlichkeit kommen in diesen Aussagen besonders prägnant zum Vorschein:

"Also die ganze Gesundheitsreform müsste dahingehend verbessert werden [...], dass man sagt, die Menschen die mehr für sich, auf sich aufpassen, auf sich achten, bewusst damit umgehen, ne, dass die einfach auch günstigeren Beitrag zahlen, als die ja, die Alkohol trinken, die kein Sport machen, die rauchen, übergewichtig sind ja, also eine Versicherung anbieten, wo jeder nach seinen eigenen Bedürfnissen sich einstufen kann, wie eine Autoversicherung [...], also auch von staatlicher Seite das regeln, dass da, dass die Menschen wirklich mal spüren, dass sie nicht ihre Gesundheit über Krankenschein und an der Arztpraxis abgeben können" (Probandin 2: 00:04:08).

"Ich finde auch die Krankenkassen, dass da geht so viel Geld für Dinge raus, dass die Allgemeinheit bezahlen muss, weil Leute unvorsichtig mit Ihrem Körper umgehen. [...] Man sollte nicht zu viel in die Hände des Staates legen, also der Staat soll schon den Schutz bieten, dass niemand ohne Krankenversicherungsschutz ist ja, und dass jeder behandelt wird, wenn er krank ist. Das ist auf jeden Fall eine Grundvoraussetzung, so ganz nach der Bismarckschen Sozialgesetzgebung. Aber im Grunde kann ich nicht immer auf den Staat verweisen und sagen der Staat muss, sondern ich muss schon selbst" (Probandin 1: 00:03:13).

"Ich glaub darin ist man schon auch auf sich selber angewiesen. Es gibt natürlich eine Versicherung, um die Gesundheit, die Rahmenbedingungen der Gesundheit zu schützen, nichts desto trotz liegt die Gesundheit eines jeden Menschen, soweit man nicht eine unheilbare Krankheit bekommt oder Erbkrankheiten hat, liegt es in der Hand eines jeden einzelnen" (Probandin 3: 00:02:35).

Diese Meinung teilt auch Probandin 6, indem sie sagt, dass es zwar unerlässlich ist, dass jeder eine medizinische Grundversorgung in Form der staatlichen Krankenversicherung erhält, doch grundsätzlich ist jeder Mensch auch in hohem Maße für sich selbst verantwortlich und muss auf sich selbst aufpassen.

Probandin 5 äußert sich besonders kritisch gegenüber den staatlichen Rahmenvorgaben. Sie ist der Meinung, dass der Staat eigentlich nur die wirtschaftlichen Interessen verfolgt

und sich von dem Einfluss der Pharmaindustrie leiten lässt. Die meisten Menschen aber verlassen sich auf die staatlichen Empfehlungen und haben infolge dessen Angst eigenverantwortlich zu handeln. Sie glaubt, dass es besser wäre, wenn die Menschen ihrem eigenen Gefühl folgen würden "und wenn sie sich bewusst ernähren und fit sind, auch davon ausgehen, dass sie nicht krank werden, auch nicht unbedingt die Schweinegrippe kriegen. Und ich denke das hat was mit persönlichen Bewusstsein zu tun und mit dem Gefühl, dass ich für mein Körper verantwortlich bin und nicht jemand anders, kann ja gar nicht sein eigentlich" (Probandin 5: 00:03:52). Auch für Probandin 8 steht die Eigenverantwortung im Vordergrund - in erster Linie in Form der Achtsamkeit gegenüber dem Körper. Wenn man krank wird, sollte man sich in erster Linie fragen, welche Ursachen der eigenen Lebensführung einem Symptom zugrunde liegen. Die Menschen dagegen übergeben ihre Gesundheit an den Arzt, und nehmen jahrelang Medikamente ein, statt einmal zu überlegen "was hat es zu bedeuten, dass ich jetzt krank bin, warum tut mir jahrelang der fuß weh, warum das und warum dieses" (Probandin 8: 00:12:10).

An dieser Stelle kann festgehalten werden, dass die Eigenverantwortung bei allen Teilnehmern als sehr hoch eingestuft wird. Ab einem bestimmten Alter sollte jeder in der Lage sein auf sich selbst zu achten und ein Gefühl dafür entwickeln, was der persönlichen Gesundheit schaden bzw. nutzen kann. Die gesundheitlichen Probleme sollen nicht 'beim Arzt abgegeben werden', denn kein Arzt ist in der Lage für einen ungesunden Lebensstil die Verantwortung zu übernehmen. Daher ist es besonders wichtig ein Gespür für den eigenen Körper zu entwickeln, persönliche Bedürfnisse und Gefährdungen früh zu erkennen und proaktiv Vorsorgemaßnahmen zu treffen. Wie sich dieser hohe Stellenwert der Eigenverantwortung nun auf das Handeln der interviewten Personen auswirkt, wird im nächsten Abschnitt dargestellt.

### Gesundheitsverhalten - Strategien und Folgen der Verantwortungsübernahme

Einen ersten Hinweis auf die gesundheitsfördernde Wirkung von Ernährung liefert Probandin 3, die "am eigenen Leib" erlebt hat, dass man über eine ausgewählte Ernährung nicht nur die Schmerzen lindern, sondern auch die Blutwerte verbessern kann (Probandin 3: 00:13:27). Angesichts der vorhandenen Umweltprobleme, auf die sie nur bedingt Einfluss nehmen kann, will sie zumindest über eine ausgewählte Ernährung mit Bio-

Produkten Ihrem Körper etwas Gutes tun: "Ich will mir nicht noch zusätzlich schaden" (Probandin 3: 00:11:23). Und führt in diesem Zusammenhang weiter aus: "Also ich hab ein besseres Körpergefühl, weil ich mich gesünder ernähre und weniger Schmerzen habe, als vorher mit der schnellen Ernährung" (Probandin 3: 00:33:30).

Für Probandin 1 hat die Ernährung in erster Linie etwas mit "Körperbewusstsein" und "Selbstbewusstsein" zu tun; "dass man einfach weiß, einfach das Gefühl haben, ich will keinen Schrott essen. Mein Körper zeigt mir das auch an, wenn ich dann mal eine Pizza gegessen hab, das mir das super schwer im Magen liegt und da bin ich eigentlich auch froh, dass ich eine ganz gute Wahrnehmung hab, was ich denn gerade so gegessen hab" (Probandin 1: 00:10:45). Besonders deutlich wird der positive Einfluss der Ernährung auf den Körper und die Gesundheit bei Probandin 2, die der Meinung ist, dass die Ernährung für die Gesundheit das wichtigste überhaupt ist. Auf die Frage ob man durch Ernährung die Gesundheit bewahren kann, antwortet sie dementsprechend:

"Ja, absolut, man ist, was man isst; ich wiederhole mich da ja. Es ist absolut, ja der Darm, der bekommt diese Sachen ja dann ab, der verteilt alles und wenn der gut funktioniert, dann funktioniert auch sehr viel [...] das ist Gesundheit. [...] Und wir sind einfach höheren Belastungen ausgesetzt, sprich die Schlafplatzproblematik, sprich die Stressfaktoren - wir sind in der Welt, wo die ganze Informations- alles dreht sich schneller. Wir kriegen Informationen ohne Ende ja, Internet, Nachrichten - das gab's auch früher nicht. Jeder hat einen ziemlich hohen Stresslevel, den er zu bewältigen hat. Dafür braucht der Körper einfach auch ohne Ende Vitalstoffe, denn die ganzen Sachen, die in der Luft sind, die wir übers Wasser mitkriegen ja, da muss der Körper ohne Ende entgiften. Dafür braucht der Körper Vitalstoffe. Darum Ja! Eine gesunde und bewusste Ernährung ist ganz klar gesunderhaltend" (Probandin 2: 00:12:56).

Auch die anderen Interviewten versuchen über die Ernährung einen Einfluss auf die Gesundheit des Körpers zu nehmen. Mit einer ausgewählten Ernährung will z.B. Probandin 5 sich und ihrem Körper an erster Stelle was Gutes tun. So kauft sie möglichst naturbelassene Nahrungsmittel und viele frische Produkte, um sich vor dem "Chemiecocktail" der Massenproduktion zu retten (Probandin 5: 00:80:30). Auch Proband 7 achtet auf ausreichend Obst und Gemüse und versucht, soweit die Zeit es zulässt, seine Mahlzeiten frisch zuzubereiten. Probandin 6 stellt besonders im Winter einen positiven Einfluss von "Vitaminbomben" auf ihre Gesundheit: "Ich merk zumindest immer den Unterschied, in Zeiten in denen ich genügend Obst esse, werde ich nicht krank, wenn ich nicht genügend Obst esse kriege ich irgendwann meine Erkältung" (Probandin 6: 00:14:33). Und Proband-

din 8 ernährt sich aus diesem Grund seit Jahren nach der Fünf-Elementen-Methode (vgl.: [www.fuenf-elementernaehrung-ev.de](http://www.fuenf-elementernaehrung-ev.de)), um Ihren Körper in einem harmonischen Gleichgewicht zu halten.

Als Ernährungsberaterin ist Probandin 4 ebenfalls davon überzeugt, dass man über die Ernährung, einen Einfluss auf die Gesundheit nehmen kann: "wenn ich mich immer mit allen Vitalstoffen, die ich benötige versorge, wenn ich möglichst wenig Giftstoffe zu mir nehme, dann kann ich damit auch meine Gesundheit positiv beeinflussen", so dass zumindest ernährungsbedingte Krankheiten wie Diabetes oder Gicht präventiv verhindert werden können (Probandin 4: 00:09:00). In diesem Zusammenhang wird auch die Erziehung der Kinder angesprochen, die frühzeitig lernen müssen, welche Faktoren im Leben bestimmte Krankheiten fördern bzw. hemmen können. Dazu äußert sich z.B. Probandin 2 wie folgt: "man müsste früh ansetzen, im Kindergarten ja, in der Schule, den Kindern wirklich beibringen wie man sich gesund ernähren kann, über Kochkurse, über Ernährungsempfehlungen, ja, dass es wirklich ein Unterrichtsfach wird" (Probandin 2: 00:04:08).

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass in Fragen der Gesundheitsvorsorge, der Ernährung eine wichtige Bedeutung zugesprochen wird. Die meisten InterviewteilnehmerInnen versuchen bewusst auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung zu achten, um einen positiven Einfluss auf den Körper zu haben. Die richtige Ernährung bedeutet nicht mehr nur reine Nahrungsaufnahme, sondern in erster Linie Gesundheitsförderung. Bestimmten Lebensmitteln kommt in diesem Zusammenhang eine gesundheitsfördernde Bedeutung zu. Dieser Effekt zeigt sich jedoch nicht unmittelbar während der Nahrungsaufnahme, sondern ist eher als eine Vorsorgemaßnahme zu interpretieren.

### **Zusammenfassung der empirischen Befunde**

Über alle Interviewten hinweg wird der Körper als ein untrennbarer Teil der persönlichen Identität wahrgenommen. Diese Feststellung bestätigt zunächst die Annahme, dass der Körper, als ein Teil der Persönlichkeit, ebenfalls von gesellschaftlichen Strukturen und Trends beeinflusst wird. Sowohl im Privatleben, als auch in der Berufssphäre wird der Körper als ein wichtiges Symbol menschlicher Interaktion wahrgenommen, über den man

nicht nur sich selbst, sondern auch andere Menschen wahrnimmt. Ein attraktiver Körper wird in der Regel mit positiven Charaktereigenschaften verbunden. Des Weiteren wird auch das persönliche Wohlbefinden zunehmend über einen gesunden und fitten Körper hergestellt, der nicht mehr als ein unausweichliches Schicksal hingenommen wird, sondern als eine Option, auf die man bewusst Einfluss nehmen kann oder in manchen Fällen sogar muss. Besonders im Hinblick auf Körperarbeit wurde deutlich, dass seitens der interviewten Bio-Konsumenten etliche Anstrengungen unternommen werden, um den für sich perfekten Körper herzustellen.

Als besonders aufschlussreich hat sich im Kontext der Individualisierung die Analyse der Einstellungen zur Gesundheit ergeben. Bei allen interviewten Bio-Konsumenten dominiert eindeutig die Meinung, dass Gesundheit ein körperliches und seelisches Wohlbefinden bedeutet und nicht nur bloße Abwesenheit von Krankheiten ist. Die Begriffe Lebenszufriedenheit, Glück und Erfolg werden in einen direkten Zusammenhang mit der körperlichen Gesundheit gebracht. Diese allgemeine Aufwertung der Gesundheitsvorstellungen wird begünstigt durch eine ausgeprägte Wahrnehmung der Gesundheitsgefährdung, insbesondere durch die ökologischen Umweltprobleme. Eine genauere Analyse zeigt, dass insbesondere die globalen Umweltprobleme wie Elektromog oder Luftverschmutzung als Quelle starker körperlicher Belastung wahrgenommen werden, während die direkten Umwelteinflüsse wie z.B. Wohnlage oder persönliche Lebensumstände eine eher untergeordnete Rolle spielen. Als weitere Belastungen werden Chemikalien und Schadstoffe in Lebensmitteln genannt, auf die auch Allergien und andere (ernährungsbedingte) Erkrankungen zurückgeführt werden.

Wird der Frage nachgegangen wer für die Erhaltung der Umwelt verantwortlich ist, so wird schnell klar, dass die Verantwortung für die globalen Probleme nicht nur allein bei der Industrie oder dem Staat liegt, sondern dass auch jeder Einzelne in der Pflicht ist für die Erhaltung der Umwelt zu sorgen. Dies deutet darauf hin, dass die Interviewten sich selbst mitverantwortlich fühlen und davon ausgehen, dass in einer globalisierten Welt auch alltägliche Handlungen weltweite Folgen verursachen können. Diese Wahrnehmung der Eigenverantwortung wirkt sich allerdings insbesondere im persönlichen Gesundheitsverhalten aus. Alle interviewten Bio-Konsumenten vertreten die Meinung, dass man im Sinne

der Allgemeinheit die Verpflichtung hat, für seine eigene Gesundheit zu sorgen. Angesichts angesprochener Umweltprobleme wird versucht zumindest im privaten Umfeld für einen Ausgleich zu sorgen. Dabei rückt der eigene Körper immer mehr in den Mittelpunkt des Interesses, nicht zuletzt, weil Gesundheit heute verstärkt an ein attraktives Äußeres und weiterer Faktoren (Fitness) gekoppelt wird, die als gesellschaftliche Erwartungen antizipiert werden.

Im Rahmen der Analyse ist ein weiterer Faktor deutlich geworden, der auf einen Zusammenhang zwischen Individualisierung und Bio-Konsum hindeutet. So erwähnen alle Bio-Konsumenten, dass sie sich intensiv mit dem Thema Gesundheit beschäftigen. Auffällig dabei ist, dass die interviewten Personen nicht als passive Empfänger von Informationen auftreten, sondern sich aktiv mit gesundheitlichen Themen beschäftigen. Gleichzeitig sind sich alle Bio-Konsumenten einig, dass die Bereitschaft sich mit solchen Themen auseinanderzusetzen und ein verantwortungsvolles Leben zu führen, weniger von der Höhe des Einkommens, sondern vom eigenen Selbstverständnis, Selbstbewusstsein, sowie der Eigenmotivation abhängt.

Alle Ergebnisse deuten darauf hin, dass die Vorliebe für Bio-Produkte eine Folge von veränderten Körper- und Gesundheitsvorstellungen darstellt. Die große Sorge um die eigene Gesundheit, bedingt durch Umwelt- und Gesundheitsrisiken, korrespondiert mit dem Wunsch nach einem fitten und gesunden Körper und findet ihren Halt in der Verwendung biologischer Lebensmittel, mit denen man nicht nur der Eigenverantwortung, sondern auch der Verantwortung gegenüber der Umwelt und antizipierten allgemeinen Erwartungen gerecht wird. Zugleich zeigen sich deutliche Merkmale von Individualisierung und Subjektivierung, insofern im Verhältnis zwischen individuellen Leistungen und gesellschaftlich bedingten Rahmenbedingungen, die Verantwortungszuschreibungen verstärkt dem Individuum gelten.

## **Fazit**

Das Hauptziel dieser Untersuchung bestand in der Beantwortung der Frage in welcher Form der heutige Bio-Konsum auf den gesellschaftlichen Prozess der Individualisierung



zurückgeführt werden kann. Da die Individualisierungstheorie jedoch in erster Linie gesellschaftliche Entwicklungen betrachtet und weniger auf die subjektive Wahrnehmung Einzelner eingeht, sollte hier der mögliche Zusammenhang zwischen Individualisierung und Bio-Konsum auf Grundlage körpersociologischer Annahmen untersucht werden. Infolge von Individualisierungstendenzen werden die Menschen weitestgehend auf sich selbst gestellt. Es fehlen klassische Strukturen und Werte, weshalb Menschen gezwungen sind sich neue Identifikationsmerkmale zu suchen. Vor diesem Hintergrund rückt der Körper immer mehr in den Mittelpunkt des menschlichen Bewusstseins. Als letzte sichere Identitätsressource wird der eigene Körper zum Objekt der bewussten Gestaltung, der Körper wird zum Ort der Identitätsfindung, zum "Hoffnungsträger par excellence" (Gugutzer 2004: 37). Für die meisten Bio-Konsumenten gehört eine ästhetisierende Einwirkung auf den Körper zum Alltag, wenngleich sie angeben, sich dabei nicht an gesellschaftlich vorgegebene Körperideale zu halten. Ein weiterer Faktor, der den Bio-Konsum begünstigt und als eine Folge der reflexiven Modernisierung gedeutet werden kann, ist das Verhältnis zur Gesundheit. Hier wird Gesundheit zu einer Frage der individuellen Verantwortung. Viele ehemals staatliche Funktionen werden auf die Individuen übertragen und sogar gesellschaftlich verursachte Risiken werden zu Problemen der Selbst(vor)sorge.

## Literatur

- AC Nielsen GmbH (Hrsg.) (2006): Trendnavigator „BIO“. Unter: [http://de.nielsen.com/pubs/documents/ACNielsen\\_TrendNavigator\\_Bio.pdf](http://de.nielsen.com/pubs/documents/ACNielsen_TrendNavigator_Bio.pdf), Zugriff am 27.10.2009.
- Alkemeyer, Thomas (2007): Aufrecht und biegsam. Eine Geschichte des Körperkults. In: BPB (Hrsg.), S. 6 - 18.
- Barlösius, Eva (1993): Anthropologische Perspektiven einer Kultursoziologie des Essens und Trinkens. In: Wierlacher, Alois (Hrsg.): Kulturthema Essen. Ansichten und Problemfelder, Berlin: Akad.-Verl., S. 85-103.
- Beck, Ulrich (1986): Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne, Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Beck, Ulrich (1995): Eigenes Leben. Skizzen zu einer biographischen Gesellschaftsanalyse. In: Beck, Ulrich / Vossenkuhl, Wilhelm / Erdmann Ziegler, Ulf: Ausflüge in die unbekanntere Gesellschaft, in der wir leben. München: C.H.Beck, S. 9-16.
- Beck, Ulrich / Beck-Gernsheim, Elisabeth (1994): Individualisierung in modernen Gesellschaften - Perspektiven und Kontroversen einer subjektorientierten Soziologie. In: Beck, Ulrich / Beck-Gernsheim, Elisabeth (Hrsg.): Riskante Freiheiten, Frankfurt am Main: Suhrkamp, S. 9-36.
- Beck-Gernsheim, Elisabeth (1994): Gesundheit und Verantwortung im Zeitalter der Gentechnologie. In: Beck, Ulrich / Beck-Gernsheim, Elisabeth (Hrsg.): Riskante Freiheiten, Frankfurt am Main: Suhrkamp, S. 316-335.
- Bette, Karl-Heinrich (1993): Sport und Individualisierung. In: Spectrum der Sportwissenschaften, 5.Jg, H. 1, S. 34-55.
- Bette, Karl-Heinrich (2001): Körper, Sport und Individualisierung. In: von Randow, Gero (Hrsg.): Wie viel Körper braucht der Mensch, Hamburg: edition Körper-Stiftung, S. 88-100.
- BMVEL (Hrsg.) (2008): Ökobarometer 2008. Unter: [http://www.oekolandbau.de/fileadmin/redaktion/dokumente/journalisten/publikationen/OEkoobarometer\\_Ergebnisse\\_2008\\_barrierearm.pdf](http://www.oekolandbau.de/fileadmin/redaktion/dokumente/journalisten/publikationen/OEkoobarometer_Ergebnisse_2008_barrierearm.pdf), Zugriff am 27.10.2009
- BNN (Hrsg.) (2003): Trendbericht - Die Naturkostbranche zwischen BSE und Nitrofen - Zahlen und Fakten 2002, BNN, Köln. Unter: <http://www.nbnn.de/phpserve/input/pdf/Trendbericht.pdf>, Zugriff am 17.10.2009
- Bourdieu, Pierre (1987): Die feinen Unterschiede: Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- BPB (Hrsg.) (2007): Aus Politik und Zeitgeschichte. Körperkult und Schönheitswahn. Beilage zur Wochenzeitung "Das Parlament", 18/2007, 30. April 2007. Unter: <http://www.das-parlament.de/2007/18/Beilage/index.html>, Zugriff am 13.02.2009
- Brandl-Bredenbeck, Hans Peter (1999): Sport und jugendliches Körperkapital. Aachen u.a.: Meyer&Meyer, S. 21-32.
- Brigitte/G+J (Hrsg.) (2002): Was bedeutet Ihnen Schönheit? Hamburg: Gruner+Jahr AG. Unter: [http://www.gujmedia.de/\\_content/20/56/205688/brigitte\\_schoenheit\\_2002.pdf](http://www.gujmedia.de/_content/20/56/205688/brigitte_schoenheit_2002.pdf), Zugriff am 13.02.2009
- Bruhn, Mareike (2001): Verbrauchereinstellungen zu Bioprodukten - Der Einfluß der BSE-Krise 2000/2001, Arbeitsbericht Nr. 20, Institut für Agrarökonomie der Universität Kiel, Kiel. Unter: <http://www.unikiel.de/agrarmarketing/VERSION5.PDF>, Zugriff am 27.10.2009

- Degele, Nina (2007): Schönheit - Erfolg - Macht. In: BPB (Hrsg.) (2007), S. 26-32.
- Flick, Uwe (2009): Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Gebauer, Gunter (1982): Ausdruck und Einbildung. Zur symbolischen Funktion des Körpers. In: Kamper, Dietmar (Hrsg.): Die Wiederkehr des Körpers, Frankfurt am Main: Suhrkamp, S. 313-330.
- Giddens, Anthony (1993): Wandel der Intimität, Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Gugutzer, Robert (2004): Soziologie des Körpers, Bielefeld: Transcript
- Gugutzer, Robert (2007): Körperkult und Schönheitswahn - Wider den Zeitgeist. In BPB (Hrsg.) (2007), S. 3-6.
- Imhof, Arthur E. (1984): Die verlorenen Welten. Alltagsbewältigung durch unsere Vorfahren - und weshalb wir uns heute so schwer damit tun. (1. Aufl.) München: Beck.
- Junge, Matthias (2002): Individualisierung, Frankfurt am Main: Campus Verlag GmbH.
- Kikbusch, Ilona (2006): Die Gesundheitsgesellschaft. Megatrends der Gesundheit und deren Konsequenzen für Politik und Gesellschaft, Werbach-Gamburg: Verlag für Gesundheitsforschung.
- Meier-Ploeger, Angelika (1993): Innere Wertigkeit von Öko-Produkten. In: Hillebrecht (Hrsg.): Wein aus ökologischem Anbau. Das schlüssige Produkt. Alternative Konzepte. Verlag C.F. Müller, Karlsruhe, S. 39 – 50.
- Nestlé Deutschland AG (Hrsg.) (2009): So is(s)t Deutschland. Ein Spiegel der Gesellschaft. Nestle Studie 2009, Frankfurt am Main: Nestlé Deutschland AG und Deutscher Fachverlag GmbH.
- Rittner, Volker (1982): Krankheit und Gesundheit. Veränderungen in der sozialen Wahrnehmung des Körpers. In: Kamper, Dietmar (Hrsg.): Die Wiederkehr des Körpers, Frankfurt am Main: Suhrkamp, S.40-52.
- Rittner, Volker (1999): Körper und Identität. Zum Wandel des individuellen Selbstbeschreibungsvokabulars in der Erlebnisgesellschaft. In: Homfeldt, Hans Günther (Hrsg.): ‚Sozialer Brennpunkt‘ Körper, Band 2. Hohengehren: Schneider Verlag.
- Rittner, Volker / Mrazek, Joachim (1986): Neues Glück aus dem Körper. In: Psychologie Heute 13.11, S. 54-63.
- Schroer, Markus (Hrsg.) (2005): Soziologie des Körpers, Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Setzwein, Monika (2004): Ernährung-Körper-Geschlecht. Zur sozialen Konstruktion von Geschlecht im kulinarischen Kontext, Wiesbaden: VS, Verl. für Sozialwiss.
- Turner, Bryan S. (1984): The Body and Society, Oxford: Blackwell.
- Villa, Paula-Irene (2007): Der Körper als kulturelle Inszenierung und Statussymbol. In: BPB (Hrsg.) (2007), S. 18-26.
- von Ferber, Christian (1980): Ernährungsgewohnheiten. Zur Soziologie der Ernährung. In: Zeitschrift für Soziologie, Jg. 9, Heft 3, Juli 1980, S. 221-235.
- Weiss, Walpurga (2007): Gesundheit. In: Ernährungsalltag im Wandel. Chancen für Nachhaltigkeit, Wien: Springer Verlag.
- ZMP (Hrsg.) (2002): Wie viel Bio wollen die Deutschen? Marktstudie, Bonn.
- Zukunftsinstitut GmbH (Hrsg.) (2006): Green Markets. Wie das gesunde Essen die Food-Märkte umkrempelt. Trends, Thesen und Analysen. Kelkheim.