



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

Der Mann und sein Fleisch - Hat Fleisch ein Geschlecht?

Eine qualitative Analyse zu dem Thema Männlichkeit und Fleischkonsum

verfasst von / submitted by

Caroline STEFAN, BA

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements

Master of Arts (MA)

Wien, 2022 / Vienna 2022

Studienkennzahl lt. Studienblatt /

UA 066 810

degree programme code as it appears on
the student record sheet:

Studienrichtung lt. Studienblatt /

Masterstudium Kultur- und Sozialanthropologie

degree programme as it appears on
the student record sheet:

Betreut von / Supervisor:

ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. Hermann Mückler

Danksagungen

Ich möchte diese Masterarbeit den wichtigsten Menschen in meinem Leben widmen, welche mich seit Jahren unterstützen und mir diese Ausbildung erst ermöglicht haben – meiner Mutter Sigrid, meiner Tante Sieglinde und meiner Schwester Patricia.

Die fürsorgliche Liebe meiner Mutter und das offene Ohr meiner Schwester, sowie meiner Tante, welche die Rolle meiner zweiten sozialen Mutter in den letzten zehn Jahren eingenommen hat, sind wesentliche Bestandteile meines persönlichen Erfolges. Ihr Optimismus und unser familiärer Zusammenhalt waren die wichtigste Unterstützung, um dieses Studium absolvieren zu können.

Auch meine Freundinnen haben mich auf der Reise dieser Masterarbeit und während des gesamten Studiums begleitet, jeden Erfolg mit mir gefeiert und mit mir im Himmel die richtungsweisenden Sterne gesucht.

Nicht zuletzt gebührt ein spezieller Dank meiner Freundin Nicole, welche mich immer bedingungslos unterstützt hat.

Vielen Dank für eure Unterstützung!

Auch ein herzliches Dankeschön an Professor Hermann Mückler, welcher mir die Freiheit gab, mich wissenschaftlich mit meinem Herzensthema auseinanderzusetzen.

Vorwort

Die vorliegende Masterarbeit behandelt die Fragestellung „Inwiefern wird Männlichkeit mit Fleischkonsum in Zusammenhang gebracht und wie werden betroffene männliche, vegane bzw. vegetarische Männer und ihre „Männlichkeit“ in der Gesellschaft in Österreich gesehen?“. Diese Frage wurde durch eine qualitative Forschung anhand von halbstrukturierten Leitfadeninterviews mit Männern durchgeführt, welche sich ohne Fleisch ernähren und Männern, welche Fleisch zu ihrem Speiseplan zählen. Da ich mich selbst vegan ernähre, lag mir die Beleuchtung dieses Themas sehr am Herzen.

Der Entscheidung, bewusst auf Fleisch zu verzichten passiert in Österreich immer öfter. Trotzdem sinkt der Fleischkonsum prozentuell gesehen nur wenig. Größtenteils ist der weibliche Teil der Bevölkerung für den Verzicht des Verzehrs von Fleisch verantwortlich. In vielen Bereichen des Lebens werden gesellschaftliche Geschlechterrollen verteilt, dies betrifft auch das Ernährungsverhalten. In dieser Arbeit wird ein Einblick auf die männliche Sichtweise von Männlichkeit und Veganismus gewährt. Die Definition von Männlichkeit ist gesellschaftlich konnotiert und wird auch mit Fleischkonsum, Stärke und Unterdrückung von Emotionen in Verbindung gebracht.

Der Vegetarismus und Veganismus wird jedoch immer beliebter und findet auch bei Männern mehr Ansehen. Trotzdem fühlen sich männliche Vegetarier und Veganer marginalisiert und geraten immer wieder vor allem von männlichen Fleischkonsumenten unter Kritik wegen ihres Lebensstils. Auch müssen sie sich öfters für ihren fleischlosen Konsum rechtfertigen und ihr „Geschlecht“ unter Beweis stellen. Obwohl gesundheitliche sowie umweltschädigende Folgen in Zusammenhang mit Fleisch stehen, und diese den Fleischkonsumenten auch bewusst sind, wird nicht darauf verzichtet, da dies ein Teil der eigenen Individualität darstellt. Um dieses Klischee zu ändern, müssten gesellschaftliche Normen und Generalisierungen verändert werden. Das Argument, dass Männer Fleisch brauchen, um Muskeln und Stärke aufzubauen, wurde durch die empirische Forschung widerlegt. Geschlechterrollen werden durch soziale Netzwerke und Medien reproduziert, könnten zukünftig aber diese starren Rollenbilder auch verändern.

Inhaltsverzeichnis

Danksagungen	1
Vorwort.....	2
1. Einleitung	6
1.1. Themenbereich und Forschungsfrage	7
1.1.1. Themenbereich	7
1.1.2. Forschungsfragen	8
1.2. Eigene Position im Veganismus	9
1.3. Zugang.....	11
1.4. Methodenwahl.....	11
1.4.1. Komplikationen.....	12
1.5. Selbstdarstellung und Fremdzuschreibung.....	13
2. Begriffserklärung der verschiedenen Ernährungsformen	15
2.1. Mischköstler*innen	15
2.1.2. Ketogene Ernährung	16
2.2. Flexitarier*innen	16
2.3. Vegetarier*innen	17
2.4. Veganer*innen	18
3. Fleischkonsum und Vegetarismus.....	20
3.1. Frühe Stadien des Fleischkonsums.....	20
3.2. Der Ursprung des Vegetarismus	22
4. Was ist Männlichkeit?.....	23
4.1. Erste Ansätze der Männlichkeitsforschung.....	23
4.2. Konstrukt des Begriffes „Männlichkeit“	25
4.2.1. Toxische Männlichkeit	27
4.3. Dichotomie zwischen „Männlichkeit“ und „Weiblichkeit“.....	29
5. Patriarchale Verbindungen	31
5.1. Der Mann und sein Fleisch.....	31
5.2. Fleischkonsum derzeit und die Auswirkungen von Covid-19	33

5.3.	Veganismus als Problemlösung für Alles?	36
5.4.	Einfluss der Medien.....	37
6.	Ergebnisse der Inhaltsanalyse.....	39
6.1.	Gründe für Veganismus und Vegetarismus	39
6.1.1.	Veganismus als Lebenseinstellung	41
6.2.	Gründe für eine Ernährung mit Fleisch	43
6.3.	Komplikationen bei der Ernährungsumstellung.....	44
7.	Gemeinsamkeiten der Definition von Männlichkeit bei den verschiedenen Ernährungsformen.....	45
7.1.	Stark, stärker, am stärksten - Körperliche Aspekte des Männlichkeitsbildes.....	45
7.2.	Negatives Männlichkeitsbild	47
7.3.	Dichotomie zwischen männlich und weiblich	49
7.4.	Pubertäre Veränderungen	51
8.	Unterschiede der Definition von Männlichkeit bei den verschiedenen Ernährungsformen 52	
8.1.	Was ist wirklich gesund? Mischkost, Vegetarisch oder Vegan.....	53
8.2.	Selbstreflektion der eigenen Männlichkeit	55
8.3.	Zugang zu Bildung	56
9.	Konnex zwischen Fleischkonsum und Männlichkeit	58
9.1.	Äußerliche Einflüsse des Fleischkonsums.....	58
9.2.	Sind Veganer und Vegetarier wirklich weniger männlich?	59
9.2.1.	Konfrontation mit Männlichkeit und Veganismus	60
	<i>"Und was isst du heute? Gras oder Steine?" (Dominik S. Interview Z: 141-142).....</i>	60
9.3.	Dualität zwischen Peripherie und Zentrum	61
10.	Klischee: Männer müssen Fleisch konsumieren	63
10.1.	Ursprung des Klischees	63
10.2.	Fleischkonsum tief verwurzelt in der österreichischen Kultur	65
10.3.	Social Media und Werbung.....	66
11.	Versuche einer Dekonstruktion	68
11.1.	Dokumentarfilme und „Influencer“	69

11.2.	Fleisch- Ersatzprodukte	70
11.3.	Verständnis und Aufklärung.....	71
11.4.	Zukünftig mehr vegane und vegetarische Männer?	72
12.	Vernetzung und Conclusio	74
12.1.	Vernetzung	74
12.2.	Beantwortung der Forschungsfrage	77
12.3.	Conclusio.....	79
	Literaturverzeichnis	81
	Abbildungsverzeichnis.....	87

1. Einleitung

“Eating animals acts as mirror and representation of patriarchal values. Meat eating is the re-inscription of male power at every meal. The patriarchal gaze sees not the fragmented flesh of dead animals but appetizing food. If our appetites re-inscribe patriarchy, our actions regarding eating animals will either reify or challenge this received culture. If meat is a symbol of male dominance then the presence of meat proclaims the disempowering of women”

- Erin McKenna 1996: 47

Essen Männer lieber Fleisch und Frauen lieber Gemüse? Hat Fleisch eine Geschlechterrolle? Gehört Fleisch zum Ernährungsplan eines „richtigen“ Mannes? Wie werden Männer in der Gesellschaft gesehen, die sich fleischlos ernähren? In der vorliegenden Masterarbeit wird anhand von qualitativen Interviews der Aspekt von Geschlecht im Zusammenhang mit Ernährung und das Konstrukt von Männlichkeit genauer untersucht. Die Interviewpartner sind Männer, die sich vegan, vegetarisch oder mit Mischkost ernähren.

Nahrung ist ein großer Teil unserer Gesellschaft und tief verwurzelt in kulturellen und sozialen Handlungen. Der Mensch benötigt Essen und verwendet dies auch zur Formierung der eigenen Identität. Erstmals entstand die Idee einer nachhaltigeren Ernährung in den 1980er Jahren. Als Ziel beabsichtigte man die Ernährungsweise zukünftig nachhaltiger und umweltfreundlicher zu gestalten, wodurch eine Reduktion des Fleischkonsums mit einher geht. Trotzdem wird dabei versucht, die Ernährungssicherung global weiterhin gewährleisten zu können (vgl. Köder 2013:6). Veganismus und Vegetarismus zählt zu den umweltbewussteren Ernährungsformen der heutigen Zeit. Die Produktion von Fleisch birgt einige Schäden für die Umwelt, weswegen sich ein kleiner Prozentsatz der Bevölkerung dazu entschlossen hat, auf den Verzehr von Tieren zu verzichten. Durchschnittlich wird davon ausgegangen, dass 10% der Vegetarier*innen sich vegan ernähren. Genaue Zahlen zu vegan lebenden Menschen in Österreich gibt es bisher nicht. Laut einer Studie von „statista“ im Jahr 2018, leben in Österreich 80.000 Veganer*innen, 765.000 Vegetarier*innen und 4.200.000 Flexitarier*innen. Dies heißt, dass nur 8% der Gesamtbevölkerung in Österreich sich vegan oder vegetarisch ernähren (vgl. Statista). Laut den soziodemografischen Merkmalen dieser Studie ernähren sich vor allem junge, weibliche und gut ausgebildete Personen vegan. Als häufigster Auslöser für die Ernährungsumstellung wurde Massentierhaltung genannt (vgl. Schultz 2021: 1).

1.1. Themenbereich und Forschungsfrage

In diesem Kapitel wird ein kurzer Einblick in das Themenfeld dieser vorliegenden Arbeit gegeben sowie die Forschungsfragen, welche sich mit Männlichkeit und Fleischkonsum auseinandersetzen, vorgestellt.

1.1.1. Themenbereich

In der vorliegenden Arbeit wird ein Einblick über das Themenfeld Veganismus/Vegetarismus und die Bedeutung von Fleischkonsum im Konnex mit Männlichkeit gegeben. Dafür wird der Fokus auf Fleischkonsum in Verbindung mit dem theoretischen Ansatz von „Männlichkeit“, sowie den Ursprung von Fleischkonsum und Vegetarismus gesetzt. Ebenso wird untersucht wie vegan oder vegetarisch lebende Männer sowie Mischköstler dieses Thema selbst erleben. In Bezug auf Nahrung und Gender wird ein kritischer Standpunkt erarbeiten und über die Kontroverse „Fleisch als Produkt der Männlichkeit“ eine Diskussion eröffnet. Das analytische Ziel dieser Arbeit ist es zu untersuchen, ob Männer, abhängig von ihrer Ernährung, Unterdrückung erfahren. „Die Ernährung von Männern und Frauen folgt weniger einer biologischen Bestimmung, sie ist vielmehr ein Resultat gesellschaftlicher Geschlechterrollenerwartungen. So gelten zum Beispiel Fleisch und Alkohol als ‚starke‘ Nahrungsmittel und sind deshalb männlich konnotiert. Obst und Gemüse werden demgegenüber als ‚schwache‘, das heißt weibliche Nahrungsmittel, gesehen“ (Buning-Fesel 2016: 952). Zugeschriebene Geschlechterrollen und das geschlechtsspezifische Ernährungsverhalten spielen bei dieser Thematik eine wichtige Rolle. Verena Fingerling ist der Meinung, dass Fleisch eines der wichtigsten Lebensmittel ist, auch wenn es mit einigen Tabus in Zusammenhang steht. Obwohl der Konsum von Fleisch einige Schattenseiten mit sich bringt, hält die Wertschätzung weiterhin an. Bei einer Ernährungsform ohne Fleisch kommt es immer wieder zu einer „Legitimierung des Nichtverzehr“, und es werden laufende Stellungnahmen zum eigenen Standpunkt erwartet (vgl. Verena Fingerling 2019: 232). Der Lebensmittelgruppe Fleisch wird hier eine besondere Stellung zugeschrieben. Fleisch ist für viele Menschen ein besonders geschätzter Teil der Ernährung, dessen Reduktion oder Weglassen als Verzicht empfunden wird. Jedoch ist die Herstellung im Vergleich zu anderen Lebensmitteln sehr ressourcenintensiv, da große Mengen an Futtermitteln und somit landwirtschaftliche Nutzfläche bereitgestellt werden muss (vgl. Fingerling 2019: 232f). Durch die mediale Aufmerksamkeit des Klimawandels wird

Fleischkonsum immer mehr mit negativen Auswirkungen in Zusammenhang gebracht, wodurch vermehrt ein Umdenken beim Fleischkonsum stattfindet. „Wahrheitsordnungen über Fleisch als Übel und Fleisch als besonders geschätzter und natürlich empfundener Teil der Nahrung geraten in Konflikt. Insgesamt wird die Selbstverständlichkeit von Fleischverzehr infrage gestellt“ (Fingerling 2019: 233). Um die gestellten Forschungsfragen empirisch zu beantworten, wurden neun Interviews mittels eines halbstrukturierten Leitfadenterviews gesammelt und transkribiert. Anschließend erfolgte eine qualitative Auswertung der gewonnenen Daten anhand der Inhaltsanalyse von Mayring. Um die Analyse vergleichbar machen zu können, wurde bei der Leitfadenerstellung für alle Interviews eine ähnliche Fragestellung ausgearbeitet.

1.1.2. Forschungsfragen

Nach einer ausgiebigen Recherche und Eingrenzung des Themenfeldes ergab sich folgende Hauptforschungsfrage:

Inwiefern wird Männlichkeit mit Fleischkonsum in Zusammenhang gebracht und wie werden Männer, die bewusst auf Fleischkonsum verzichten und ihre „Männlichkeit“ von ihnen Selbst als auch von anderen Männern in der österreichischen Gesellschaft gesehen?

Nahrung und Konsum spielen eine wichtige Rolle in vielen Gesellschaften. Vor allem das Essen vernetzt und verbindet Menschen und stellt damit einen wichtigen Teil der sozialen Interaktion dar.

„Frauen achten sehr auf ihr Gewicht, informieren sich über gesunde Ernährung und führen mehr Diäten durch als Männer“ (vgl. Vogelmann 2015: 121). Lebensmittel werden zum Beispiel durch Werbung einem bestimmten Geschlecht unbewusst zugeordnet. Wie ich mich ernähre, hängt auch sehr stark mit dem Habitus sowie der Sozialisation zusammen (vgl. Flick/ Rose 2012: 49).

Die Annahme dabei ist, dass Männer, welche kein Fleisch konsumieren, von der Gesellschaft als weniger „männlich“ betrachtet werden.

Während der empirischen Forschung ist noch eine Subforschungsfrage entstanden, welche sich folgendermaßen definiert:

Wie könnte man dem Klischee „Männer müssen Fleisch essen“ entgegenwirken?

Der Fokus dieser Arbeit liegt somit darauf, das Stigma „Männer müssen Fleisch essen, um männlich zu sein“, zu dekonstruieren. Diese Arbeit kann der veganen Ernährungsform ein Gehör verschaffen und vielleicht die ein oder andere Person zum Nachdenken anregen.

1.2. Eigene Position im Veganismus

In dieser Masterarbeit ist es wichtig, meinen eigenen Zugang zum Veganismus zu inkludieren, um diesen reflektieren zu können. Als Veganerin bin ich nicht unvoreingenommen. Daher ist eine Selbstreflektion wichtig, um die Forschungsergebnisse nicht zu beeinflussen.

Die österreichische Küche, welche bei mir seitdem ich ein kleines Kind war auf den Tisch kam, ist sehr fleischlastig und nur selten gab es vegetarische oder gar vegane Gerichte. Ich habe mir kurz vor meinem Wechsel zum Veganismus spontan die Dokumentation „Cowspiracy“ angesehen. In diesem Film geht es um „die industrielle Viehzucht und die Agrarwirtschaft, welche die Hauptgründe für immensen Wasserverbrauch und hohe Umweltverschmutzung darstellen. Um herauszufinden, weshalb dieser Tatsache so wenig Beachtung geschenkt wird, konfrontieren die Filmemacher namhafte Umweltorganisationen mit unbequemen Fragen. Sie begeben sich aber auch auf die Suche nach nachhaltigen Alternativen, um Lösungsvorschläge zum besseren Schutz der Umwelt anzubieten“ (Cowspiracy). Am Ende dieser Dokumentation war ich sehr schockiert über die jeweiligen Fakten, welche hier präsentiert wurden und setzte mir von nun an als Ziel, vegan zu leben. Ich war schon davor sieben Jahre vegetarisch lebend und habe immer wieder probiert den Sprung zu Veganismus in der Ernährung zu wagen, jedoch habe ich es nie dauerhaft durchgezogen. Seitdem ich vegan lebe, beschäftige ich mich immer mehr mit meiner Gesundheit sowie mit den Folgen des Fleischkonsums. Der Hauptgrund meiner Entscheidung, mich vegan zu ernähren, war einerseits die oben genannte Dokumentation. Andererseits gab es noch einige andere Punkte wie zum Beispiel meine Gesundheit, da übermäßiger Fleisch- und Milchkonsum nicht gesund für den Körper ist, den starken Folgen des Klimawandels und meine persönliche Meinung, kein Tier ausbeuten zu müssen, um mich selbst ernähren zu können. Ich fand es sehr überwältigend zu erfahren, dass die Tierproduktion ein wahnsinniger Ressourcenaufwand ist. So benötigt die Landwirtschaft für die Tierproduktion 70% des globalen Wasserverbrauchs, 10% werden von privaten Haushalten verwendet (vgl. Cowspiracy). Ich denke, dass man auch ohne tierische

Produkte sehr gesund leben kann, wenn man sich vorab ausreichend informiert. Seit der Umstellung meiner Ernährung, vollziehe ich mich regelmäßig einer Vorsorgeuntersuchung, welche auch eine Blutabnahme beinhaltet. Bei diesen Blutwerten achte ich speziell auf meinen B12-Wert, sowie meinen Eisenwert und meine Eisenreserve. Bis heute konnte ich noch keine Mängel feststellen und hoffe, dass es auch in Zukunft so bleiben wird. Meine Ernährungsumstellung war für meinen Freundes- und Familienkreis nur sehr schwer nachvollziehbar. Auf sämtliche tierische Produkte zu verzichten, ist für einige nur schwer verständlich. Die meisten Menschen beschäftigen sich sehr wenig mit diesem Thema, wodurch sie Veganismus als eine „extreme“ Ernährungsform sehen. Vegetarier*innen sind jedoch in unserer Gesellschaft weitestgehend akzeptiert. Laut Schätzung der VGÖ (veganen Gesellschaft Österreich) leben mittlerweile 765.000 Vegetarier und Vegetarierinnen in Österreich (vgl. Schultz 2021:1). Auf alle tierischen Produkte zu verzichten, wird jedoch oftmals als Ding der Unmöglichkeit gesehen. Für mich war es, wie schon oben erklärt, eine Dokumentation, die mich von einem Tag auf den anderen zu einer veganen Ernährung gebracht hat. Da ich dann auch nicht genau wusste was ich ab jetzt kochen kann, konsumierte ich Fleischersatzprodukte und ernährte mich anfangs eher ungesund. Mit der Zeit stieß ich auf leckere, vegane Gerichte, die keine verarbeiteten Produkte enthalten. Die sogenannten Ersatzprodukte habe ich in späterer Folge nicht mehr konsumiert. Nicht nur bei der Ernährung, sondern auch bei alltäglichen Entscheidungen, spielt der Veganismus eine wichtige Rolle in meinem Leben. Auch verzichte ich auf Produkte wie Kleidung, welche aus Leder, Pelz, Wolle, Daunen oder Seide bestehen sowie Kosmetikartikel, die tierische Inhaltsstoffe enthalten oder tierisch getestet wurden. Der ethische Aspekt ist für mich auch ein wichtiger Punkt, welcher meine Einstellung zum Veganismus beeinträchtigt hat. Auch der Jagd und dem Angeln stehe ich mit einer ablehnenden Haltung gegenüber. Da ich selbst nun schon länger vegan lebe, war meine Forschung sehr stark von meinem persönlichen Interesse an diesem Thema motiviert.

1.3. Zugang

Der Forschungszugang wurde über zwei verschiedene Wege ermöglicht. Einerseits durch Kommiliton*innen, welche am Kultur- und Sozialanthropologischen Institut studieren. Andererseits entstanden durch eine Facebook- Gruppe verschieden Kontakte, welche unter dem Namen „Wien Vegan“ zu finden ist. In dieser Gruppe werden Rezepte geteilt oder Diskussionen über diverse Themen geführt. Als Zielgruppe wurden Männer im Alter von 25 bis 45 Jahre gewählt. Wobei fünf Männer, die sich bewusst ohne Fleisch ernähren und vier Männer, welche Fleisch zu ihrem Speiseplan zählen, interviewt wurden. In der Gesellschaft werden Menschen ständig in eine bestimmte Geschlechterrolle gedrängt, ob dies nun beim Einkaufen passiert, oder bei einem Kaffee mit Arbeitskolleg*innen. Geschlechterspezifische Werbung ist im öffentlichen Raum omnipräsent. In Buchhandlungen sowie auch im WorldWideWeb sind „Männerkochbücher“, „Rezepte für Männer“ oder „Grillen für Männer“ aufzufinden (vgl. Amazon).

1.4. Methodenwahl

Halbstrukturierte Leitfadeninterviews stellen die wichtigste Forschungsmethode in dieser vorliegenden Masterarbeit dar. Das Ziel dabei ist es, alltägliche Erfahrungen sowie lokales und kulturelles Wissen von den Interviewpartnern zu erfahren. „Das Interview soll den Zugang zur emischen Perspektive eröffnen, zur Konstruktion von Realität aus der Sicht der Akteure, und zu subjektiver Sinnggebung“ (Judith Schlehe 2008:121). Durch die Wahl eines offenen Interviews ist die Wahrscheinlichkeit höher, Dinge zu erfahren, welche man nicht erwarten würde. Ein halbstrukturiertes Leitfadeninterview wird anhand von vorformulierten, strukturierten Fragen geführt, die das Gespräch in eine Richtung lenken, jedoch Raum für offene Antworten des Interviewten lassen. Das Interview soll dabei nicht „stur abgearbeitet“ werden, sondern je nach Situation von der Interviewerin gestaltet werden (vgl. Schlehe 2008:127). Dies bietet die Option, unterschiedliche Themen zu besprechen, vertiefende Fragen zu stellen und diese auch dem Gesprächsverlauf anzupassen. Hilfreich ist bei dem Leitfadeninterview auch, dass die Fragen kontrolliert werden, um keine Wichtige auszulassen. Jedoch kann die Gesprächsdynamik durch den ständigen Blick auf den Notizblock auch verkrampfen. Es sollte eine angenehme Stimmung zwischen den Personen herrschen, damit eine gute, offene Gesprächsbasis entstehen kann und es zu keinem Pflichtgefühl kommt. So wie Schlehe beschreibt: „[...] kann es dann kaum noch gelingen,

die Gesprächsdynamik in offener und flexibler Weise aufzunehmen“ (Judith Schlehe 2008:127). Vorab hilft es, wenn die Interviewfragen größtenteils schon vor dem Interview auswendig gelernt werden und der Leitfaden nur für die eigene Kontrolle, so selten wie möglich, verwendet wird. Diese Interviewform wurde gewählt, da sie sich sehr gut für den Vergleich der Antworten verschiedener Personen eignet (vgl. Schlehe 2003:78). Vorab wurde ein Pilotinterview durchgeführt. So konnte sichergestellt werden, dass die Fragen zu den benötigten Informationen für die Beantwortung der Forschungsfrage führen und keine wichtigen Details ausgelassen werden. Hohe Konzentration ist eine maßgebliche Voraussetzung bei den Interviews, da die gegebene Antwort die nächste Frage beeinflussen und das Interview dementsprechend variieren kann. Dadurch soll ein angenehmer Gesprächsfluss entstehen, es muss aber dennoch immer wieder zum Leitfaden zurückgefunden werden. Diese Methode gewährt einen tieferen Einblick in das Leben der interviewten Person und ihre Ansichten zu den Themen „Männlichkeit“ und Fleischkonsum.

1.4.1. Komplikationen

Bei den geführten Interviews ergaben sich interessante und aufschlussreiche Informationen, wodurch auch die unterschiedlichsten Meinungsbilder zum Vorschein kamen und sich teilweise auch überschneiden. Anfänglich wurden mehr Interviews durchgeführt als schlussendlich für die Inhaltsanalyse verwendet wurden, da alle Interviews das Ausmaß dieser Masterarbeit überschritten hätten. Bei dem Auswahlverfahren wurde vor allem darauf geachtet jene Interviews auszuwählen, welche unterschiedliche Meinungen in das Thema einbrachten und auch die meisten Informationen bereitstellten, um die gestellte Forschungsfrage zu beantworten. Bei ein paar wenigen Interviewpartnern fiel die Gesprächszeit sehr kurz aus. Vermutet werden kann, dass manche Personen nicht genügend Informationen zu dem Thema besaßen, oder auch mit dem Thema überfordert waren. Die Personen wurden vor dem jeweiligen Interviewtermin nicht über die vorbereiteten Fragen informiert, um eine spontane und „natürliche“ Antwort zu dem Thema Männlichkeit zu erhalten. Jedoch erhöhte dies auch das Risiko, weniger Ergebnisse zu erhalten. Bei den Interviews stellte sich auch heraus, dass es für einige Männer nicht leicht war, über das Thema Männlichkeit zu sprechen. Auch wenn die befragten Personen erfahren haben, dass ich selbst vegan lebe, waren sie teilweise eingeschüchtert. Vor allem bei einem Interview, welches mit einem 25-jährigen Mann geführt wurde, habe ich in Folge ganz andere Antworten erhalten bzw. hat er seine Aussagen geändert, nachdem ihm

bewusst wurde, dass ich mich vegan ernähre. Deswegen wurde dieses Interview bei der Inhaltsanalyse ausgelassen und in den Folgeinterviews meine eigene Haltung zu diesem Thema vorab nicht mehr preisgegeben.

Eine der Änderungen, welche durch die Covid-19 Pandemie geblieben ist, ist die vermehrte Nutzung von Home-Office und Blended Learning. Die meisten Interviews haben über Zoom und teilweise per Videotelefonat stattgefunden. Hierbei mussten sich die Befragten mehrmals selbst erklären und erwähnen, dass sie trotzdem dem Männlichkeitsbild entsprechen „Also ich entspreche jetzt optisch schon so ein bisschen [...] einem Klischee-Mann auch also mit Bart und Groß und tiefe Stimme [...] deswegen habe ich weniger Reibungspunkte, dass ich meine Männlichkeit [...] unter Beweis stellen müsste“ (Martin P. Interview Zeile 79-91). Durch die Anonymität, welche die Online-Interviews gewährten, konnte eine qualitative Analyse mit wesentlich mehr Informationen erstellt werden als bei denen, die vor Ort stattgefunden haben.

1.5. Selbstdarstellung und Fremdzuschreibung

Die vorliegende Masterarbeit beschäftigt sich mit der Selbstdarstellung des Männlichkeitsbildes. Die Interviewpartner identifizierten sich ausschließlich als Männer und wurden dementsprechend ausgewählt, um eine männliche Sichtweise auf dieses Thema zu gewähren, welches im Mittelpunkt der Forschung stand. Die weibliche Sichtweise wurde bewusst nicht einbezogen, da dies den Rahmen dieser Arbeit sprengen würde. Der Fokus dabei liegt auf der Eigenwahrnehmung von Männlichkeit und nicht auf der Fremdzuschreibung von der weiblichen Bevölkerung.

Männern sowie Frauen werden tagtäglich bestimmte Erwartungshaltungen zugeschrieben. Männer müssen stark sein, dürfen keine Emotionen zeigen und weinen nicht. Diese Rollenbilder sind nicht nur durch Männer selbst entstanden, sondern wurden auch von Frauen geprägt. Auch hier finden sich Klischees wie „Frauen können nicht gut Auto fahren“ wieder (vgl. Schuhen 2019: 255). Eine Frau wirkt dementsprechend bedrohlich beim Autofahren. Bei dem männlichen Geschlecht wirkt das Auto jedoch als „Konstruktion und Demonstration hegemonialer Männlichkeit“. Gregor Schuhen beschreibt dieses Phänomen „um sichtbar zu machen, dass das Automobil seit jeher als dynamischer Austragungsort geschlechtsspezifischer Machtverhandlungen interpretiert werden kann“ (Schuhen 256). Auch Douglas Schrock und Michael Schwalbe haben sich den Zuschreibungen von Männlichkeit und Weiblichkeit angenommen. Der Unterschied zwischen „Frau“ und

„Mann“ beruht zuerst auf körperlichen Kriterien, wobei schon die erste Zuschreibung geschieht. Danach folgen weitere soziale Kriterien, bei denen das jeweilige Geschlecht attribuiert wird (vgl. Boll 2018: 188).

Die „Theorie der Selbstdarstellung“ geht davon aus, dass äußere Einflüsse unser Selbstbild beeinflussen. Diese können „bewusst, absichtlich und strategisch als auch unbemerkt, unabsichtlich und routinemäßig erfolgen [...]. Denn wenn es um die Auswertung des eigenen Selbst geht, spielt immer die Vorstellung darüber, was andere von einem denken könnten, eine Rolle“ (Scior 2002: 49). Das eigene Verhalten oder Aussehen wird durch die Menschen in meinem Habitus beeinflusst und funktioniert, wie ein Spiegelbild, wodurch man sich dem Gegenüber anpasst (vgl. Scior 2002: 49).

Das Selbstbild kann durch Personen sowie Medien beeinflusst werden. Florian Heesch und Laura Patrizia Fleischer beschäftigen sich mit populärkultureller Männlichkeit anhand von medialen Einflüssen wie Fernsehen, Filmen und Videoclips, wodurch sie unterschiedliche Phänomene sichtbar machen. Dabei wird der Begriff der Männlichkeit als „plurale, wandelbare und performative Kategorie umrissen“, welche in Zusammenhang mit populären Kulturen erforscht wurde (vgl. Fleischer/ Heesch 2019: 1). Männlichkeitsbilder können aus Medien bezogen und anschließend ein Bezug zur Realität hergestellt werden. In der Publikation wird, wie der Titel „Sounds like a real man to me“ schon zeigt, die Sichtweise von Männlichkeit beziehungsweise wie ein „echter Mann“ zu sein hat, geprägt wird, angesprochen. Dabei wird vor allem aufmerksam auf die Fremdzuschreibung anderer Personen gemacht. Das Männerbild kann unabhängig vom Geschlecht produziert und reproduziert werden (vgl. Fleischer/ Heesch 2019: 2). Laut den Autor*innen des Werkes kann die Männlichkeit von Frauen oder „Personen mit queeren Identitäten“ ausgeführt werden, ebenso wie, je nach „lokalen Aspekten“, differenziert (vgl. Fleischer/ Heesch 2019: 12).

2. Begriffserklärung der verschiedenen Ernährungsformen

In den letzten Jahren stieg die Anzahl der vegan und vegetarisch lebenden Menschen stark an. Als Gründe für diesen Anstieg werden Tierschutz, Gesundheit und Klimaschutz genannt (vgl. North/ Kothe/ Ling 2021: 1). Während der Markt wächst, wächst auch die Anzahl der Unternehmen, welche eine vegane und vegetarische Produktpalette in die Supermarktregale von Europa schaffen. Diese werden auch dem Standard entsprechend mit dem Label „Vegan“ oder „Vegetarisch“ gekennzeichnet, welches von der European Vegetarian Union vorgeschrieben wird. Doch ab wann definiert man sich selbst als vegan oder vegetarisch? In dem folgenden Kapitel befinden sich Zusammenfassungen einiger wichtiger Begriffsgruppen. Diese sind essenziell, um im späteren Verlauf dieser Arbeit den Kontext der Thematik verstehen zu können. Bei den verschiedenen Ernährungsformen gibt es jedoch keine festgesetzte Vorschrift, wie man sich zu ernähren hat.

2.1. Mischköstler*innen

Ein Großteil der österreichischen Bevölkerung benennt sich selbst omnivor oder Mischköstler*in. Diese Begriffe zeigen an, dass der Mensch sich sowohl mit tierischer als auch mit pflanzlicher Kost ernährt. Mischköstler*innen werden in der vorliegenden Arbeit Personen genannt, welche bei ihrer Ernährung keine Einschränkungen vornehmen. Dabei werden tierische sowie pflanzliche Produkte in die Ernährung eingebaut. Das heißt sie konsumieren Fleisch, Fisch und andere tierische Nebenerzeugnisse, Obst und Gemüse (vgl. URL 3). Laut dem österreichischen Ernährungsbericht 2017 sollten bei einer Ernährung mit Mischkost begrenzte Mengen an Fett pro Tag konsumiert werden, sowie mehr als 50 % des täglichen Bedarfs an Energie durch kohlehydrathaltige Lebensmittel gedeckt werden (vgl. österreichischer Ernährungsbericht 2017).

2.1.2. Ketogene Ernährung

Da einer der interviewten Männer sich längere Zeit ketogen ernährt hat, wird in diesem Unterkapitel ein kurzer Einblick zu dieser Ernährungsform gegeben.

Bei einer ketogenen Diät handelt es sich um eine Form der Ernährung, bei der auf kohlenhydratreiche Lebensmittel und zuckerhaltige Lebensmittel verzichtet wird. Dabei werden vor allem Lebensmittelgruppen wie Getreide, Hülsenfrüchte, Knollen- und Wurzelgemüse, Obst und Alkohol vermieden. Durch den Verzicht auf Kohlehydrate gelangt der Körper in eine besondere Form des Stoffwechsels, welche als „Ketose“ bezeichnet wird. Normalerweise wird die Energie des Körpers aus den Kohlehydraten gezogen, doch bei dieser Art von Ernährung werden die Fette zur Energieverwendung umgewandelt. Diese Ernährungsform kann dabei helfen, Körperfett zu reduzieren. Diese Form der Ernährung wird auch als sehr fettreich bezeichnet, da viele fettreiche Lebensmittel für den Energieverbrauch konsumiert werden müssen (vgl. Wiemer-Kruel 2013: 160).

2.2. Flexitarier*innen

Personen, welche sich als Flexitarier*innen bezeichnen, achten vor allem darauf, keine tierischen Produkte aus der Massentierhaltung zu konsumieren. Größtenteils leben sie vegetarisch. Sie konzentrieren sich auf ihre Gesundheit und versuchen die Umwelt zu schützen. So wird zum Beispiel statt Billigfleisch eher teureres Biofleisch gekauft (vgl. Beller 2013:1). Der Ursprung der Flexitarier liegt schon weiter zurück als dies oft vermutet wird.

Magdalena Eitenberger definiert diesen Begriff folgendermaßen: „Vermutlich gibt es viele Flexitarier, die schon welche waren, lange bevor der hippe Begriff in aller Munde war. Bewegungen wie ‚Meatless Monday‘ (Fleischloser Montag) in vielen Kantinen möchten schon länger dazu anregen, Fleisch nicht ganz vom Speiseplan zu streichen, aber es etwas seltener zu essen. Fleischersatzprodukte, die aussehen und schmecken sollen wie ‚echtes Fleisch‘, streben danach diesen Trend für begeisterte Fleisch-Fresser zu erleichtern. Ein flexitarischer Lebensstil ist für viele ein gut umsetzbarer Kompromiss für das Gewissen: Man isst Fleisch, aber eben nicht zu jeder Mahlzeit oder täglich“. Ziel bei dieser Ernährung ist „Weniger, aber dafür bessere Qualität“ (Eitenberger 2015: 1).

2.3. Vegetarier*innen

„Der Begriff ‚Vegetarismus‘ geht auf den Begründer des klassischen Vegetarismus, den Philosophen Pythagoras, zurück. Das lateinische Wort „vegetare“ bedeutet „beleben“ und beschreibt den Umstand, dass neben pflanzlichen Lebensmitteln nur Produkte des lebenden Tieres verzehrt werden“ (Öffentliches Gesundheitsportal Österreich)

Es gibt viele verschiedene Arten von Vegetarier*innen. Diese Forschung fokussiert sich auf die „klassische“ Variante und es werden bewusst keine Mischformen wie zum Beispiel Ovolakto-Vegetarier hineingenommen, sondern ausschließlich jene, welche auch bei den Interviews vorgekommen sind. Bei einer vegetarischen Ernährung wird vor allem auf Fleisch, Fisch und andere tierische Erzeugungsformen verzichtet (wie Gelatine oder Schmalz). Im Gegensatz zur veganen Ernährungsform wird hierbei auf tierische Produkte wie Eier, Milch und Milcherzeugnisse sowie Honig jedoch nicht verzichtet. Beim Vegetarismus kann es auch zu unterschiedlichen Formen der Ernährung kommen (z.B: Ovo-Vegetarier verzichten dabei auch auf Fleisch und Fisch sowie Milch und Milchprodukte, konsumieren jedoch weiterhin Eier. Pescetarier essen kein Fleisch, aber Fisch) (vgl. URL 1). Laut dem öffentlichen Gesundheitsportal Österreichs gibt es acht verschiedene Formen von vegetarischer Ernährung:

- Lakto-Ovo-Vegetarier*innen
- Lakto-Vegetarier*innen
- Ovo-Vegetarier*innen
- Veganer*innen
- Flexitarismus
- Pudding-Vegetarismus
- Fructarier*innen
- Rohköster*innen

Im Falle der klassischen vegetarischen Variante haben die Personen meist unterschiedliche Gründe, warum sie zu diesem Ernährungsstil wechseln. Vor allem gibt es dazu moralische, ethische, gesundheitliche oder auch ökologische Gründe, sich ohne den Konsum von Fleisch zu ernähren (vgl. URL 3). Einer der befragten Männer würde in das Schema eines Flexitariers fallen, bezeichnet sich selbst aber als Mischköstler. Vegetarische und vegane Produkte werden mit dem V-Label (siehe Abbildung) gekennzeichnet. Dies ist seit 1996 eine anerkannte und geschützte Marke und wurde in der Schweiz gegründet (vgl. Vegane Gesellschaft Österreich).



Abbildung 1 V-Label für vegane und vegetarische Produkte

2.4. Veganer*innen

„[...] die Begriffsdefinition geht auf die bereits 1944 gegründete Vegan Society of England, genauer gesagt auf dessen Mitbegründer Donald Watson, zurück“ (Vegane Gesellschaft Österreich). Die heutige Definition wurde 1979 von der „Vegan Society“ ins Deutsche folgendermaßen übersetzt:

Veganismus ist eine Lebensweise, die versucht - soweit wie praktisch durchführbar - alle Formen der Ausbeutung und Grausamkeiten an leidensfähigen Tieren für Essen, Kleidung und andere Zwecke zu vermeiden; und in weiterer Folge die Entwicklung und Verwendung von tierfreien Alternativen zu Gunsten von Mensch, Tier und Umwelt fördert. In Bezug auf die Ernährung bedeutet dies den Verzicht auf alle Produkte, die zur Gänze oder teilweise von Tieren gewonnen werden (Vegane Gesellschaft Österreich).

Dies bedeutet, dass bei einer veganen Ernährung auf alle tierischen Produkte verzichtet wird. Dazu zählen Fleisch, Fisch, Milchprodukte, Eier und Honig. Viele Veganer*innen achten nicht nur bei dem Konsum von Lebensmitteln auf den Verzicht von tierischen Produkten, sondern auch bei Kleidung, Hygieneartikeln, Pflegeprodukten etc. Dabei wird so gut wie möglich auch auf tierversuchsfreie Produkte geachtet. Der vegane Lebensstil kann dabei sogar auf die Ausbeutung der Tiere in Zirkussen, Zoos und anderen Unterhaltungsformen Bezug nehmen (vgl. Vegane Gesellschaft Österreich). Heutzutage stellt dies kein Problem mehr dar. Die meisten Produkte sind entweder tierversuchsfrei gekennzeichnet

oder mit dem klassischen, grünen „V“ für vegan in Österreich ausgestattet (siehe Abbildung 1).

3. Fleischkonsum und Vegetarismus

Das folgende Kapitel gibt einen Einblick in die Entwicklung des Fleischkonsums und zeigt die Wichtigkeit von Fleischkonsum im Laufe der Geschichte.

3.1. Frühe Stadien des Fleischkonsums

Schon in Jäger- und Sammlergesellschaften, bis hin zum Agrarzeitalter, war Fleisch ein sehr hochwertiges Gut und wertvolles Nahrungsmittel. Grundsätzlich geht man davon aus, dass vor zirka zwei bis drei Millionen Jahren unsere Vorfahren zum ersten Mal damit begonnen hatten, Fleisch zu konsumieren (vgl. Mocker 2016). Einige Forscher*innen sind der Meinung, dass der frühzeitige Konsum von Fleisch und tierischen Fetten ausschlaggebend für die Entwicklung sowie das Wachstum des menschlichen Gehirns, auch bekannt unter der „expensive tissue hypothesis“, ist. Hierbei geht man davon aus, dass das Gehirn, das Fett neben wichtigen Makronährstoffen wie Protein und Kohlenhydraten, für die Gehirnfunktion benötigt, ebenso wie für frühe neurale Entwicklungen und die psychische Gesundheit erwachsener Männer. Dabei wird von dem, im Fleisch enthaltenen Kreatin, welches die Muskelkraft und Größe sowie körperliche und neuronale Leistungsfähigkeit verbessern soll, gesprochen. Bessere Jäger hatten auch in der Gesellschaft einen höheren körperlichen und sozialen Status, was ihnen in Folge auch eine höhere Position in der Rangordnung der anderen Männer bot (vgl. Love/ Sulikowski 2018: 2).

Ilja Steffelbauer versucht in seinem Werk „Fleisch – Weshalb es die Gesellschaft spaltet“ die Wichtigkeit des Fleischkonsums bei unseren Vorfahren, aufzuzeigen. Einerseits nahm die Jagd einen wichtigen sozialen Faktor in der Gesellschaft ein, andererseits förderte sie auch koordinative Kompetenzen (vgl. Steffelbauer 2021: 18). Die Ernährung hat sich seit der neolithischen Zeit stark verändert. Früher wurden Fleisch, frisches Obst und Gemüse selten verzehrt, Kohlehydrate standen hauptsächlich auf dem Speiseplan. Durch den Mangel an diesen genannten Lebensmitteln wurde dem Fleisch eine besondere Bedeutung über die Jahre zugeschrieben, dies wiederum beeinflusste und veränderte den Bezug zu unserer Ernährung (vgl. Steffelbauer 2021: 175).

Love und Sulikowski gehen davon aus, dass durch den Verzehr von Fleisch das biologische und das soziale Geschlecht schon damals miteinander verbunden wurden, und dass wo tierische Produkte konsumiert wurden auch die Strukturen der Geschlechterrollen

formiert wurden. Männer gingen auf die Jagd und Frauen tendierten dazu, die Lebensmittel zuzubereiten. Diese Strukturen sind auch in modernen Jäger- und Sammlergesellschaften zu beobachten (vgl. Love/ Sulikowski 2018: 2).

Durch die Sesshaftigkeit der Menschen vor zirka 12.000 Jahren wurden auch Pflanzen und Tiere domestiziert, welche die Versorgung der Gesellschaft sicherten. Dies setzte auch den Anfang der Viehzucht voraus (vgl. Münster et al 2018: 2). „ The beginning of agriculture and animal husbandry irreversibly resulted in the most radical change in human economic and subsistence strategies and the largest social modification in the history of humankind” (Münster et al 2018: 2).

Ab dem 18. Jahrhundert fand in vermögenderen Teilen von Westeuropa ein Umdenken und Philosophieren über Themenbereiche wie: Rationalismus, Empirismus, Aufklärung und Wissenschaft statt. Auch die Landwirtschaft wurde kritisch hinterfragt und Verbesserungsvorschläge umgesetzt (vgl. Steffelbauer 2021: 175f). Dadurch entstand eine kapitalistische Revolution, welche die Anbauflächen des Ackerlandes vergrößerte (vgl. Steffelbauer 2021: 180). Bei der Viehzucht fand die landwirtschaftliche Revolution ebenso Einzug. Einen grundsätzlichen Unterschied benennt er damit, dass die Beziehung zwischen dem Bauer und dem Nutztier durch die kapitalistischen Entwicklungen verloren geht (vgl. Steffelbauer 2021: 182).

Der Verzehr von Fleisch prägt industrialisierte Gesellschaften, auch “Überflussgesellschaft” genannt. Steffelbauer kritisiert vor allem das System in seiner ganzen Betrachtung und vor allem die Massentierhaltung, welche sich auf Dauer nicht weiter in der bisherigen Form aufrechterhalten kann (vgl. Steffelbauer 2021: 195).

3.2. Der Ursprung des Vegetarismus

“Wer mit dem Messer die Kehle eines Rindes durchtrennt und beim Brüllen der Angst taub bleibt, wer kaltblütig das schreiende Böcklein abzuschlachten vermag und den Vogel verspeist, dem er selber das Futter gereicht hat – wie weit ist ein solcher noch vom Verbrechen entfernt?” (Pythagoras)

Der Vegetarismus lässt sich bis nach Indien im 8. Jahrhundert v. Chr. erstmals zurückverfolgen und soll eine Vorläuferform des Hinduismus darstellen. In Indien ernährt sich bis heute noch jeder dritte Mensch vegetarisch. Auch um 530 v. Chr. war der griechische Philosoph Pythagoras als Vegetarier bekannt. Er selbst verglich das Schlachten eines Tieres mit Mord an einem lebendigen Wesen und wechselte aus diesem Grund zum Vegetarismus. Ebenso verbot er seinen Schülern, Eier zu verzehren und Bekleidung aus Wolle zu tragen. Dies zeigt schon Ansätze einer Form von Veganismus im heutigen Sinne. Vor allem prägten ihn seine Lehre der Seelenwanderung, welche besagt, dass jeder Mensch die Möglichkeit besitzt, Vollkommenheit zu erlangen und die keinen Unterschied zwischen einer menschlichen und einer tierischen Seele macht (vgl. Leitzmann 2010: 39). Auch Platon beschäftigte sich mit dem Vegetarismus und bildete in seiner Philosophenschule einige Vegetarier aus (vgl. Vegane Gesellschaft Österreich 2014:1). Auch Plutarch ging seiner Zeit zu Platons Akademie und verfasste fundamentale Werke für den Vegetarismus, welche zu Wegweisern des heutigen vegetarischen und veganen Lebensstiles wurden. Die angesprochenen philosophischen Theorien über Tierethik bestehen meistens aus dem gleichen Inhalt. Hierbei steht das Tier selbst und das, durch den Fleischkonsum, entstehende Tierleid an erster Stelle. Dabei differenzieren die meisten nicht zwischen einem Menschen und einem Tier. Das Schlachten und Ausbeuten der Tiere wird als nicht notwendig erachtet, und in Folge komplett auf tierische Produkte und Fleischkonsum verzichtet (vgl. Leitzmann 2010: 39f).

Somit wird deutlich, dass Veganismus und Vegetarismus keine neuzeitige Modeerscheinung darstellen, sondern schon seit langer Zeit auch geschichtlich nachweisbare Phänomene sind. 1892 wurden erstmals in dem Werk „Animals‘ Rights“, welches von dem Veganer Henry S. Salt veröffentlicht wurde, Tierrechte wie sie heute in der westlichen Gesellschaft verstanden werden, formuliert (vgl. Clark/ Foster 2000: 469)

4. Was ist Männlichkeit?

In diesem Kapitel wird zuerst Bezug auf das Konzept Männlichkeit genommen, sowie dessen Ursprung und sozialwissenschaftliche Entwicklung erläutert. Danach wird der Konnex von Männlichkeit und Fleischkonsum und die Korrelation dieser Thematiken detailliert erklärt.

4.1. Erste Ansätze der Männlichkeitsforschung

Der Begriff Männlichkeit ist kein statischer Begriff und befindet sich seit Anfang der 1970er Jahre immer wieder im Wandel. Vor ein paar Jahrzehnten begann man diesen in der Geschlechterforschung aufzugreifen und Männlichkeitsbilder zu definieren und zu untersuchen (vgl. Stier 2019: 1130).

Schon im Jahr 1914, Anfang des Ersten Weltkrieges, begann die erste Krise der Männlichkeit, welche durch die damaligen Erfahrungen der Männer zu den derzeit herrschenden patriarchalen Werten führte (vgl. Verhaeghe, 2015). „Spätestens nach dem Führerkult des Nationalsozialismus und dessen kritischer Reflexion in der Studentenbewegung, die die versteinerten, Männlichkeits- und Weiblichkeitsvorstellungen aktiv in Bewegung brachte, wird die gesellschaftliche Autorität des Patriarchats endgültig infrage gestellt“ (Verhaeghe 2015).

Vorerst wurde jedoch der Fokus der Frauenbewegung auf die Gleichberechtigung der Frau und die Aufmerksamkeit der Geschlechterungleichheiten gelegt. In neueren Debatten wird dies mit dem englischen Wort Gender ausgetauscht (vgl. Metzger/ Aigner/Wolff 2017: 7).

„Im Zusammenwirken von technologischen Umwälzungen, spätkapitalistischer Ökonomisierung aller Lebensverhältnisse und gendertheoretisch begründeten sozialpolitischen Infragestellungen traditioneller Geschlechteraufteilung sehen wir die Ursachen für eine Krise traditioneller männlicher Identitätsbildung“ (Metzger/ Aigner/Wolff 2017: 8).

Anfänglich fokussierte sich die Geschlechterforschung überwiegend auf das weibliche Geschlecht (Frauenforschung), weshalb man Ende der 1980er/ Anfang der 1990er einen Paradigmenwechsel verlangte. Vor allem Frauen wie Simone de Beauvoir mit ihrem Werk „Le deuxième sexe“ und Judith Butler, welche vor allem mit „Gender Trouble“ Aufmerksamkeit erzeugte, haben die Frauenforschung stark geprägt (vgl. Heesch/Fleischer 2019:

7). Auch schon vor dieser Zeit sind vereinzelt kleine Studien über Männer und Männlichkeit aufzufinden. Jedoch dauerte es bis in die 1990er Jahre, um eine universitäre Institutionalisierung in den USA zu etablieren (vgl. Fenske 2012: 11). Die Männerforschung war, ebenso wie die Frauenforschung, sehr „male biased“. Das heißt, dass es größtenteils nur Forschung von Männern über Männer gab und dadurch die weibliche Sichtweise fehlte.

Obwohl die früheren Studienrichtungen wie Soziologie, Psychologie und Psychoanalyse sich auch schon früher mit Geschlechterforschung, auch „Gender Studies“ genannt, beschäftigte, konnte vor allem die Geschichtswissenschaft einen großen Schwerpunkt auf die Männlichkeitsforschung in Deutschland, Österreich und der Schweiz erzielen (vgl. Horlacher/ Jansen/ Schwanebeck 2016:15).

Uta Fenske spricht in ihrem Werk „Ambivalente Männlichkeit(en). Maskulinitätsdiskurse aus interdisziplinärer Perspektive“ von einem Mangel an Wissen über männliche Erfahrungen und Identitäten. Die Männlichkeitsforschung wurde in den USA vor allem von der Soziologie und der Psychologie geprägt und von der Frauenforschung aufgenommen (vgl. Fenske 2016: 26). Diese hatte jedoch anfänglich eine zum Teil kritische Haltung gegenüber der Bedeutung der Männlichkeit und wurde kontrovers diskutiert (vgl. Huxel 2014: 26).

Das steigende Interesse an Männerforschung führte jedoch auch zu einer Gegenbewegung und brachte Literatur zum Vorschein, wie das von Hollstein 2008 veröffentlichte Werk „Was vom Manne übrig blieb“ oder „Das entehrte Geschlecht“ von Bönt 2012. Diese Publikationen sind politisch rechts einzuordnen (vgl. Horlacher/ Jansen/ Schwanebeck 2015: 1).

Eine genaue Definition der Männlichkeit gibt es jedoch nicht ganz. Die WHO gelangt durch ihre Beschreibung des Begriffes öfters unter Kritik „I never wanted to become an adult, because I knew that along with adulthood came the expectation that I'd finally learn to get my gender “right”, learn to perform masculinity “properly” and learn to “be a man” (URL 4). Trotz der frühzeitigen Studien und Forschung über Männlichkeit wurde vor allem die männliche Identität ausgelassen und kaum erforscht (vgl. Horlacher/ Jansen/ Schwanebeck 2016:12).

Eine Kategorisierung der Männlichkeit führt zu gesellschaftlichen „Problemzonen“. Da die Vereinheitlichung einer starken Männlichkeit als „normal“ impliziert wird, werden hegemoniale Strukturen weiter verfestigt. Diese wirken kontraproduktiv im derzeitigen Diskurs der Gender Studies (vgl. Horlacher/Jansen/Schwanebeck 2016:2). In der internationalen und deutschsprachigen Forschung fehlt es dabei vor allem an „multiperspektivischen, trans-

und interdisziplinären Verstehensmöglichkeiten männlicher Identitätsbildung“ (Horlacher/Jansen/Schwanebeck 2016:2). Zwar gibt es schon seit vielen Jahrzehnten Forschung von Männern über Männer, jedoch wurden dabei die männlichen Identitäten nicht thematisiert (vgl. Horlacher/Jansen/Schwanebeck 2016:12).

Bei der Männlichkeitsforschung wird versucht, sozio-politische, historische, narrative und symbolische Prozesse der Männlichkeit zu analysieren. Die eigene Identität bildet sich aber nicht nur aus dem Geschlecht (gender) heraus. Aspekte wie race und class spielen allesamt eine ebenso wichtige Rolle und prägen den Menschen (vgl. Fenske/Schuhen 2012: 12).

4.2. Konstrukt des Begriffes „Männlichkeit“

„Männlichkeit ist ein deskriptiver Begriff des Alltagswissens, der die Last binärer Differenzierung und Hierarchisierung mit sich trägt. Er eignet sich, Klischees zu reproduzieren und nicht genau hinzuschauen. Als theoretischer Bezugspunkt eignet sich der Begriff Heteronormativität viel besser.“ (Degele 2007: 39).

Laut Degele führt der Begriff der Männlichkeit zu einer dichotomen Geschlechterhierarchisierung. 1995 hat Raewyn Connell ihr kritisches Werk gegenüber Männlichkeit „Masculinities“ veröffentlicht und dadurch den Begriff der hegemonialen Männlichkeit erstmals zur Debatte gebracht. Dieses Konzept Verknüpft „Männlichkeit mit Macht bzw. Herrschaft“ (vgl. Connell 2005: 10). Laut Connell wird „jene Konfiguration geschlechtsbezogener Praxis, welche die momentan akzeptierte Antwort auf das Legitimitätsproblem des Patriarchats verkörpert und die Dominanz der Männer sowie die Unterordnung der Frauen gewährleistet (oder gewährleisten soll)“ (Raewyn Connell 2015: 130). Die australische Soziologin prägte den Begriff der Männlichkeit, welcher was zu einem kritischeren Blick auf die „marginalisierte Männlichkeit“ führte (vgl. Horlacher/Jansen/Schwanebeck 2016: 15).

Um das Konstrukt der Männlichkeit zu verstehen, muss zuerst die Rolle des Geschlechts erläutert werden. Meistens werden diese Rollen als „kulturelle Ausarbeitung biologischer Geschlechtsunterschiede“ gesehen. Die Männlichkeit wird mit der verinnerlichten männlichen Rolle gleichgesetzt, aber die Geschlechterrollen werden durch die sozialen Strukturen festgesetzt und können auch dementsprechend durch soziale Prozesse verändert

werden. Dies kann vor allem dann passieren, wenn Sozialisationsbereiche wie Schule, Familie und Medien neue Erwartungen vermitteln (vgl. Connell 2005: 23).

Helen Hacker prägt in den 1950er mit ihrem Werk „The new burdens of masculinity“ ebenso die Geschlechtertheorie. Männern kam die Rolle des starken Mannes zu teil, welche in den 1970er Jahren zum Klischee wurde und teilweise bis heute anhält. Ab den 70ern wurde dann auch bewusst, dass die Geschlechterrollen zu einer Unterdrückung der Frau führen.

Männlichkeit ist nicht nur eine „Idee“ oder eine persönliche Identität, sondern auf der ganzen Welt verbreitet und stark in unseren sozialen Beziehungen verankert. Damit Männlichkeit verstanden werden kann, muss man einen Blick auf die Veränderungen der sozialen Beziehungen werfen (vgl. Connell 2005: 29). Raewyn Connell betont, dass eine Geschlechtsidentität wie Männlichkeit prinzipiell im Plural angesehen wird. Wenn man die hegemoniale Männlichkeit anspricht, bedeutet dies auch von Geschlechterverhältnissen zu sprechen. Wichtig ist auch zu verstehen, dass Männlichkeit nicht gleichzusetzen ist mit Männern. Denn diese bestimmt die Position oder Rolle der Männer in einer Geschlechterordnung, welche in der Gesellschaft eingenommen wird. Die Männlichkeit definiert sich laut Connell aus komplexen Strukturen zwischen Mann und Frau und wird durch das Zusammenspiel dieser geprägt (vgl. Connell 2005: 29). Somit kann Männlichkeit nur in Relationalität mit Weiblichkeit bestehen und angesprochen werden. Im geschichtlichen Kontext betrachtet ändern sich diese Definitionen immer wieder und sind nicht statisch. „Das Verständnis von hegemonialer Männlichkeit als einer Konfiguration, die sich beständig neuformieren muss [...]“ (Connell/ Meuser/ Müller/ 2014: 12). Die Anzahl der Männlichkeiten kann demnach variieren und auch parallel zueinander existieren, welche dann auch in einem hierarchischen Verhältnis zueinanderstehen (vgl. Heesch/Fleischer 2019: 7).

Die Definition von Männlichkeit ist auch durch den eigenen Habitus geprägt. Dieser Begriff wurde von Pierre Bourdieu erstmals mit der hegemonialen Männlichkeit in Verbindung gebracht. Er war ein bekannter Soziologe, welcher sich mit den symbolischen Kräfteverhältnissen zwischen den Geschlechtern beschäftigte (vgl. Gender Glossar). Michael Meuser untersuchte die hegemoniale Männlichkeit und die verschiedenen Variationen, welche auch Raewyn Connell in den Diskurs brachte. Meuser brachte durch seine Erkenntnisse den Begriff des Habitus in Verbindung mit der hegemonialen Männlichkeit (vgl. Horlacher/Jansen/Schwanebeck 2016: 15).

„Gegenstand der Untersuchungen ist nicht mehr eine als homogen imaginierte, universale Kategorie ‚Männlichkeit‘, sondern die Spezifik je nach historischem, geographischem,

ethnischem und soziokulturellem Kontext verschiedener ‚Männlichkeiten‘.“ (Horlacher/ Jansen/ Schwanebeck 2016: 2). Die starren Konzepte wurden mehr und mehr hinterfragt und ein plurales Verständnis von Männlichkeit konzipiert. Vor allem in den 1980ern in den USA wurde die Männlichkeitsforschung interdisziplinär untersucht und hat sich als erstes gegen die Singularisierung hervorgehoben. In der deutschsprachigen Literatur wurde das Forschungsthema Männer und Männlichkeit erst später aufgegriffen.

Die Veröffentlichung des Werkes von Connell, welche die Definition der Männlichkeit beinhaltet, erzeugte nicht nur positive Reaktionen, sondern auch eine Reihe an Kritik. Nach dieser Publikation gab es zahlreiche Versuche, den Begriff hegemonialer Männlichkeit zu verändern und neu zu formulieren. Diese Bewegung führte dazu, dass neue Begriffe wie „inclusive masculinity“ von Anderson 2009, „hybrid masculinities“ von Bridges und Pascoe 2014, „mosaic masculinities“ von Coles 2008 und „sticky masculinity“ von Berggren 2014 entstanden. Vor allem hat man versucht, sich interdisziplinär mit diesem Begriff auseinanderzusetzen (vgl. Waling 2019: 364).

4.2.1. Toxische Männlichkeit

Der Begriff toxische Männlichkeit wird von Kupers in Zusammenhang mit der hegemonialen Männlichkeit untersucht. Diese Form der Männlichkeit beinhaltet einen aggressiven und konkurrierenden Charakter. Da hierbei eine andere Person dominiert wird, ist der Begriff negativ behaftet. Ein typisches Anzeichen ist auch der Widerstand gegen psychotherapeutische Hilfe. Dabei kommt es zu einem Wechselspiel zwischen den individuellen Eigenschaften des einzelnen Mannes und den institutionellen Dynamiken, welche durch die Gesellschaft erzeugt und von toxischer Männlichkeit verstärkt werden (vgl. Kupers 2005: 713).

Kupers definiert die toxische Männlichkeit durch die Eigenschaften der sozial regressiven Männer, welche durch die Abwertung der Frau, Homophobie und mutwilliger Gewalt zum Vorschein kommt. Auch Misogynie, Gier, Gefühlskälte, ein Kontroll- und Dominanzdrang sowie ein starker Wettbewerbstrieb zählen zu der Begriffsdefinition von Terry Kupers. Der Terminus soll dazu dienen, Diskussionen über Formen von Maskulinität und Geschlecht abzugrenzen und dadurch die Eigenschaften von Männlichkeit, welche als kulturell akzeptiert wahrgenommen werden bzw. nicht-toxischer Männlichkeit anzusehen ist (vgl. Kupers 2005: 715). „After all, there is nothing especially toxic in a man’s pride in his ability to win at sports, to maintain solidarity with a friend, to succeed at work, or to provide for his family.

These positive pursuits are aspects of hegemonic masculinity, too, but they are hardly toxic.” (Hupers 2005: 716).

Damit tut sich ein Spannungsfeld auf, das sich schon im Prozess des Aufwachsens von Jungen und ihrer männlichen Sozialisation, abzeichnet. Der äußere Vorteil männlich dominanten Durchsetzungsverhaltens geht nicht selten mit innerer Hilflosigkeit einher. (vgl. Lothar 2015: 28)

Das toxische Männerbild findet sich auch in Themenbereichen wieder, welche oft nur wenig Verständnis anderen Männern gegenüber aufbringt. So wird es gesellschaftlich als unmännlich angesehen, kein Fleisch oder Bier zu konsumieren oder über Gefühle zu sprechen. Vor allem in sozialen Netzwerken wird gegen diese Klischees angekämpft. Ziel ist es dabei, die erfahrenen Schmerzen oder Problembereiche des Mannes anzuerkennen, damit schon in jungem Alter Themen wie Traumen, Ängste oder Misshandlungen leichter angesprochen werden können und nicht geschlechterspezifisch getrennt werden (vgl. Alexander 2018:1).

Andrea Waling beschäftigte sich weitergehend mit dem Begriff der toxischen Männlichkeit und ist der Meinung, dass die Verwendung des Begriffs zu einem Weiterbestehen der Ungleichheiten beiträgt und diese sogar reproduziert. Eine leichte Abnahme der Diskriminierung in der Geschlechterhierarchie ist jedoch trotzdem bemerkbar, jedoch sei man noch weit davon entfernt diese vollständig ablegen zu können (vgl. Waling 2019: 370). „We need to first move away from categorisations such as ‘toxic masculinity’ as the only explanation for a set of social, political, cultural, and economic issues experienced in social life.” (Waling 2019: 370). Vor allem müssen, um diese Problematik zu lösen, gesellschaftliche Normen verändert werden (vgl. Waling 2019: 370).

4.3. Dichotomie zwischen „Männlichkeit“ und „Weiblichkeit“

„Obwohl Männer und die Konstruktion von Männlichkeit im Gegensatz zu Frauen und der Konstruktion von Weiblichkeit tatsächlich immer noch ein vergleichsweise unterbelichtetes Forschungsfeld darstellen, ist dennoch festzustellen, dass Männlichkeit in den letzten Jahren vermehrt in den Blick der sozialwissenschaftlichen Forschung gerückt ist“ (Huxel 2014:26)

Seitdem sich auch die deutschsprachigen Gender Studies mit dem Begriff der Männlichkeit auseinandersetzen ist bewusst geworden, wie wenig dieses Feld in wissenschaftlichen Kreisen thematisiert wurde. Erst in den 1980er Jahren wurde dies erstmalig zu einem Forschungsgegenstand in der Frauenforschung gemacht (vgl. Huxel 2014:26).

Schon im jungen Alter werden Jungen mit ihrer männlichen Identität konfrontiert und in der Gesellschaft männlich sozialisiert. Lothar geht davon aus, dass die nach außen dominierende Stärke im Inneren mit einer Hilflosigkeit einher geht. Jungen haben dabei schon sehr früh gewisse Erwartungshaltungen und „Verpflichtungen“ zu erfüllen, welche auch beinhalten nur die „starken“ Seiten sichtbar zu machen und die „weiblichen“ Seiten zu verinnerlichen aber nicht zum Vorschein zu bringen (vgl. Lothar 2015: 28). „Mit dem Erwachen der Pubertät und der Beantwortung der Frage nach dem eigenen ‚Ich‘ stellt sich für Jungen zwangsläufig die Frage nach der ‚eigenen Männlichkeit‘ und der damit verbundenen Verortung als sexuelles Wesen. Obgleich die Männlichkeitssozialisation schon in der frühen Kindheit, eigentlich mit der Geburt (biologische Weichenstellung schon ab der 8. Lebenswoche) beginnt, birgt die Pubertät mit ihrer Frage nach dem ‚Wer bin ich‘ neue entscheidende Impulse“ (Bernhard Stier 2019: 1130).

Wenn es keinen vergleichenden Begriff von „Weiblichkeit“ gibt, existiert nach Raewyn Connell der Begriff von „Männlichkeit“ nicht. Eine Kultur, die Frauen und Männer nicht als Träger*innen polarisierter Charaktereigenschaften ansieht, hat grundsätzlich keinen Männlichkeitsbegriff im modernen westlichen Sinne, wie dies beispielsweise in der europäischen Kultur bis ins 18. Jahrhundert der Fall war. Raewyn Connell betont, dass das Geschlecht in der Gesellschaft reproduziert wird und dadurch durch das biologische determiniert. Somit existiert das „Geschlecht in dem Ausmaß, in dem die Biologie das Soziale“ nicht bestimmt. Das „Geschlecht wird als Struktur der sozialen Praxis“ wahrgenommen und auf den Körper reduziert. Sie versucht, statt „Männlichkeit als ein Objekt zu definieren“, sich mehr mit Beziehungsprozessen zu beschäftigen (vgl. Connell 2015: 124f). „Männlichkeit“ ist – soweit man diesen Begriff in Kürze überhaupt definieren kann – eine

Position im Geschlechterverhältnis; die Praktiken, durch die Männer und Frauen diese Position einnehmen, und die Auswirkungen dieser Praktiken auf die körperliche Erfahrung, auf Persönlichkeit und Kultur“ (Connell 2015: 124).

Gegenwärtig hat die Männlichkeitsforschung schon einen standhaften Platz im Bereich der Frauen- und Geschlechterforschung gefunden und zählt als „Fortführung, Erweiterung und Ergänzung geschlechtertheoretischer und geschlechtergeschichtlicher Fragestellungen“. Die anfängliche Kritik an dieser Forschung wurde dadurch determiniert und nicht mehr als eigenes oder abgetrenntes Gebiet anerkannt, sondern als „integraler Bestandteil einer Geschlechterforschung“ angesehen, welche die Weiblichkeit und Männlichkeit in Relation zueinander erforscht (vgl. Horlacher/Jansen/Schwanebeck 2016: 18).

5. Patriarchale Verbindungen

Wie aus dem vorherigen Kapitel deutlich wird, gibt es keine genaue Definition von Männlichkeit, trotzdem aber eine Zuschreibung der hegemonialen Männlichkeit, welche durch gegebene Strukturen in einer Gesellschaft mit Geschlechterverhältnissen, in der gewisse Positionen eingenommen werden, aufzufinden ist. In dem nächsten Kapitel wird diese Männlichkeit in Zusammenhang mit dem Konsum von Fleisch genauer ausgearbeitet.

5.1. Der Mann und sein Fleisch

„Der Hauptgrund dafür ist das patriarchale Wesen unseres fleischfreundlichen kulturellen Diskurses. Die erkennbare Botschaft des Fleisches enthält eine Assoziation mit der Männerrolle. Seine Bedeutung taucht in einer starren Geschlechterordnung immer wieder auf. Die Kohärenz, die es als bedeutungsvolles Nahrungsmittel erlangt, erwächst aus patriarchalen Einstellungen, unter anderem aus der Vorstellung, dass der Zweck die Mittel heiligt, dass die Objektivierung anderer Lebewesen ein notwendiger Bestandteil unseres Lebens ist, und dass Gewalt verschleiert werden kann und soll. Dies alles ist ein Teil der Geschlechterpolitik des Fleisches“ (Carol Adams 2002: 11)

Dieses Zitat leitet nun das nächste Kapitel ein, welches diesen theoretischen Teil sehr gut zusammenfasst. Carol Adams ist eine US-amerikanische Aktivistin und Autorin in dem Bereich Feminismus und Tierethik. Eines der wichtigsten Werke mit der Thematik „Männlichkeit und Fleischkonsum“ ist „The Sexual Politics of Meat“. In diesem argumentiert Carol Adams, dass Tiere und Frauen, welche in der westlichen Gesellschaft leben, dem gleichen Schicksal entgegengehen. Beide werden auf eine gewisse Weise unterdrückt und von Macht eingenommen. Die Anwesenheit beider ist notwendig, ebenso wie ihr Schweigen. Adams Meinung nach muss man, wenn man sich für Frauen einsetzen will, ebenso auch die Stimme für Tiere erheben. Ebenso behauptet sie, dass die Gewalt an Tieren untrennbar mit dem Fleischkonsum und der Gewalt an Frauen verbunden ist. Sie bezeichnet das Fleisch als Symbol des Patriachats.

Auch Carole Pateman ist eine wichtige Vertreterin dieser Thematik. Vor allem hat sie die „Social Contract Theory“ kritisiert, bei der es um das Verständnis und den Ursprung der menschlichen Gesellschaft geht. Dabei geht man davon aus, dass Menschen „free, autonomous, impartial, rational moral agents“ sind “who agree to give up some of their

individual power to do as they please and live in cooperation with others who also agree to give up some of their individual power" (Erin McKenna 1996: 48). Das heißt, dass Menschen freie, autonome, unparteiische rationale und moralische Personen sind, welche bereit dazu sind, einen Teil ihrer individuellen Macht aufzugeben und in Zusammenarbeit mit Personen, die ebenso einen Teil ihrer Macht aufgeben würden, leben.

Diese Theorie wird in sozialwissenschaftlichen Kreisen öfter diskutiert und spielt vor allem im politischen Leben eine tragende Rolle (vgl. McKenna 1996: 49).

Um aus der Gesellschaft herauszustechen, braucht es Individualisierung. Ulrich Beck hat die Individualisierungsthese geprägt. Sie besagt, dass mehrere Faktoren notwendig sind. Einerseits kann dies durch den steigenden Wohlstand, dem Bildungsniveau oder dem Beruf, sowie der steigenden Mobilität die Individualität fördert. Andererseits wird dabei auch der Lebensstil immer weniger von der Familie, Gemeinde, Religion oder der sozialen Klasse vorgeschrieben. Dabei wird der eigene Lebensstil von meinem Umfeld und Kontext geprägt und es entsteht eine individualisierte Existenzform. Er selbst beschreibt diesen Prozess folgendermaßen: „Modernisierung führt [...] zu einer dreifachen ‚Individualisierung‘: Herauslösung aus historisch vorgegebenen Sozialformen und –bindungen im Sinne traditionaler Herrschafts- und Versorgungszusammenhänge (‚Freisetzungsdimension‘), Verlust von traditionellen Sicherheiten im Hinblick auf Handlungswissen, Glauben und leitende Normen (‚Entzauberungsdimension‘), und – womit die Bedeutung des Begriffs gleichsam in ihr Gegenteil verkehrt wird – eine neue Art der sozialen Einbindung (‚Kontroll bzw. Reintegrationsdimension‘)“ (Beck 1986, S. 206).

Eine weitere soziologische Analyse kommt von Julia Twigg, welche 1979 veröffentlicht und diskutiert wurde. Sie hat sich vor allem mit der Entwicklung des Vegetarismus, welcher ab dem frühen 19ten Jahrhundert im Vereinigten Königreich, erstmals Bewegungsströme vorweist (vgl. Twigg 1979: 19). Trotzdem kritisiert sie den modernen Vegetarismus und verweist auf einen Widerspruch welcher besagt, dass der Schwerpunkt der Ernährung darauf liegt, natürliche Ernährung für das Wohlbefinden des Körpers zu pflegen. (vgl. Beardsworth, 1992: 259).

5.2. Fleischkonsum derzeit und die Auswirkungen von Covid-19

„Trotz einer mehr als fünfmal größeren Bevölkerung verbrauchen die ärmeren Länder nicht einmal doppelt so viel Fleisch wie die reicheren“ (Heinrich-Böll-Stiftung 2021, Fleischatlas)

Der “Fleischatlas” gibt „Daten und Fakten über Tiere als Nahrungsmittel“ und wird jährlich von der Heinrich-Böll-Stiftung veröffentlicht. Es ist ein Kooperationsprojekt und steht für Umwelt und Naturschutz. Laut diesem Atlas hat sich der Fleischkonsum mehr als verdoppelt in den letzten 20 Jahren. Wie viel Fleisch konsumiert wird, hängt oft von dem Einkommen des jeweiligen Haushaltes ab. Man geht davon aus, dass sich durch das steigende Einkommen und das stetige Wachstum der Bevölkerung, verantwortlich sind für die Zunahme des Fleischkonsums. Die Prognosen lauten, dass sich der Fleischverzehr bis 2028 noch bis zu 13 Prozent steigern kann, sollte er weiterhin so zunehmen wie bisher. Durch die derzeitige Covid-19 Pandemie ist das Einkommen vieler Menschen verringert, weshalb Statistiken auch aufweisen, dass 2020 weniger Fleisch konsumiert wurde. China gilt als das Land, welches den größten Fleischkonsum weltweit aufweist (vgl. Heinrich-Böll-Stiftung 2021: 10).

Durch die leichte Zugänglichkeit von tierischen Produkten und den steigenden Wohlstand in der Gesellschaft ist Fleisch für jede Person verfügbar und leistbar (vgl. Steffelbauer 2021: 193). Steffelbauer argumentiert, dass im Laufe der Zeit „[...] immer mehr Menschen immer mehr Fleisch auf ihren Speiseplan setzten und damit die Nachfrage zusätzlich ankurbelten“ (Steffelbauer 2021 193).

Vor allem in Industrieländern ist der Verzehr von Fleisch gleichbleibend, trotzdem ist eine langsame Wende zu erkennen, bei der sich immer mehr Gedanken über die Gesundheit, Tierwohl und Umwelt gemacht wird. *„Das größte Wachstum des Fleischkonsums wird in den Ländern des Südens stattfinden. Der Industrieländerorganisation OECD zufolge steigt die Nachfrage dort bis 2028 vier Mal mehr als in den Industrieländern. Ausgehend von einem viel geringeren Niveau, dafür aber mit deutlich größerem Bevölkerungswachstum als in den Industrieländern, ist der zusätzliche Konsum pro Person nicht sehr hoch. Auf dem afrikanischen Kontinent wird das besonders deutlich. Dort wächst die Nachfrage insgesamt zwar besonders schnell, aber pro Person steigt der Fleischkonsum in den nächsten zehn Jahren kaum – von 17 auf 17,5 Kilogramm“ (Statista 2021).*

In Österreich ist der Konsum von Fleisch in den Jahren von 2007 bis 2020 statistisch gleichgeblieben und beträgt zirka 550.000 Tonnen Fleisch im Jahr. Im Durchschnitt konsumierten jeder Österreicher und jede Österreicherin zirka 60,5 Kilogramm Fleisch pro Jahr, verglichen mit dem Jahr 2007, wo durchschnittlich 67 Kilo pro Kopf verzehrt wurden (vgl. Statista). Laut den klimawissenschaftlichen Empfehlungen wird dazu geraten jährlich den Konsum von 15 Kilogramm pro Kopf nicht zu überschreiten und somit den Fleischkonsum zu reduzieren (vgl. Heinrich-Böll-Stiftung 2021: 42).

Laut dem Fleischatlas beeinflusst das persönliche Umfeld stark das eigene Konsum- und Ernährungsverhalten. Diese Faktoren werden jedoch auch von der weltweiten Privatwirtschaft erzeugt, von der eher wenig Rücksicht auf Nachhaltigkeit genommen wird und gezielt auf Konsum von Fleisch geachtet wird. Angebot, Preise, sowie das gesamte Einkaufsgeschehen wird dadurch beeinflusst (vgl. Heinrich-Böll-Stiftung 2021: 42). Ebenso wird dem Fleisch eine soziokulturelle Symbolik in der Gesellschaft zugeteilt. Dabei haben Studien gezeigt, dass „die Assoziation von Fleisch und Männlichkeit weiter fortschreibt“ (vgl. Heinrich-Böll-Stiftung 2021: 42). Hierbei wird Fleisch als „kulturell tradierte und frühkindlich geprägte Alltagspraktik erfahren, und das Essen von Fleisch eine Renaissance erlebt“. Dies kommt vor allem „am Familientisch, in der Werbung, in Kita und Schule und in öffentlichen Kantinen“ zum Vorschein. „Sowohl die akute Einkaufs- und Esssituation als auch gesellschaftliche Normen und privatwirtschaftliches Marketing setzen starke Anreize“ (Heinrich-Böll-Stiftung 2021: 42)

Bei einer australischen Studie des Fleischatlas, bei der im Jahr 2018 123 Erwachsene befragt wurden, wird auch aufgezeigt, dass bei einer spontanen Entscheidung deutlich mehr Männer Fleischspeisen als „gesund“ und „lecker“ einstufen, als Frauen dies tun. Denken die Befragten jedoch bewusst über ihre Entscheidung nach, wird das Fleisch unabhängig vom Geschlecht, gleichermaßen als „gesund“ und „lecker“ eingestuft. Das Ergebnis der Studie ist somit, dass Männer Fleisch spontan oftmals mehr mit positiven Attributen assoziieren, als Frauen dies tun. Wenn sich die Betroffenen jedoch bewusst entscheiden, ist hier der Unterschied nicht allzu groß (vgl. Heinrich-Böll-Stiftung 2021:42f).

„Um den Fleischkonsum weitgehend und dauerhaft zu verringern, muss sich die ‚gesellschaftliche Infrastruktur‘ des Fleischessens verändern.“ (Heinrich-Böll-Stiftung 2021: 42). Dabei wird vor allem darauf eingegangen, dass neue staatliche Rahmenbedingungen erstellt werden, wodurch die Konsument*innen eigenständige Entscheidungen treffen können. Ebenso wie das Werbung nur über „realistische Produktionsbedingungen“

informieren dürfe und dass die Preisvergünstigungen bei Fleisch nicht unter den Produktionspreis fallen dürfe (vgl. Heinrich-Böll-Stiftung 2021:42f).

Die neue veganen und vegetarische Fleischersatz-Produktpalette wird von Jahr zu Jahr größer. Dabei wird geschätzt, dass es in den nächsten Jahren bei den Fleischalternativen ein jährliches Wachstum von 20 bis 30 Prozent geben wird. Größtenteils bestehen diese Ersatzprodukte aus „Seitan (Weizenprotein), Quorn (fermentiertem Pilzmyzel)“, Erbsen- und Lupinenproteine sowie Soja. Dabei ist die neueste Entwicklung in diesem Gebiet die Zucht von Fleisch im Labor, welche auch unter dem Namen In-vitro-Fleisch bekannt ist. Dabei wird versucht, aus tierischen Stammzellen künstliches Fleisch herzustellen (vgl. Heinrich-Böll-Stiftung 2021: 43). Die Prognose lautet, dass auch zukünftig die Nachfrage für jegliche Fleischersatzprodukte weiterhin steigen wird. Produkte, welche vegan sind und somit ohne Milch und Ei hergestellt werden, schneiden bei den Konsument*innen am besten ab. „Ob Fleischersatzprodukte das Ernährungssystem der Zukunft bestimmen werden, hängt davon ab, welche Unternehmen die Märkte prägen werden. Die Finanzkraft und Marktpräsenz großer und etablierter Akteure kann dazu führen, dass sich ihre Produkte schneller durchsetzen“ (Heinrich-Böll-Stiftung 2021: 43f).

Die Fleischersatzprodukte weisen jedoch oft einen eher unvorteilhaften Nährstoffkomplex auf. Diese können Verdickungsmittel, diverse Aromen oder Stabilisatoren enthalten. Eines der wichtigsten Qualitätsmerkmale stellt das Bio-Siegel dar, denn bei diesen Produkten dürfen keine zusätzlichen Inhaltsstoffe verwendet werden (vgl. Huber/ Keller 2017: 7).

5.3. Veganismus als Problemlösung für Alles?

„Es ist nicht das Fleischessen an sich, das nicht nachhaltig und schlecht für das Klima ist, sondern die kapitalistische, industrielle Viehwirtschaft und der exzessive Fleischkonsum, den sie den Menschen in den Industrieländern anerkundet hat, um ihrem Primärziel dienen zu können“ (Ilja Steffelbauer 2021: 199).

Ilja Steffelbauer spricht sich kritisch gegenüber dem modernen Veganismus aus und schreibt in seinem Buch „Fleisch – Weshalb es die Gesellschaft spaltet“ über die Geschichte des Fleischkonsums und die Spaltung der Gesellschaft. Vor allem kritisiert er den westlichen Veganismus und zeigt einige gesellschaftliche Probleme dieser Ernährungsform auf (vgl. Steffelbauer 2021).

Steffelbauer nimmt Bezug auf die Veganismusdebatte, festigt aber zuerst seinen Standpunkt mit der Feststellung, dass mehr Menschen „unfreiwillig eine fleischlose oder fleischarme Ernährung praktizieren, als es freiwillige Fleischverweigerer gibt.“ (vgl. Steffelbauer 2021: 201). Bei dieser Kritik bezieht er sich vor allem auf die „fanatischen Verfechter des Fleischverzichts“. Wen genau er damit meint, sei dahingestellt. Die interviewten Männer in dieser Arbeit können nicht als „fanatisch“ bezeichnet werden. (Hier eventuell noch eine Duden-Definition des Wortes fanatisch und warum das überzogen ist).

Veganismus stellt er als Phänomen einer privilegierten Gesellschaft dar, welches vor allem in der Mittelschicht auftritt (vgl. Steffelbauer 2021: 201f). Auch Schultz ist der Ansicht, dass vor allem weibliche, gebildete, junge Frauen in diese Kategorie des westlichen Veganismus fallen (vgl. Schultz 2021: 1).

Ebenso wird Kritik am kapitalistischen System in seiner ganzen Betrachtung und an der Massentierhaltung geübt, welche sich auf Dauer nicht weiter in der bisherigen Form aufrechterhalten kann. Der bewusste Verzicht von Fleisch kann dieses Problem nicht lösen. Durch seine Argumentation gibt er zu bekennen, dass ein Umdenken in der Gesellschaft stattfinden muss (vgl. Steffelbauer 2021: 207). Er selbst klassifiziert den „modernen, fanatischen Veganismus“ als eine „Zurschaustellung der globalen Mittelschicht“, welche sich durch den Konsumverzicht von anderen abgrenzen will, um ein positives Selbstbild aufrechtzuerhalten (vgl. Steffelbauer 2021: 205).

Karl-Michael Brunner beschäftigt sich als Soziologie mit der Thematik Umwelt und Nachhaltigkeitsforschung. Da der Konsum auch für ihn ein zentrales Thema darstellt, blickt er Entwicklungen von Fleischerzeugnissen sowie Fleisch gespannt entgegen. Sein

Anliegen dabei ist, dass die Produkte aus einer regionalen, sowie biologischen Produktion entspringen und unter fairen Bedingungen erwirtschaftet werden müssen (vgl. Brunner 2007: 150). Den Konnex zwischen Ernährung und der eigenen Identität stellt auch Brunner in seiner Publikation „Ernährungsalltag im Wandel: Chancen für Nachhaltigkeit“ (2007) auf. Er gibt dem Fleisch eine identitätsstiftende Eigenschaft (vgl. Brunner 2007: 214). Auch der hohe Status, welches Fleisch heutzutage noch besitzt, beeinflusst diese Identität (vgl. Brunner 2007: 214).

5.4. Einfluss der Medien

Medien spielen in vielen verschiedenen Bereichen unseres Lebens eine brisante Rolle, ebenso bei unseren Geschlechterrollen und -definitionen. Ein Mann wird dabei konkret als jemand dargestellt, der Fleisch konsumiert. ‚Männlichkeit‘ ruft jedoch aufgrund von gewalttätigen Zwischenfällen im großstädtischen Raum auch problematische Assoziationen hervor. „Archaische bzw. überholte Männerbilder stehen zwar auf dem Prüfstand, erweisen sich aber zugleich als unüberwindlich“ (Horlacher/ Jansen/ Schwanebeck 2016: 1).

Auch Raewyn Connell spricht von diesem Phänomen der internationalen Medien, Werbung und Nachrichten, welche eine stark geschlechterspezifische Arbeitsaufteilung und spezifische Geschlechterrollen aufweisen. Diese vorgegebenen Rollenbilder können visuell konstruiert, aber auch durch soziale Prozesse verändert werden (vgl. Connell 2015:17).

Steve Craig hat sich in seinem Werk „Men, Masculinity and the Media“ stark mit dem Einfluss von Massenmedien und Geschlechterrollen beschäftigt. Auch er untersucht die unsichtbaren Dimensionen konstruierter Männlichkeit und der hegemonialen Männlichkeit. Craig ist ebenso der Ansicht, dass keine einheitliche Definition von Männlichkeit existiert. Die Mehrheit der Studien weist darauf hin, dass ein Geschlechterrollenmodell in der Massenkommunikationsforschung verwendet wird. Diese Strukturen sind wie auch, Denksi und Scholle in dem Buch vorlegen, bei Musikervorbildern, zum Beispiel Heavy Metal Bands, zu finden (vgl. Denksi/ Scholle 1992: 41f). Laura Fleischer und Florian Heesch sprechen auch von dem Phänomen der Darstellung und Inszenierung von Männlichkeit in der Heavy Metal Szene und schreiben darüber folgendes: „Zudem zeigt sich in der eingehenden Auseinandersetzung mit konkreten Phänomenen von Männlichkeit, dass diese teils stark von den Gender-Konventionen ihres Genres abweichen. So finden sich beispielsweise innerhalb des Heavy Metal diverse und widersprüchliche Inszenierungen von

Männlichkeit, zum Beispiel die karnevalesken Erscheinungen von Ozzy Osbourne (Fleischer/ Heesch 2019:6).

Basierend auf den Erkenntnissen von Hank Rothgerber ist es nicht verwunderlich, dass Vegetarismus, eine Ernährung, die auf Fleisch verzichtet, häufig mit Frauen und Weiblichkeit in Verbindung gebracht wird. Die Verweigerung des Fleischessens aus Mitgefühl für Tiere widerspricht der aktuellen hegemonialen Definition von Männlichkeit. Veganismus, eine Ernährungs- und Lebensweise, die auf den Verzehr von tierischem Fleisch, Milchprodukten und Eiern verzichtet, verstärkt dieses Mitgefühl gegenüber Tieren noch stärker. Infolgedessen bedrohen vegane Männer oft das Konzept einer stoischen und dominanten Sicht auf hegemoniale Männlichkeit (vgl. Greenebaum/ Dexter 2018: 338).

6. Ergebnisse der Inhaltsanalyse

In den folgenden Kapiteln werden die Forschungsergebnisse, welche mittels der Inhaltsanalyse von Mayring kodiert und analysiert wurden, präsentiert. Überwiegend ist zu sagen, dass der Großteil der Befragten sehr ähnliche Ansichten hatte, und viele Parallelen zu finden sind. In dem nachfolgenden Kapitel möchte ich die Befragten vorstellen und darlegen, seit wann und aus welchen Beweggründen die Ernährungsformen gewählt wurden. Danach werden die Personen, welche sich als Mischköstler definieren, vorgestellt, um aufzuzeigen, warum diese Personen keine vegane oder vegetarische Ernährung in Betracht ziehen.

6.1. Gründe für Veganismus und Vegetarismus

*„[...] ich kann mich noch erinnern an eine Szene, wo ich als Mutprobe mir selber aufgelegt habe, wo ein Schweinekopf in einem Trog am Hof gelegen ist, dass ich das Auge angreife, von diesem Schweinekopf, was mir damals überhaupt nichts ausgemacht hat und im Nachhinein denk ich mir arg oder? Als Elfjähriger [...] habe [ich] mitgekriegt, also war ich dabei, wie mein Onkel ohne Betäubung [...] Ferkel kastriert hat und damit ist der Faden gerissen und [...] das eine Ferkel ist dann quasi mit offenem Unterbauch dann da-
gelegen und man konnts halt irgendwie nicht zunähen [...]“ (Martin P. Interview Z: 11-31).*

Die Interviewpartner waren alle sehr unterschiedlich, die Berufsgruppen ragten vom Mathematiklehrer bis hin zum Imbiss-Besitzer. Jeder hatte ein anderes Bild gegenüber Männlichkeit und Vegetarismus, jedoch überschneiden sich hierbei einige Männerbilder, egal ob Mischköstler, Vegetarier oder Veganer. Bevor in weiterer Folge vertieft auf die Ergebnisse eingegangen werden kann, werden die interviewten Personen und deren Beweggründe zum Vegetarismus oder Veganismus erläutern.

Martin P. nennt sich selbst seit elf Jahren Veganer und lebt schon seitdem er 15 ist vegetarisch. Hier hat er zum ersten Mal den Konnex zwischen Fleisch und Tier hergestellt. Das obige Zitat zeigt, welche Szene in seinem Leben ihn geprägt und zum Vegetarismus bewegt hat.

Der befragte Dominik S. wurde durch eine Dokumentation Namens „Cowspiracy“ vegan, ebenso wie durch die Online-Plattform YouTube. Die weitere Recherche war ein Hauptgrund, weshalb zum Veganismus gewechselt wurde. Hier wird sichtbar, wie schnell er zu Informationsquellen kommt. Für jede Person hat Veganismus auch eine andere Bedeutung. Veganismus ist nicht nur eine Ernährungsform, sondern ändert auch bei vielen Denkmustern die Grundhaltung: „Mitgefühl zeigen, nicht nur zu Tieren aber auch zu Menschen und so die Menschen in der Zukunft, welche dann die Effekte tragen werden, wenn es halt so weiter geht, wie es jetzt weiter geht. Dass die Umwelt durch die Tierhaltung weiterhin so beschädigt wird und der Regenwald durch Tierfutteranbau abgeholzt wird und [...] und auch Selbstdisziplin, sowie das man den anderen Leuten auch zeigt, dass es auch anders geht“ (Dominik S. Interview Z: 19-23). Dominik S. lebt nun seit zwei Jahren vegan.

Auch für Bernhard Z. hatte die Online Plattform YouTube eine tragende Rolle bei dem Wandel vom Mischköstler zu Veganismus. Die Videos, welche er gesehen habe, klären auf witzige, sarkastische Art zu dem Thema Veganismus auf. Der Wechsel fand bei ihm sehr radikal statt, von einem Tag auf den nächsten wird bewusst auf Fleisch verzichtet und neue Gerichte werden in den Alltag eingebaut.

Benjamin A. lebt seit 9 Monaten vegan und hat erstmals vor einem Jahr begonnen, sich mit dem Thema Veganismus zu beschäftigen „Es war ein bisschen (eine) schwierige Zeit für mich, in der (ich) viel überdacht habe und viel mich mit mir selber auseinandergesetzt habe und dann draufkommen bin, [...] ich habe [...] sehr unbewusst immer Fleisch gegessen und tierische Produkte konsumiert und habe dann einfach so [...] das Bedürfnis gehabt, das mal anders auszuprobieren“ (Benjamin A. Interview Z: 10-14).

Seit fast 8 Jahren ernährt sich Sebastian O. vegan. Auch er wurde durch Social Media auf das Wohl des Tieres aufmerksam, welches zu seinen Beweggründen zählte, zum Veganismus zu wechseln „irgendwann kann ich mich erinnern habe ich ein Jahr lang hauptsächlich auf Facebook immer wieder Beiträge gelesen und Videos angeschaut und jetzt ohne eine große Intention dahinter, wo es halt irgendwie darum ging, wie Tiere behandelt werden und dann habe ich gemerkt, ich kann das nicht mehr“ (Sebastian O. Interview Z: 14-34).

Wie lange jemand eine vegane Ernährung beibehält, ist mit dieser Arbeit jedoch nicht zu beantworten. Ilja Steffelbauer bezieht sich bei dieser Frage auf eine deutsche Studie von Pamela Kerchke-Risch aus den 1970er Jahren, welche aufzeigt, dass die Dauer eines veganen Lebensstiles bei Männern von der Beziehung mit einer Frau beeinflusst wird und diese auch die Dauer des Veganismus vorgibt (vgl. Steffelbauer 2021: 207). Die Befragten

wollen auf Fleisch verzichten, um den Tieren Leid zu ersparen. Steffelbauer nennt dies den „Bambi-Effekt“, dabei spricht er von dem modernen Phänomen, eine „emotionale Nähe“ zu Nutztieren aufgebaut zu haben, wodurch sie zu „mehr geworden sind als nur Lieferanten von Fleisch, Milch oder Wolle“. Dies ist vor allem kulturell gebunden und wird je nach Veränderung der Lebensverhältnisse beeinflusst. Dadurch entsteht eine „Entfremdung von der Realität des Lebens mit Nutztieren“ und das wiederum führt zu einer „Vermenschlichung und Verniedlichung des Tieres“. Dieses Phänomen ist auch bekannt unter dem Namen „Nature-Defizit-Störung“ und ist vor allem bei „Kindern und Jugendlichen in städtischen, wohlhabenden Schichten“ aufzufinden „wo demographisch ja auch die aktuelle Veganismuswelle zu verorten ist [...]“ (vgl. Ilja Steffelbauer 2021: 132f).

6.1.1. Veganismus als Lebenseinstellung

*„[...] , dass ich damals vegetarisch wurde, war auch so der Beginn, dass ich mich sehr viel mit anderen Gerechtigkeitsthemen auseinandergesetzt hab, also ich [...] achte sehr viel auf fair gehandeltes Gewand und Lebensmittel und so weiter, das heißt dass ich das eben nicht nur auf Tiere, sondern halt auch auf Menschen dieser Gedanke erstreckt [...]“
(Martin P. Interview Z. 35-50)*

Veganismus kann sich einerseits auf Ernährung beziehen, andererseits auch über andere Bereiche des Lebens strecken. Einige Veganer und Veganerinnen haben auch einen sogenannten „veganen Lebensstil“. Dabei wird vor allem auch auf vegane Kleidung, Schuhe und andere Produkte, welche keine Lebensmittel sind, Rücksicht genommen (vgl. Vegane Gesellschaft Österreich). Viele Kleidungsstücke werden unter anderem mit Leder oder Fellen von Tieren produziert (vgl. Martin P. Interview Z: 35-55). Jedoch wird nicht nur auf die Tierwelt Rücksicht genommen, sondern es wird auch darauf geachtet, dass das Produkt „Fairtrade“ fabriziert wurde. Dies wird folgendermaßen definiert:

„Das Fairtrade-Siegel kennzeichnet Produkte, bei deren Herstellung bestimmte soziale, ökologische und ökonomische Kriterien eingehalten wurden. Fairtrade steht für eine faire Partnerschaft auf Augenhöhe. Geschulte Auditoren prüfen die Einhaltung der Fairtrade-Standards“ (Fairtrade Deutschland).

Bei einem der interviewten Männer wird sogar die Partnerwahl beeinflusst, denn hier wird nur gedatet, wer auch einen veganen Lebensstil aufweisen kann. Auch andere

gesellschaftliche und politische Themen haben bei einigen Veganer einen gewissen Stellenwert, so beschäftigen sie sich auch mit Feminismus und Anti-Faschismus (vgl. Martin P. Interview Z: 42-55). „Ich habe das Gefühl, dass es häufig auch als Angriff auf die eigene Lebensweise gewertet wird, [...] man merkt dann schon öfters eine defensive oder (angegriffene) Reaktion, wenn man sich als vegan outet, auch wenn man jetzt die andere Person in keinsten Weise kritisiert“ (Martin P. Interview Z: 276-280). Fleischkonsum oder Veganismus zählt für einige Personen zu ihrer Identität.

Die Befragten konnten sich selbst mit dem Veganismus sehr identifizieren, da es bei vielen nicht nur ein Teil der Ernährung ist, sondern auch verschiedene Aspekte wie Konsum, Ethik und Umwelt betrifft. Auch Bernhard Z. sieht den Veganismus als seine Identität an und achtet sogar bei der Partnerwahl sehr darauf: „[...] es ist auch für [...], wenn ich auf Partnersuche gehe für mich ist das extrem wichtig, dass meine Partnerin auch vegan ist, also ich könnte nicht eine ernsthafte Beziehung mit einer Dame eingehen, die Fleisch isst, das sind so [...] Grundvorstellungen, die einfach passen müssen für eine Beziehung“ (Bernhard Z. Interview Z: 65-78).

Der Konsum ist ein identitätsstiftender Faktor und spielt bei der Gestaltung und Darstellung des Selbstbildes eine zentrale Rolle. Durch den ausgewählten Konsum, wie zum Beispiel „die Wahl einer Schuhmarke oder die Art, sich zu kleiden, vergewissern sich Individuen ihrer Zugehörigkeit zu einer spezifischen Gruppe.“ (Ermann 2020: 829). Die Differenzierung passiert über den Konsum, wodurch sich das Verständnis des Individuums aus einer Konnexion von Identität, Repräsentation und Konsum ergibt (vgl. Ermann 2020: 829).

Auch Ilja Steffenbauer sieht eine Korrelation zwischen Konsum und Identität und nennt dies als Hauptthese der Motivation des Fleischverzichtes. Nahrungstabus werden verwendet, um sich von verschiedenen sozialen Schichten abzugrenzen. Vor allem eignet sich diese Form der Identitätsstiftung für Gruppen, welche sich nur durch Verzicht abgrenzen können. Vor allem ist diese Zielgruppe in der Mittelschicht aufzufinden, jedoch im unteren Einkommensdrittel verortet (vgl. Steffenbauer 2021: 207). Durch die Entscheidung auf Fleisch zu verzichten, soll eine „lobenswerte Selbstbeherrschung“ erzeugt werden. Hierbei stellt er Veganismus als Phänomen einer privilegierten Gesellschaft dar (vgl. Steffenbauer 2021: 201f).

6.2. Gründe für eine Ernährung mit Fleisch

Können sich die Befragten vorstellen, auf Fleisch zu verzichten? Einige der interviewten Männer hatten einen vegetarischen Ernährungsplan versucht, sogar vegan, haben aber diese Art der Ernährung nicht beibehalten.

Phillip A. sieht sich selbst als eher stur an und würde nicht auf Fleischprodukte verzichten wollen. Er versucht jedoch bewusst, weniger Fleisch zu konsumieren, und hat im Laufe der letzten Jahre vermehrt versucht, den Fleischkonsum stark zu reduzieren. Er möchte diesen auch in Zukunft weiter verringern, jedoch nie komplett ausschließen. Für ihn hat das Konsumieren des Fleisches eine soziale Bedeutung.

David H. könnte sich nicht vorstellen, einem vegetarischen oder veganen Ernährungsplan zu folgen. Sein Leitsatz lautet „Ich esse Fleisch, aber ich schaue, dass ich nicht nur Fleisch esse, sondern auch hin und wieder mal (mich) vegetarisch ernähre und dass es ein bisschen abwechslungsreich ist [...]“ (David H. Interview Z: 13-15).

Der interviewte Ludwig K. hat sich selbst schon einen Monat vegan und zwei Monate vegetarisch ernährt, empfindet diese Ernährung jedoch nicht als optimal für sich selbst. Er selbst versucht größtenteils ketogen zu leben. Ebenso hat er auch schon einen Monat die Carnivore Diät probiert. Hier werden nur Fleisch und Fisch und andere tierische Produkte wie Eier und Milch konsumiert. Die karnivore Ernährung besagt, dass man auch auf jegliches Obst, Gemüse und Kohlehydrate verzichtet. Diese Diät ist das genaue Gegenteil einer veganen Ernährung. Bei seinem ketogenen Ernährungsstil wurde er schon öfters konfrontiert und hat dadurch Empathie für Männer, welche sich vegetarisch oder vegan ernähren. Dadurch, dass der Interviewte selbst verschiedene Diäten und Ernährungsweisen ausprobiert hat, kann er auch viel Empathie für vegetarische und vegane Männer aufbringen.

Michael B. hat eine Lebensgefährtin, welche sich als Vegetarierin klassifiziert. Er ist reichlich informiert über die Beweggründe für Vegetarier und Veganer und versteht auch, warum immer mehr Männer diesen Weg einschlagen. Selbst könnte er es sich jedoch momentan gar nicht vorstellen, dem zu folgen, da er einen Imbiss im ersten Bezirk besitzt, wo hauptsächlich fleischlastiges Essen verkauft wird und er somit täglich Fleisch konsumiert. Vor allem an Wochenenden wird versucht, eine gesunde und vegetarische Lebensweise anzunehmen. Für Michael hat der Fleischkonsum auch etwas vertrautes, was er

schon seit seiner Kindheit gerne gegessen hat, sogenanntes „comfort food“¹ und er möchte auf dieses auch künftig nicht verzichten.

6.3. Komplikationen bei der Ernährungsumstellung

Bei einer Umstellung der Ernährung kann es oftmals kurzfristig zu vorübergehenden Beschwerden kommen. Bei den interviewten Männern gab es teilweise kleine körperliche Veränderungen. Durchschnittlich beträgt die Dauer der Umstellung, bis sich der Körper vollständig an die neuen Essgewohnheiten gewöhnt hat 14 Tage (vgl. URL 3).

Grundsätzlich sollte man sich bei jeder Ernährungsumstellung ausreichend informieren, um genügend Vitamine und Nährstoffe zu sich zu nehmen (vgl. URL 3). Einer der Befragten, versuchte bei der Umstellung eine Rohkost-Vegane Diät. Diese Form von Ernährung besagt:

„Bei der Rohkost-Ernährung handelt es sich nach der Definition aus der Gießener Rohkoststudie um eine Ernährungsform, die weitgehend oder ausschließlich unerhitzte pflanzliche Lebensmittel enthält. Die roh-vegane Ernährung verzichtet hierbei zusätzlich auf tierische Produkte wie Rohmilch und Trockenfleisch und ist damit eine spezielle Form des Veganismus. Verzehrt werden können Gemüse und Früchte, Salat, Kräuter und anderes essbares Blattgrün sowie Nüsse, Pilze, Samen und Saaten. Hauptsächlich geht es darum, die hitzeempfindlichen Vitamine, Spurenelemente und Mineralstoffe der Lebensmittel zu erhalten, deshalb dürfen sie nicht bei mehr als 45 Grad erhitzt und verarbeitet werden.“ (Stiebritz 2018)

Bei einem der Interviewten kamen körperliche Problemantiken zum Vorschein, da er sich die ersten 3 Wochen für die Rohkost-Diät entschieden hat, jedoch diese nicht für seinen Körper geeignet war (vgl. Sebastian O. Interview Z. 44-52). Es wurden nicht genügend Kalorien aufgenommen und deswegen ist ein starkes Schwächegefühl aufgetreten. Die Entscheidung kam dann sehr rasch, die Ernährung zu einer veganen umzustellen, bei der auch gekochtes Gemüse wie Kartoffeln, Hülsenfrüchte und andere Lebensmittel verwendet werden. Von den anderen veganen und vegetarischen Männern hatte jedoch sonst keiner irgendwelche Probleme bei seiner Ernährungsumstellung feststellen können.

¹ Definition laut dem Cambridge Dictionary “the type of food that people eat when they are sad or worried, often sweet food or food that people ate as children” (Cambridge Dictionary)

7. Gemeinsamkeiten der Definition von Männlichkeit bei den verschiedenen Ernährungsformen

Bei den interviewten Männern gab es einige Gemeinsamkeiten und Unterscheidungen, bei der Definition von Männlichkeit und anderen Sichtweisen. In dem nachfolgenden Kapitel werden zuerst die Gemeinsamkeiten zunächst näher untersucht und thematisiert.

7.1. Stark, stärker, am stärksten - Körperliche Aspekte des Männlichkeitsbildes

Männlichkeit beruht auf einem gesellschaftlichen Konstrukt und hängt von dem eigenen sozialen Umfeld ab, wie ich diese selbst interpretiere und auffasse (vgl. Horlacher/Jansen/Schwanebeck 2016: 15). Die Interviewten sind sich hierbei einig und können sich nur teilweise auf eine Definition einigen.

„Auf jeden Fall wegen meiner Körpergröße, denk ich mir oft, dass ich unmännlicher bin als andere, weil ich halt nur 1,75 cm groß bin, aber ist halt so, das sind meine Gene und dann denk ich mir, wenn ich andere Männer sehe, die größer sind, ja dass ich halt unmännlicher bin als die aber ja das ist eigentlich eh ein blöder Gedanke aber trotzdem das ist halt jetzt das Einzige was ich jetzt so sagen kann“ (Dominik S. Interview Z: 167-171).

Eigene Körpergröße wird bei fast allen interviewten Männern stark kritisiert und unter die Lupe genommen. Dabei wird die eigene Männlichkeit auf Äußerlichkeiten reduziert, worunter das Selbstbewusstsein leidet und sie an ihrer Identität zweifeln lässt. Männer, die im Laufe ihres Lebens weniger wegen ihrer eigenen Männlichkeit kritisiert wurden, befassten sich dementsprechend auch weniger damit (vgl. Ludwig K. Interview Z: 104-16).

Das stereotypische Männlichkeitsbild wird bei den Befragten jedoch auch als „stark“ und einzelgängerisch angesehen. Dabei wird wieder nicht nur die körperliche Stärke gemeint, sondern auch die „soziale“ Stärke (vgl. Phillip A. Interview Z: 208-227). Darunter wird verstanden „[...]“, dass man mehr miteinander kommuniziert, mehr die Geschichten erläutert, wie sie passiert sind und so weiter, vielleicht wenn man körperlich nicht so stark steht, braucht man halt die soziale Stärke“ (Phillip A. Interview Z: 208-227). Eine genaue Definition für Männlichkeit zu geben, fällt auch Phillip A. schwer. Viel beruht auf sozialisierten und erlernten Mustern, jedoch spielen auch biologische Faktoren für die Abgrenzung von

Männlichkeit und Weiblichkeit eine Rolle (vgl. Boll 2018: 188). „[...] ,wenn jemand dir sagt: ‚aber du tötest grad ein Tier damit‘, dass (es) das männliche Verhalten [...] ist ‚ja jetzt hol ich mir erst recht ein Schnitzel‘ und dass das deswegen dann [...] männlicher macht“ (Phillip A. Interview Z: 208-227). Für den Befragten macht Fleisch einen nicht männlicher. Trotzdem benennt er Männer empathieloser als Frauen in Hinblick auf die Schlachtung des Tieres und die Umweltzerstörung durch Massentierhaltung (vgl. Phillip A. Interview Z: 208-227).

Zu anderen körperlichen Merkmalen zählt auch die eigene Gesichtsbehaarung. Der Bart ist das „klassische“ Männlichkeitszeichen unter den Befragten und wird von der Mehrheit zu dem stereotypischen Aussehen des männlichen Erscheinungsbildes gezählt. „[...] ,wenn wir schon über Männlichkeit gesprochen haben, ich weiß nicht, ob du es gesehen hast, ich habe einen Bart“ (Sebastian O. Interview Z: 291-294). Die Mehrheit der Befragten nannte diesen als Grund dem gesellschaftlichen Männlichkeitsbild zu entsprechen. Auch die Kopfbehaarung spielt für das Äußere eines Mannes eine Rolle. Vor allem im Teenageralter wurden zwei interviewte Männer deswegen konfrontiert. „[...] ich habe früher auch noch wegen Musik bedingt lange Haare gehabt und da habe ich das auch sehr, sehr oft gehört. Bevor ich noch einen Bart hatte, wurde ich aufgrund der langen Haare als Teenager als 14-15-jähriger von älteren Leuten auch [...] als Mädchen angesprochen [...]“ (Martin P. Interview Z: 88-102). Lange Haare, künstlerisches Verhalten oder in sich gekehrt. Diese Eigenschaften werden als „nicht männlich“ betrachtet und führte in jungen Jahren der interviewten Männer zu den verschiedensten Konfliktpunkten. David H. wurde ebenso wegen dem Glätten seiner langen Haare im Teenageralter öfters als „Mädchen“ bezeichnet.

Obwohl jede befragte Person das klischeehafte Männerbild dementiert hat, sehen sich einige als männlich an, wobei hier die gesellschaftlich behaftete Form von Männlichkeit gemeint ist. Folgende Stichwörter sind dementsprechend mehrmals bei den Interviewten gefallen: stark und groß. Das Wort „stark“ bezieht sich in erster Linie auf die körperliche Stärke, aber auch bei einigen Befragten auf die mentale Ebene.

„[...] ich glaube auf jeden Fall, dass Fleisch essen sowas ‚rohes‘ hat und irgendwie glaube ich bei vielen auch irgendwie das Gefühl auslöst, da ist jemand der einfach seinen Impulsen folgt [...] und irgendwie stark ist was irgendwie absurd ist ja. Stark sollte bedeuten, dass du dich sorgst, dass du für andere da bist. Das du auch dich selber in Frage stellst, das ist in meinen Augen eigentlich Stärke und nicht einfach draufhauen, laut sein und Tiere verspeisen.“ (Sebastian O. Interview Z: 238-244).

Nicht jeder Mann wird mit seiner Männlichkeit konfrontiert. So meint einer meiner Interviewpartner „ich glaube ich strahle so viel Selbstsicherheit auch aus, nennen wir es mal so, dass ich vielleicht auch deswegen weniger angegriffen werde [...], wenn ich vielleicht anders aussehen würde, ein bisschen dürrer wäre oder auch als Frau könnte ich mir vorstellen, dass du da leicht angegriffen wirst.“ (Sebastian O. Interview Z: 296-310). Selbstsicherheit als Zeichen von Stärke und Männlichkeit; auch hier wird wieder deutlich, dass Stärke ein großer Teil der westlichen Männlichkeitsstruktur darstellt. Unabhängig des Fleischkonsums wird dies von beiden Parteien so gesehen. Die Beschreibung von Männlichkeit wird auch Zusammenhang mit Führungspersönlichkeit oder Anführer-Sein gebracht und soll somit eine mentale Stärke beinhalten. Der Mann wird als Alphetier gesehen und Anführer einer Gruppe oder Gesellschaft (vgl. Dominik S. Interview Z: 65-72).

7.2. Negatives Männlichkeitsbild

Männer werden von den Interviewten teilweise als gewalttätiger eingestuft, weshalb das Bild „Tiere töten für Fleisch“ für manche Personen passen kann, ebenso wie die vielen Frauenmorde von Männern. Die Männlichkeit wird als gewalttätig und laut angesehen, dadurch wird es oftmals von der Gesellschaft so hingenommen und nicht weiter hinterfragt (vgl. Sebastian O. Interview Z: 228-236) „[...]“, wenn Männer laut und gewalttätig sind und drohen, das akzeptiert man so als Gehabe und ist dann schockiert, wenn das ganz böse endet.“ (Sebastian O. Interview Z: 219-226).

Oftmals wird man von der hegemonialen Männlichkeit als das eigene Männlichkeitsbild geprägt. Durch die Auseinandersetzung mit einem selbst vermischen diese zwei Bilder miteinander und die Definition wird verändert. Das gesellschaftliche Klischee der Männlichkeit wird jedoch trotzdem unbewusst teilweise erfüllt im Sinne von Stärke, Größe und emotionale Unterbindung beginnend in jungen Jahren.

Die Interviewten werden des Öfteren mit negativen Aspekten der Männlichkeit konfrontiert „[...]“, wenn dann eher so negative Aspekte, also ich sehe halt sehr viele negative toxische Aspekte von klassischer Männlichkeit wie zum Beispiel man darf halt keine Gefühle zeigen und man muss stark sein [...]. Fleischkonsum gehört auch ganz klassisch oft dazu. Das wird von vielen sehr mit Männlichkeit verbunden. Ja, man hört das als Mann schon öfters einmal ‚was du isst kein Fleisch?‘ und ‚da hast ja keine Kraft‘ [...], ich mein mittlerweile zum Glück eh schon länger nicht, aber früher habe ich das schon ein paar Mal gehört“ (Sebastian O. Interview Z: 60-84). Trotzdem entsprechen alle Interviewten dem

klassischem äußeren Männerbild in mindestens einem Aspekt der gesellschaftlichen Definition von Männlichkeit (stark, Bartwuchs oder emotionale Unterdrückung der Gefühle).

Dominanz und Hierarchie sind ebenso Wörter, welche die interviewten Männer mit Männlichkeit verbinden. Definiert wird Männlichkeit jedoch indirekt mit Größe: „Das Problem war [...] , weil ich schon immer für mein Alter extrem groß war, also mit 14 [...] haben Leute oft gedacht, dass ich schon 18 bin. [...] Vielleicht spielt das da auch eine Rolle, dass ich dazu einen anderen Zugang eventuell hab“ (Ludwig K. Interview Z: 92-95).

7.3. Dichotomie zwischen männlich und weiblich

„Zu definieren, was Männlichkeit ist, ist aber gleichzeitig wiederum sehr, sehr schwierig und [...], es gibt keinen wirklichen Punkt, [...], (der) alleinstehend etwas zu männlich oder weiblich macht. Aber es liegt glaube ich eher immer in der Relation zueinander und wenn wir diese Kategorien verwenden, die wir haben, also die, die männlich, weiblich (machen), dann ist es halt in der Relation zueinander, dass man das männliche zu weiblichen erkennen kann“ (Phillip A. Interview Z: 103-146).

Die Definition des Männerbildes wird bei einigen der interviewten Männer auch im Zusammenhang mit dem Frauenbild definiert „[...] die Frage ist für mich, ob ich Männlichkeit jetzt wirklich anders definiere als Weiblichkeit, ob ich da einen Unterschied mache oder ob ich einfach sage, ok, was macht den Menschen aus oder was sind meine Ansprüche an einen Menschen überhaupt?“ (Sebastian O. Interview Z: 136-146). Dabei stellt sich die Frage inwieweit Männlichkeit und Weiblichkeit getrennt voneinander definieren werden kann oder ob wir den Menschen als Person betrachten sollen und nicht als Geschlecht. Die Darstellung von männlich und weiblich wird kritisiert und als problematisch erachtet. Diese dualen Denkmuster führen zu einem Schubladendenken, ebenso kann die eigene Identität stark davon beeinflusst werden, wie ein Mann oder eine Frau gesellschaftlich angesehen wird (vgl. Connell 2015: 124f).

Viele der genannten Eigenschaften könnten ebenso auf das Frauenbild übertragen werden. Dabei können physische als auch psychische Eigenschaften beide Geschlechter betreffen „wir können uns darauf einigen, dass ich Männlichkeit so sehe: für andere da zu sein, für Schwache da zu sein, aber ich wüsste nicht, wieso das nicht für Frauen auch gilt“ (Sebastian O. Interview Z: 136-146). Das Männlichkeitsbild, für Schwächere da zu sein, betrifft ebenso Menschen wie Tiere „ich glaube, dass du als Mensch, weil dir die Kapazität gegeben ist, [...] Urteile (fällst), weil du halt deine Moral hast, die Tiere nicht haben oder auch andere Menschen der Gesellschaft vielleicht schwächere, dass es deine Verpflichtung ist, irgendwie für die da zu sein. Ich glaube, dass das uns als Menschen ausmacht“ (Sebastian O. Interview Z: 150-172).

Auch unter den befragten Mischköstlern sind einige der Meinung, dass Männlichkeit und Weiblichkeit immer mehr ineinander übergeht und heutzutage kaum noch abzugrenzen

ist. Vor allem durch Idole wie Conchita Wurst², verwischt sich das klischeehafte Männerbild und es entstehen neue Vorbilder für einen offeneren Blick (vgl. Michael B. Interview Z: 310:322). Das Hauptaugenmerk liegt auch hier bei dem eigenen Gefühl, wie man sich selbst am wohlsten fühlt und die Repräsentation der eigenen Identität ausstrahlt. Vor allem in jungen Jahren war die eigene Männlichkeit ein großes Thema. Für Michael B. gilt jedoch, je älter er wurde, desto weniger hatte er das Bedürfnis sich präsentieren zu müssen als Mann oder männlich „aber wenn du eine Familie hast, eigentlich und ich muss dir ehrlich sagen, wenn du halbwegs ausgeglichen bist, glaub ich musst eigentlich nichts mehr beweisen“ (Michael B. Interview Z: 310-322)

David H. definiert Männlichkeit über sein Aussehen, ebenso wie die eigene physikalische Stärke und Kraft. „Viele Gefühle zeigen“ wird von David H als nicht männlich angesehen. Er benennt dies auch als abgehärtete Stärke, spricht von einem hegemonialen Männlichkeitsbild. Stereotypische Stichwörter kommen dem Interviewten als erstes in den Kopf, wie etwa Autos, Fußball und Bier. Er wurde selbst in seiner Jugendzeit wegen seiner Männlichkeit konfrontiert: „[...] ich habe früher meine Haare geglättet und deswegen bin ich schon mal konfrontiert worden warum ich das mach [...], '(du) bist ja kein Mädchen warum glättest deine Haare“ (David H. Interview Z: 63-71).

Bei den befragten Männern wird Weiblichkeit nicht von der Identität eines Mannes ausgeschlossen. Für Bernhard Z. ist es genauso wichtig, ein binäres Selbstbild zu haben. Er ist der Meinung, dass Rollenbilder aus den 50er Jahren, wie er sie kennt, veraltet sind. Dabei definiert er das Weibliche mit kochen und putzen und das Männliche als handwerklich „[...] ich finde man braucht beides, um den anderen Part zu verstehen, also ich kann nur eine Frau verstehen, wenn ich selber auch ein bisschen weiblich denk, sag ich jetzt einmal, genauso umgekehrt“ (Bernhard Z. Interview Z: 84-104). Durch den übermäßigen Konsum von Fleisch können durch die Östrogene, die sich im Fleisch befinden, laut Bernhard Z., auch weibliche Züge wie ein vergrößerter Busen entstehen (vgl. Bernhard Z. Interview Z: 84-104)

² Conchita Wursts gebürtiger Name ist Thomas „Tom“ Neuwirth und er ist „ein österreichischer Sänger und Travestiekünstler. 2014 wurde Neuwirth als Kunstfigur Conchita Wurst mit dem Stück Rise Like a Phoenix Siegerin des 59. Eurovision Song Contests in Kopenhagen.“ (Wikipedia – Conchita Wurst)

7.4. Pubertäre Veränderungen

„Also ich stell selbst manchmal meine Männlichkeit in Frage, aber von anderen wurde es eigentlich noch nie so in Frage gestellt“ (Dominik S. Interview Z: 106-165)

Wie dieses Zitat schon zeigt, wird in der Jugendzeit und im Erwachsenenalter überwiegend die eigene Männlichkeit kritisiert und nicht die Männlichkeit der anderen. Dieser Prozess beginnt schon in der Pubertät mit den ersten körperlichen Umstellungen. Im jungen Alter kommen neue Themen wie die Männlichkeit und die eigene Verortung als sexuelles Wesen auf. Die körperlichen Veränderungen beziehen sich auf die körperliche Größe, Bartwuchs, sowie steigender Körpergeruch (vgl. Stier 2019: 1130). Vor allem mit der eigenen Größe, Stärke und der Frisur wurden die Interviewten in ihrer Teenagerzeit konfrontiert.

„Gerade in jungen Jahren ist es interessant, da schaut man (wo man steht) mehr oder weniger, wo bist du in der Gruppe? Aber (das ist), glaube ich, das ist so in der Schule genauso. Aber ich glaube nicht, dass das jetzt so a mit Fäusten ausgemacht wird, da wird einfach geschaut okay, wer lasst sich was gefallen und ob das mit Männlichkeit zu tun hat ja, weiß ich nicht, das ist glaub ich ein Urinstinkt oder, dass man sich irgendwie einordnet, ich weiß nur die Tiere machen das ja genauso“ (Michael B. Interview Z: 236-247).

Sowohl die Veganen als auch die Mischköstler haben der Männlichkeit ein gewisses pubertäres Verhalten zugeordnet. Testosteron beeinflusst viele Vorgänge im menschlichen Körper und beginnt am Anfang der Pubertät, die genannten Eigenschaften für die Definition von Männlichkeit, wie körperliche Stärke und Größe, zu beeinflussen „Testosteron macht ja auch das Wachstum aus, wie viel man produziert in der Pubertät und ja mein Testosteron, bin mir nicht sicher, ob das stimmt, aber denkt man sich halt je größer desto männlicher“ (Dominik S. Interview Z: 173-175).

8. Unterschiede der Definition von Männlichkeit bei den verschiedenen Ernährungsformen

„Ja, ich glaub das bezieht sich eher auf die Klischees, die man von der Schule, von den Medien so vorgelebt bekommt, maskulin, groß, vielleicht muskulös also eigentlich das klassische Schema, was du so siehst in der Werbung, oder bei den Models oder was halt vorgelegt wird, aber ich glaub das hat nur damit zu tun, dass du eben von den Medien beeinflusst wirst und das wird halt suggeriert und du kennst es eigentlich nicht anders“ (Michael B. Interview Z: 53-58).

Die Definition von Männlichkeit ist bei Mischköstlern ähnlich wie bei vegetarischen und veganen Männern. Sie bezieht sich ebenso größtenteils auf das gesellschaftliche Männlichkeitsbild. Das „Altersklischee“, welches besagt, dass das männliche Geschlecht allein die Führungsposition übernehmen kann, findet auch bei dem interviewten Michael B. keinen Anspruch mehr. Er bezeichnet es als „Inseldenken“ und sieht es als ein veraltetes Model an. Mann wie als auch Frau kann in einer Führungsposition Fuß fassen (vgl. Michael B. Interview Z: 62-68). Obwohl dies der Gedankengang von den meisten interviewten Männern ist, hat diese Ansicht noch wenig Halt in österreichischen Unternehmen gefunden. Laut dem Meinungsforschungsinstitut „Statista“ ist der „Anteil der Frauen in Geschäftsführungen und Aufsichtsräten der 200 umsatzstärksten Unternehmen in Österreich von 2011 bis 2021“ zwar um 9% bei den weiblichen Positionen im Bereich der Geschäftsführung gestiegen, jedoch liegt der Wert noch weit unter den 50% männlich/ 50% weiblich (vgl. Schultz 2021: 1). Dominik S. sieht dies jedoch anders. Er ist der Meinung, dass Männlichkeit in Zusammenhang mit einer starken Führungsposition steht. In diesem Kapitel möchte ich die Unterschiede, welche sich bei den interviewten ergeben haben, aufzeigen.

8.1. Was ist wirklich gesund? Mischkost, Vegetarisch oder Vegan

„Mit ‚Gesundheit‘ kommt man nicht weit, das weiß ich, vielen Männern ist der gesundheitliche Aspekt oft eher egal, deswegen sterben sie halt auch fünf Jahre früher durchschnittlich an Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Cholesterin usw.“ (Martin P. Interview Z: 254-262)

Bei einigen Personen spielt das gesundheitliche Befinden und Körpergefühl bei der veganen oder vegetarischen Ernährungsform eine tragende Rolle. Fleischkonsum wird dabei zum Beispiel als ungesunde Angewohnheit angesehen und gleichgesetzt mit dem Rauchen oder dem Alkoholkonsum verglichen (vgl. Dominik S. Interview Z: 33-38). Die Meinungen sind oftmals unterschiedlich. Wie im oberen Kapitel schon erklärt, kann es bei einer Umstellung oder wenn vorab nicht genügend Informationen gesammelt wurden zu Problemen bei der Ernährung kommen.

Ziel für alle interviewten Männer unabhängig des Fleischkonsums, ist eine ausgewogene Ernährung im alltäglichen Leben. Wie diese nun definiert wird, hängt von jedem persönlich ab und wird im Laufe des Lebens unterschiedlich geprägt. Vor allem spielt der B12- Wert für einige Mischköstler bei der Umstellung zu Vegetarismus/ Veganismus eine wichtige Rolle. Dabei besteht die Befürchtung, durch den Verzicht von Fleisch einen Mangel an B12 und anderen Vitaminen und Nährstoffen zu bekommen. Jedoch ist man sich auch hierbei einig „Eisen oder B-12 kannst du natürlich auch aus anderen (Lebensmittel beziehen), ich glaub du kannst die ganze Palette abdecken, aber es wird wahrscheinlich schwerer werden, ja ich geh davon aus, aber wenn man sich glaub ich informiert, dann ist es auch nicht so ein großes Problem“ (Michael B. Interview Z: 187-194). B-12 ist zwar nur schwer aus anderem Nahrungsmittel zu gewinnen, jedoch trotzdem machbar. Vor allem ist dieses Vitamin in Fleisch, Fisch, Eier und Milch, sowie fermentiertes Gemüse (z.B. Sauerkraut) enthalten (vgl. Öffentliches Gesundheitsportal Österreich).

Jedoch ist auch eine vegane oder vegetarische Ernährung nicht gleichzusetzen mit gesunder Ernährung. Wenn man sich nicht richtig über die notwendigen Vitamine und Nährstoffe informiert, kann, ganz gleich welchen Ernährungsstil man bevorzugt, ein Mangel und dadurch ein Defizit im Körper entstehen „Da gibt’s so eine Stereotype oder einen Stempel, vegan heißt das und zum Beispiel ist es halt so ein Vorurteil, dass vegane Ernährung einfach gleichgesetzt wird mit sich gesund ernähren. Das stimmt bis zu einem gewissen Grad, aber es gibt genauso veganes Essen, also du kannst genauso dich vegan ernähren

und dich ungesund ernähren auf eine andere Art und Weise“ (Benjamin A. Interview Z: 183-189).

Einige Personen sehen es als Privileg an, vegan leben zu können, da die Kosten größer wären, wenn man versucht die Nährstoffe von Fleisch durch andere Lebensmittel zu ersetzen. Deswegen wird der Kauf von Billigfleisch weiterhin getätigt. Die Suche nach neuen Rezepten wäre dementsprechend zu aufwendig und würde viel Zeit kosten, welche vor allem Eltern von Großfamilien nicht aufwenden können (vgl. Dominik S. Interview Z: 46-51).

Bernhard Z. sieht auch den Proteinmangel bei einer veganen Ernährung als Mythos an und ist der Meinung, dass dies nur sehr selten der Fall ist, da genug konsumiert wird. Hierbei ist er der Meinung, dass man zuerst die Nahrungskette des Fleisches selber betrachten sollte

„wie kommt eigentlich das Protein ins Fleisch rein und die meisten Tiere die wir essen und gegessen haben, sind ja Pflanzenfresser, also die logische Schlussfolgerung ist ja die, dass in Pflanzen das Protein drinnen ist und wenn man so Tiere hernimmt, die was groß und stark sind zum Beispiel Elefanten oder Gorillas oder Giraffen oder so, da muss man sich auch die Frage stellen, wo bekommen die ihr Protein her, also ein großes Tier, zum Beispiel ein Gorilla, der hat ja auch voll die Muskeln, wo kriegt der sein Protein her, ja der isst Pflanzen, da ist auch Protein drinnen, irgendwo kommt ja das her, das wird ja nicht gebildet in dem Fleisch selber.“ (Bernhard Z. Interview Z: 160-169).

Eine aktuelle Studie, welche eine Zeitspanne von über einem Jahrzehnt umfasst, zeigt, dass rotes Fleisch schädliche Stoffe beinhaltet. Diese fördern die Blutgerinnung, wodurch Thrombosen in den Beinen, Lungenembolie und auch Schlaganfälle begünstigt werden können. Dazu können durch Fettablagerungen in den Gefäßen Herzinfarkte ausgelöst werden (vgl. Buffa 2022: 73). Trotzdem sind sich Fleischkonsumenten bewusst, dass eine fleischlastige Ernährung Krankheiten verursachen kann, wie auch Michael B im folgenden Zitat behauptet: „[...] , dass man sagt, ok, das ist nicht so schlau, weil es Herz-Kreislauf-Erkrankungen fördert oder Krebs. Man muss [...] natürlich mit der Zeit gehen und einfach umorientieren“ (Michael B. Interview Z: 262-271). Momentan kann sich jedoch keiner der interviewten Mischköstler vorstellen, seine Ernährung zu ändern.

8.2. Selbstreflektion der eigenen Männlichkeit

„[...] ich bin jetzt nicht auf totalen Frieden aus, aber ich glaube, dass wir viele, viele Konflikte einfach punktuell minimieren können, wenn wir zu uns selbst eine bessere Beziehung haben, und ich kann jetzt nur halt für die Männer sprechen und ich denke, das sind so die, die Hauptprobleme ja zu sich zu stehen zu fühlen verstehen und das zu kommunizieren und das ist was ich mir für die Zukunft wünsche“ (Sebastian O. Interview Z: 314-339).

Der größte Unterschied zwischen den befragten Männern stellt die Selbstreflektion³ der eigenen Identität und dadurch auch der eigenen Männlichkeit dar. Vor allem ist hier ein Unterschied entlang des Alters festzustellen, des Bildungsgrades bzw. der Berufsgruppe und der Ernährungsform. Jedoch kann man hier keine endgültige mathematische „Formel“ aufstellen. Die Aspekte können bei dem Prozess mitwirken, das muss jedoch nicht so sein. In sozialen Berufen, welche die Befragten ausübten, wurde ein schon sehr stark entwickelter reflexiver Prozess wahrgenommen. Dies ist jedoch nicht auf die Allgemeinheit zu übertragen. Im pädagogischen Arbeitsbereich ist dennoch ein reflexiver Prozess miteinprogrammiert und soll auch angeregt werden (vgl. Dobmeier 2022: 1)

Die Wichtigkeit der eigenen Männlichkeit nimmt im Laufe der Zeit ab und ist im privaten Leben kein großes Thema. Dabei stellt sich die Frage „Wie sehr habe ich mich schon mit mir selbst auseinandergesetzt und dem eigenen Prozess der Selbstreflexion“. Bei der interviewten Person Sebastian O. kam es zu einem sehr großen Entwicklungsprozess, in dem seine eigene Männlichkeit öfters reflektiert wurde. Dies führte auch zu mehr Gesprächsmaterial bei den Fragen zu seiner eigenen Männlichkeit. Eine genaue Definition für Männlichkeit zu geben, ist nicht nur für Soziolog*innen und Wissenschaftler*innen schwer, sondern auch für einige der Befragten. Je mehr sich die Personen mit ihrer eigenen Männlichkeit oder dem gesellschaftlichen Männerbild beschäftigt haben, desto weniger haben sie eine eigene Definition für diese (vgl. Martin P. Interview Z: 70-79). Durch die Reflexion wird auch das Negative im Männerbild gesehen, wie zum Beispiel, dass

³ Definition von Selbstreflexion laut dem Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik: Als Selbstreflexion bezeichnet man die Fähigkeit des Menschen, über die eigene Situation nachzudenken. Reflexionen von äußeren oder inneren Beobachtungen können als Chancen zum Erkennen von Problemen und Ansatzpunkten für Veränderungen angesehen werden. Selbstreflexion setzt das Vermögen zur differenzierten Selbstbeobachtung und eine gewisse Distanz zu sich selbst voraus. (Stangl 2021).

man als Mann keine Gefühle zeigen dürfe oder gewalttätige Handlungen bereitwilliger ausführen würde. Bei dem klassischen Männerbild wird auch der Fleischkonsum mit der eigenen Männlichkeit in Verbindung gebracht.

8.3. Zugang zu Bildung

Vor allem zwei der Interviewten befinden sich vermehrt in Kreisen der Arbeiterklasse und setzen diese in Verbindung zu Männlichkeit und Fleischkonsum. Deren Ansichten sind von Interesse, weil sie bei der Beantwortung der Forschungsfrage einen Einblick in den Zusammenhang von Klasse und Fleischkonsum geben. Dies wurde nur von Männern angesprochen, welche sich selbst als Mischköstler bezeichnen.

„Das ist ein schwieriges Leben, im Gegensatz zu mir. Ich bin ja ein verwöhnter, kleiner Junge, weißt du so also mir gehts gut [...] und ich bin (auf) Privatschulen gegangen und solche Sachen. Also ich durfte auch in Blumenwiesen aufwachsen sagen wir mal und deswegen habe ich auch diese Härte, sagen wir mal nie so gebraucht, aber wenn ich dann meine anderen Freunde anschau, die wirklich unter ganz anderen Verhältnissen aufwachsen, da denk (ich) mir schon so ok manche von diesen härteren Mustern, mir liegen sie nicht, aber ich verstehe schon, warum sie an den Tag gelegt werden müssen.“ (Phillip A. Interview Z: 268-306)

Der Interviewte Phillip A. ist zwar nicht in der Arbeiterklasse aufgewachsen, kann jedoch Empathie für die Lebensweise und die fast schon „toxischen“ männlichen Charakterzüge aufbringen. „Einer ist ein [...] Waisenkind, der jetzt bei den Wiener Linien arbeitet, der andere ist jetzt Metallbauer, aber es sind dann halt auch die Frauen in diesen Kreisen, die dann genauso sich weigern, jetzt vegetarisch oder vegan zu sein. Ich glaube, das hat viel nicht unbedingt mit dem männlich und weiblich, sondern auch mit dem Bildungsgrad zu tun, auch, also beides.“ (Phillip A. Interview Z: 103-146). Viele sind Freunde aus der Arbeiterklasse, welche sich vor allem weigern, vegetarisch oder vegan zu leben. Phillip P. findet selbst, dass Fleischkonsum nicht mit männlich oder weiblich, sondern eher mit dem Bildungsgrad zusammenhängt. Auch die Sturheit vieler Männer hängt mit diesem Klischee zusammen. Er spricht dabei aus eigener Erfahrung. Frauen achten auch mehr auf die Ernährung als Männer bzw. auf die Kalorien. Bei Männern sind es oft nur sehr sportliche, welche dann infolgedessen darauf achten, ob sie genug Eiweiß zu sich nehmen (vgl. Phillip A. Interview Z: 173-188).

Auch Michael B. spricht von einem Zusammenhang zwischen „Arbeiterklasse“ und Fleischkonsum in seinem Imbiss im ersten Bezirk in Wien „[...] in der Arbeiterklasse ist es eher verbreitet, dass da Fleisch gegessen wird, weil es geheißen hat, wennst hart arbeitest, musst ein Fleisch essen [...]“ (Michael B. Interview Z: 174-185). Er selbst bezeichnet die meisten Männer, welche in seinem Imbiss kommen und Speisen konsumieren, als Schwerarbeiter (vgl. Michael B. Interview Z: 174-185).

9. Konnex zwischen Fleischkonsum und Männlichkeit

In diesem Kapitel wird die Verbindung zwischen Fleischkonsum und Männlichkeit erläutert. Teilweise ist dies auch schon in den vorherigen Kapiteln vorgekommen, da man die Themen nicht komplett voneinander separieren kann und öfters Überschneidungen stattfinden.

9.1. Äußerliche Einflüsse des Fleischkonsums

Die Interviews fanden über den Sommer im Zeitraum von zwei Monaten statt. Bei dem Thema Fleisch und Männlichkeit kamen mehreren Befragten das Bild von einem Mann, der bei einem Grill steht und ein Steak zubereitet, in den Sinn. Benjamin sagte dazu folgendes: „als erstes denke ich dabei, weil ja jetzt grad Sommer ist oder war denke ich so an Grillen. Wenn man auf die Donauinsel geht und grillt mit Freunden, dann ist es eigentlich außer Frage, ob Fleisch gegrillt wird oder nicht. Eben damit mein ich, dass das total unbewusst passiert. Grillen bedeutet (ein) totes Tier auf Feuer zu klatschen und dabei Bier zu trinken und das ist so ein bisschen ein ‚grausliges‘ Männerbild, muss ich sagen“ (Benjamin Interview Z: 61-73). Fast alle veganen und vegetarischen Männer haben sich bei den Interviews zu diesem Thema, ohne eine gezielte Frage dafür zu stellen, zu diesem Männerbild geäußert. Benjamin A. spricht über seine Erfahrung von einem Grillnachmittag in seinem Freundes- und Bekanntenkreis. Obwohl sein Umfeld dem Veganismus gegenüber offen ist, spricht er von gezielten Blicken, wenn er sein Gemüse zum Grillen mitnimmt (vgl. Benjamin Interview Z: 61-73).

Bei den Fleischkonsumenten wurde dieses Thema etwas weniger angesprochen, jedoch trotzdem in Bezug auf Werbung angeschnitten. Michael B. empfindet dies folgendermaßen „[...] dieses Barbecue, dieses amerikanische ein Mann isst ein Riesensteak [...], ich glaube die Zeiten sind auch vorbei oder ich mein ab und zu isst man ein Steak, aber das hat glaub ich nichts mit der Männlichkeit zu tun, das isst eine Frau genauso.“ (Michael B. Interview Z: 79-89). Grillen wird auch hier in Verbindung mit Männlichkeit und Fleischkonsum gebracht.

9.2. Sind Veganer und Vegetarier wirklich weniger männlich?

„[...] das ist halt das nicht Vegane eben, Veganer und Vegetarier oder Leute, die halt auf Fleisch verzichten als unmännlicher anzusehen. Dass es so eine inoffizielle nicht ausgesprochene Männlichkeitshierarchie gibt und wo man dann als Vegetarier/ Veganer dann oft als weniger männlich wahrgenommen wird [...]“ (Martin P. Interview Z: 111-114)

Sind Veganer oder Vegetarier wirklich weniger männlich als Männer, welche Fleisch zu ihrem Speiseplan zählen? Von den interviewten Männern haben dies die Mischköstler deklariert und selbst behauptet, sie empfinden Männer nicht weniger männlich, wenn sie kein Fleisch konsumieren. Michael B. findet sogar Männer, die sehr viel Fleisch konsumieren, welche er als „Hardliner“ bezeichnet, unattraktiv, da durch den hohen Fleischkonsum auch der Körpergeruch Einfluss darauf habe und dadurch unangenehme „Ausdünstungen“ entstehen (vgl. Michael B. Interview Z: 201-216).

Bei den interviewten veganen und vegetarischen Männern gab es dazu jedoch eine andere Sichtweise. Obwohl dieses Klischee nicht ausgesprochen worden ist, herrscht unterschwellig noch immer die Denkweise, dass Männer Fleisch konsumieren sollten. Teilweise passiert dies, wie schon oben genannt, durch Blicke oder auch durch direkte Ansprache (vgl. Benjamin Interview Z: 61-73).

Nicht nur Fleischkonsum wird als unmännlich angesehen, sondern auch lange Haare, künstlerisches Verhalten oder in sich gekehrte Charakterzüge. Diese Eigenschaften werden als „nicht männlich“ betrachtet und führten in jungen Jahren der interviewten Männer zu den verschiedensten Konfliktpunkten. Konfrontationen fanden bei den meisten interviewten Personen im Teenageralter statt. Auch Phillip A. wurde wegen seiner eigenen Männlichkeit kritisiert und hinterfragt. Wegen seiner langen Wimpern und femininerem Verhalten, wurde er in Schulzeiten als schwul bezeichnet. Durch seinen Hang zur Kreativität und Desinteresse an Sport wurde er weiblicher gesehen als die anderen Burschen in der Klasse. Früher hatten diese Aussagen einen stärkeren Einfluss auf den Interviewten, heutzutage kann er mit diesen Konfrontationen besser umgehen. Selbst konnte er sich nie mit den stereotypen Männerbildern identifizieren (vgl. Phillip A. Interview Z: 261-271).

Oftmals wirkt auch die aktivistische Haltung von Männern, welche zu ihrem veganen Ernährungsstil stehen, für Männer die weiterhin Fleisch konsumieren, abschreckend, wodurch das Statement entstand, das vegane Männer als „Extrem“ oder „Extremisten“

angesehen werden. Dabei gibt es aber einen grundlegenden Unterschieden zwischen veganen Männern und vegetarischen Männern. Dieser liegt nicht nur bei dem Verzicht auf Fleisch, wie aus dem Kapitel 6.1.1. herauszunehmen ist, denn dies tun beide, sondern auch den Verzicht auf Milchprodukte und andere tierische Produkte wie Honig. Dies ist der maßgebende Unterschied und wird als „Extrem“ angesehen (vgl. Dominik S. Interview Z: 41).

9.2.1. Konfrontation Männlichkeit und Veganismus

"Und was isst du heute? Gras oder Steine?" (Dominik S. Interview Z: 141-142)

Jeder Veganer wurde schon einmal in seinem Leben wegen seiner veganen Lebensweise oder seinem veganen Ernährungsstiles angesprochen. „Ich glaube, das waren interessanterweise hauptsächlich Männer oder ausschließlich Männer, die dann gerne davon berichten, wie gern sie Fleisch essen, wonach ich eigentlich nie frage, also ist nicht so, dass ich kritisiert werde, sondern dass ich dann eher verwendet werde, um das schlechte Gewissen zu erleichtern. Das sind Dinge, wo ich mich ein bisschen belästigt fühle, aber damit kann ich umgehen“ (Sebastian O. Interview Z: 200-210). Die Frage stellt sich vor allem, mit welchen Personen dann schlussendlich wirklich eine Konfrontation eingegangen wird „[...] ich nehme (mir) gerne Zeit zum Diskutieren mit den Menschen, die ich gern habe und wenn ich jemanden nicht kenne, dann lasse ich mich sehr selten auf irgendeine Diskussion ein, weil ich aus Erfahrung weiß, dass es nicht viel bringt“ (Sebastian O. Interview Z: 296-310). Steht die Person einem näher, wird die Diskussion gesucht und man versucht den eigenen Standpunkt von Veganismus zu erläutern. Vor allem treten diese Konfliktpunkte im Freundeskreis auf. Hierbei wird jedoch größtenteils über Veganismus gesprochen, nicht über die eigene Männlichkeit. Oftmals sprechen die interviewten Personen davon, dass gerne Witze oder Späße über ihren Ernährungsstil gemacht werden, wie schon das Zitat am Anfang des Kapitels zeigt (vgl. Dominik S. Interview Z: 114-142). Von diesem Phänomen sprechen mehrere der interviewten veganen Männer, jedoch haben sich die Mischköstler zu diesem Thema nicht geäußert und sind der Meinung, dass sie dies in ihrem Freundeskreis oder Familienumfeld nicht tun würden.

Laut Sebastian O. muss ein neues Männerbild her. Auch die anderen Befragten, Veganer sowie Mischköstler denken, dass es an der Zeit ist, ein neues Männerbild zu schaffen.

Dabei muss vor allem Akzeptanz gegenüber anderen entstehen, dass auch Männer mehr Gefühle zeigen dürfen und auch zu diesen stehen können. Mehr Selbstreflektion und Akzeptanz in der heutigen Gesellschaft schaffen, sowie ein Vorbild für andere junge Männer zu werden. Dies heißt für Sebastian O. auch auf jegliche Form von Gewalt zu verzichten und auf bewusster und unbewusster Ebene Achtsamkeit gegenüber Menschen sowie Tieren aufzubauen. Er möchte Teil eines besseren Weltbildes werden, das heißt auch den Umstieg zu einer fleischlosen Ernährung und Veganismus fördern (vgl. Sebastian O. Interview Z: 314-339). Viele Konfliktpunkte könnten durch eine bessere Selbstreflektion umgangen werden „[...] viele Konflikte einfach punktuell minimieren können, wenn wir zu uns selbst eine bessere Beziehung haben, und ich kann jetzt nur für die Männer sprechen“ (Sebastian O. Interview Z: 314-339).

9.3. Dualität zwischen Peripherie und Zentrum

Können nur Männer, welche Fleisch konsumieren, harte Arbeit leisten? Laut einer interviewten Person können die wichtigen Proteine auch aus anderen pflanzlichen Quellen bezogen werden. Diesbezüglich gab es einen Konfliktpunkt mit einem Mann, der einen Bauernhof betreibt, der behauptet hätte, dass man zwar Muskeln aufbauen könne als veganer Mann, jedoch nicht den ganzen Tag körperlich schwere Arbeit vollziehen, denn um die Hofarbeiten zu erledigen werde fleischliche Ernährung benötigt (vgl. Benjamin A. Interview Z: 168-179).

„Naja, ich bin am Land aufgewachsen, bin in Tirol aufgewachsen und da ist es zum Beispiel sehr, also, da merkst einen Unterschied im Umgang mit Fleisch, da hat man halt sehr leicht Zugriff auf Fleisch [...] das [...] produziert wird (auf) eine natürlichere Art und Weise, finde ich. Deswegen war Fleisch essen für mich [...] immer so Teil von allem“ (Benjamin A. Interview Z: 168-179)

Das Zitat zeigt wiederum, wie unsere Kindheit sowie unser soziales Umfeld unseren Zugang zu bestimmten Dingen wie Konsum und Fleisch, im Laufe des Lebens prägen. Ebenso spielt, wie schon erwähnt, der Habitus und die eigene Reflektion eine wichtige Rolle bei der Entwicklung des Selbstbildes. Vor allem am Land findet vermehrt der Fleischkonsum noch statt. Bei den Befragten, wo die Eltern noch am Land leben, ist Veganismus nicht sehr nachvollziehbar.

Den Freundeskreis kann man sich selbst aussuchen, jedoch nicht die Familie und genau hierbei kommt es bei dem Thema Veganismus zu Reibungspunkten. Bei dem Wechsel von Fleischkonsum zu Veganismus oder Vegetarismus sollte spätestens beim nächsten Familienessen die eigene Familie informiert werden, dass kein Fleisch mehr konsumiert wird. Hierbei kommt es bei den Interviewten zu Konfrontationen. Vor allem dann, wenn die Verwandtschaft am Land ihren Heimatsitz hat.

„[...] zum Beispiel ich beim Abendessen von meinen Eltern und die haben jetzt groß gekocht und da ist schon dieses Fleisch am Tisch und ich weiß, dass mein Vater es jetzt nicht anders machen würde, aber würde das jetzt mitessen, weil es dann sonst auch wieder irgendwo verschwendet wird, natürlich auch eine leichte Ausrede“ (Phillip A. Interview Z: 43-70). Veganismus wird fast als politisches Thema in manchen Bekanntenkreisen gesehen. Phillip A. spricht auch davon, dass man sich nicht zu sehr auf etwas festsetzen soll, da sonst die Subtilität verloren geht. Ebenso tendieren Frauen dazu einen veganen Ernährungsstil einzugehen, vor allem im Anthropologie-Studium, stellt Phillip A. fest. Demzufolge glaubt er, dass Männer auch sturer sind, was Veganismus betrifft, und diesen, seiner Meinung nach Trends, weniger oft folgen (vgl. Phillip A. Interview Z: 43-70).

Bernhard Z. ist ebenso auf dem Land aufgewachsen. Seine Familie selbst betreibt einen Milchviehbetrieb und hat somit schon einiges an Erfahrung sammeln können. Dies war auch ein Grund für den Wechsel zum Veganismus „[...] die Logik ist einfach auf der ‚Veganismus Seite‘. Ich kenn die ganzen (Produktionsketten), die ganzen Ketten was da davor sind, um tierische Produkte herzustellen und das ist einfach sowas von ineffizient [...]“ (Bernhard Z. Interview Z:176-191). Trotzdem beurteilt er seine Familie nicht für ihre Berufsgruppe und kann auch für diese Seite Verständnis aufbringen. Es treten hin und wieder Diskussionen in der Familie auf, welche jedoch schnell wieder beendet werden. Er ist der Meinung, die Ansichten der Verwandtschaft nicht ändern zu können. Vor allem die Großmutter legt ihm ans Herz, mal wieder etwas „Gescheites“ zu essen (vgl. Bernhard Z. Interview Z:179-189). Dadurch, dass er sich schon länger vegan ernährt, versucht er Diskussionen, aufgrund seiner bisherigen negativen Erfahrungen, schnell zu beenden.

10. Klischee: Männer müssen Fleisch konsumieren

In diesem Kapitel möchte ich vertiefend auf das Klischee „Männer müssen Fleisch konsumieren, um männlich zu sein“ eingehen, und auch den Ursprung des Klischees näher beleuchten, ebenso dessen Verwurzelung in der österreichischen Kultur. Zwei Bereiche verbanden die Befragten mit dem Klischee: Werbung und Social Media.

10.1. Ursprung des Klischees

„Steinzeit, Feuer machen, das Gejagte mit nach Hause bringen, am Griller hauen, das ist auch so ein Klischee, oder?“ (Michael B. Interview Z: 92-96)

Wie aus dem Kapitel 3.1 hervorgeht, wird Männlichkeit und Fleischkonsum von einem vergangenen Zeitalter, wo es noch größtenteils Jäger- und Sammlergesellschaften gab, geprägt. Aus diesem Gedankengang heraus entsteht das Denkmuster unter den befragten Personen, welche auf Fleisch verzichten: „Man(n) muss jagen, um Essen zu beschaffen“. Dafür muss ein Mann/Mensch körperliche Stärke besitzen, mit der Konklusion, dass Fleisch gegessen werden muss, um diese Kraft aufzubauen. „Keine Ahnung vielleicht vom Jagen damals oder so, Männer gehen auf die Jagd und brauchen Fleisch und bringen Fleisch heim, [...], weil das halt so typisch Klischee-Männlich ist, wahrscheinlich deswegen“ (David H. Interview Z: 110-112). Das Klischee wird sowohl von Mischköstlern als auch von Veganern mit dem „Urmenschen“ in Zusammenhang gebracht. Ebenso auch von Bernhard Z., welcher der Meinung ist, dass Männer auf die Jagd gegangen sind und damit die stärkere Geschlechterrolle eingenommen haben (vgl. Bernhard Z. Interview Z: 121-129).

Auch Dominik verbindet dieses Klischee mit einer Führerpersönlichkeit „Mental würde ich sagen, die Männlichkeit (ist verbunden mit einer) [...] Führungspersönlichkeit, also ein Anführer, ein Anführer muss männlich sein“ (Dominik S. Interview Z: 65-72). Männlichkeit wird auch bei den Männern, welche Fleisch konsumieren, als Alphaposition gesehen. Die Präsentation des eigenen Selbst spielt auch hier eine tragende Rolle. Verglichen wird diese Rollenverteilung von dem Interviewten in der Tierwelt mit einem Rudel Wölfe. Durch die „Alphaposition“ soll Ruhe in die Männergruppe gebracht werden und „jeder weiß, wo er steht“ in dem Gefüge.

In Bezug auf Männlichkeit wird von dem Interviewten Dominik S. folgendes gesagt: „ein Anführer muss männlich sein, wenn man so zurück denkt in die Steinzeit zum Beispiel an die Männlichsten die waren halt die Anführer von dem Klan also zumindest in den meisten Gruppen oder Gesellschaften und das war [...] auch oder ist jetzt noch immer so, dass jetzt der männlichste das Alphantier (ist) und (dieser) bekommt die meisten Frauen und dem Folgen alle anderen Männer [...]“ (Dominik S. Interview Z: 65-73). Ebenso findet man hier eine Verbindung zur „Steinzeit“. Jäger- und Sammlergesellschaften sind auf der Welt größtenteils in der Altsteinzeit bevölkert gewesen. Auch hier ist wieder ein sehr toxisches Männerbild in Verbindung mit Fleischkonsum vorhanden. Der Mann wird hier als Anführer oder Oberhaupt gesehen, wobei die Frau eine unterwürfige Rolle einnimmt.

Steffelbauer sieht diese Annahme jedoch kritisch: „Denn obwohl die geschlechtliche Arbeitsteilung durch die Jagd beim Menschen kulturell verankert wurde, gibt es in keiner noch bestehenden Sammler- und Jägergruppe - und wir haben keinen Grund anzunehmen, dass es bei unseren steinzeitlichen Vorfahren anders war [...] – eine Hierarchie der Arbeit“ (Steffelbauer 2021 35). Zirka 290.000 Jahre lang prägten Jäger und Sammler die Gesellschaft. Dabei wurden wichtige soziale Kompetenzen und sportliche Veränderungen erlernt. Auch ein kooperatives Verhalten musste über die Jahre in der Gruppe etabliert werden, um einen Erfolg bei der Jagd erzielen zu können (vgl. Steffelbauer 2021:31). Folglich gab es keine Unterschiede zwischen den Geschlechtern und dadurch auch kein „Alphantier“. Der Verdacht schließt darauf, dass Personen, welche besser für die Jagd geeignet waren, diese Arbeit verrichteten (vgl. Steffelbauer 2021: 36).

10.2. Fleischkonsum tief verwurzelt in der österreichischen Kultur

„[...] es wird halt [...] vom Mittelstand und [...] von der unteren Mittelklasse, (sowie) von der Arbeiterschicht eigentlich so vorgelebt von Generation zu Generation [...] das ist halt die Hausmannskost“ (Michael B. Interview Z: 79-89)

Ein wichtiger Hauptgrund für den hohen Fleischkonsum ist der Habitus und wie die einzelnen Personen mit dem Thema Fleisch aufgewachsen sind. Vor allem in jungen Jahren spielt das Essen nicht nur beim Wachstum und der Entwicklung eine wichtige Rolle, sondern bildet auch den Wegweiser für zukünftige Essgewohnheiten. Konsumiert ein Kind schon sehr viel Fleisch, wird dieses auch im Erwachsenenalter Fleisch bevorzugen (vgl. Mariano-Hetzel 2021). Ebenso gibt Brunner dem Konsum von Fleisch und seiner langen Tradition eine wichtige „symbolische Bedeutung“ in der westlichen Gesellschaft (vgl. Brunner 2007: 170).

Michael B. arbeitet bei einem Imbiss im ersten Bezirk in Wien und spricht hierbei aus Erfahrung. Er selbst bietet größtenteils nur Fleischprodukte an, welche sich auf Leberkäse, verschiedene Sorten von Würsten und Extrawurstsemmerln beziehen. Als vegetarische Kost werden Käsesemmeln und Kuchen angeboten. „Die Bandbreite ist halt eher fleischlastig, das einzige Gemüse [...] sind die Pfefferoni glaub ich und die Gurkerln“ (Michael B. Interview Z: 230-232). Personen im höheren Alter werden ihre Essgewohnheiten eher selten ändern. Seine Gäste kommen vor allem zu dem Imbiss wegen des Fleischkonsums, deswegen wird er in nächster Zeit seine verkauften Konsumgüter eher unwahrscheinlich umstellen, da es sehr schwer ist diese Zielgruppe umzupolen.

„Weils eben zu meiner Vergangenheit gehört, also zu meinem Aufwachsen. [...] wirklich zum Nachdenken habe ich begonnen mit 25, 26 da war (es) das erste Mal Thema aber natürlich, wenn du mit dem aufwachst, die Oma macht einen Schweinsbraten und dann gibt es Schnitzel in Schmalz rausbacken, [...] das sind so Sachen, die Kindheitserinnerungen, dass was als Kind, was dir geschmeckt hat, [...] des glaub ich schmeckte da dann, wennst groß bist auch noch“ (Michael B. Interview Z: 262-269).

Wie auch schon weiter oben erwähnt wurde, wird der Fleischkonsum als „Comfort Food“ von dem Interviewten Michael B angesehen. Er verbindet seine Ernährung mit seiner Kindheit. Die Verbundenheit mit dem Verzehr von Fleisch entsteht auch dadurch, dass es

einem von klein auf angelernt wird. Fleisch ist überall verfügbar und sehr leicht zugänglich für jeden Menschen. Laut Phillip A. ist der Fleischkonsum in Österreich mehr verankert als in Holland, dem Heimatland des Befragten (vgl. Phillip A. Interview Z: 209-219).

10.3. Social Media und Werbung

„[...] und dann irgendwann kann ich mich erinnern habe ich ein Jahr lang irgendwie hauptsächlich auf Facebook immer wieder Beiträge gelesen und Videos angeschaut. Und jetzt ohne eine große Intention dahinter, wo es halt irgendwie darum ging, wie Tiere behandelt werden“ (Sebastian O. Interview Z: 25-35)

Viele Personen entdecken den Zugang zum Veganismus über soziale Netzwerke und Plattformen. Ein Befragter hat wegen einigen Dokumentationen im Internet den Weg zum Veganismus gefunden und sich zu einer bewussteren Ernährungsform entschieden. Bei den interviewten Personen fiel das Wort „Soyboy“ bei mehreren Interviews

„ [...] wenn man im Internet unterwegs ist wird da viel der Begriff, ich weiß nicht ob der Begriff ‚Soyboy‘ wenn das jemanden was sagt ist halt "Sojajunge" auf Deutsch, das ist halt wenn man kein Fleisch isst (und) dann der Testosteronspiegel sinkt und dann unmännlich wird weil [...]man sagt, dass das Cholesterin oder Cholesterin im Fleisch dazu führt, dass das Testosteron erst richtig im Körper verarbeitet werden kann und wenn man kein Fleisch oder keine tierischen Produkte isst, kann man das halt nicht umwerten und [...] (bekommt) dann [...] ein Testosterondefizit oder hat weniger Testosteron als Fleischesser“ (Dominik S. Interview Z: 79-86).

An sich selbst hat er solch ein Phänomen, nach der Umstellung auf eine vegane Ernährungsweise, nicht beobachten können. Eine proteinreiche Ernährung muss nicht zwingend mit Fleischkonsum kontextualisiert sein. Einige Veganer, welche sich um einen Muskelaufbau bemühen, ernähren sich sehr proteinreich durch die Zufuhr von Proteinbars und -shakes, sowie Bohnen, Erbsen, Sojabohnen, Linsen, Kichererbsen oder Tofu (vgl. URL 8). Auch der interviewte Phillip A. erzählt von den Schimpfwörtern „Soyboy“ und „Snowflake“. „Snowflakes“ „sind Leute, die sehr schnell getriggert⁴ werden und durch Sachen, die nicht politisch korrekt sind [...] und da gehört [...] auch ‚Environmentalism‘ dazu also ist jetzt nicht nur das Sexualitätssachen, sondern auch Environment“ (Phillip A. Interview

⁴ Definition von „Getriggert“: „bedeutet, dass jemand auf ein Ereignis, ein Bild, eine Aussage, ein Wort oder ein Verhalten eines anderen stark emotional oder heftig reagiert“ (URL 7)

Z: 365-371). Durch die Umstellung von Mischkost zu veganer Ernährung sind keine Schwierigkeiten aufgetaucht bezüglich des Muskelaufbaus und der ausreichenden Proteinzufuhr, wodurch die Frage, ob Fleisch gegessen werden muss, um genug Proteine und Eiweiß zu sich zu nehmen und dadurch den Muskelaufbau zu fördern, dementiert werden kann. Dennoch setzt eine gesunde vegane Ernährungsform voraus, dass sich die Person mit dieser auseinandergesetzt hat und auf eine ausgewogene proteinreichen Nahrung achtet.

Das Klischee „Männer müssen Fleisch essen“ wird vor allem auch im Internet stark debattiert. Es besteht die Annahme, dass ein Mann Fleisch essen sollte, um die eigene Kraft zu stärken. Das Internet bietet hierbei Anonymität, wodurch sich die Personen bestärkt fühlen, ihre Meinungen zu äußern (vgl. Sebastian O. Interview Z: 235-239). Insbesondere finden diese Meinungsäußerungen auf dem Videoportal YouTube und auf Social Media Plattformen wie Facebook oder Instagram, statt. Fleisch essen wird zum Beispiel von einem veganen Mann im Interview als etwas „rohes“ beschrieben und „seinem eigenen Impuls als Mann zu folgen“ (vgl. Phillip A. Interview Z: 435- 464). Vor allem Männern, die sich bewusst dazu entschieden haben auf Fleisch zu verzichten, ist der übermäßige Fleischkonsum bei anderen Personen nicht recht. Hier wird sichtbar, dass die Annahme von Steffelbauer sich auch bei dieser befragten Person wiederfindet. Durch soziale Netzwerke findet aber auch immer mehr Aufklärung in der jüngeren Generation statt. Dies führt unter anderem auch zu einer Trendwende, und Menschen achten im Gegensatz zu den letzten 20 Jahren bewusster auf ihre Ernährung, wie auch auf regionale und biologische Produkte „, Vielleicht ist es einfach mehr oder weniger durch die Social Networks [...] auch, dass es mehr Aufklärung ist [...] und generell Medien auch, dass da irgendwie eine Trendwende gekommen ist, würde ich sagen“ (David H. Interview Z: 144-146).

Auch Bernhard Z. kann sich nicht mit diesem typischen Klischee abfinden „[...] kommt ja oft sehr stark von der Werbung, von der Werbeindustrie, zum Beispiel: ‚Real Men eat meat‘, und so Sachen, und diese ganzen (Burger-Restaurantketten) Fernsehwerbungen, wo so ein richtiger Mann mit einem fetten Bart reinbeißt [...]“ (Bernhard Z. Interview Z: 216-223).

11. Versuche einer Dekonstruktion

„Ich habe das Gefühl, dass es mittlerweile sehr verändert, [...] also, dass es immer mehr in der Gesellschaft akzeptiert wird, dass Männer kein Fleisch essen. Also da habe ich schon eine starke Veränderung im Laufe der letzten Jahre gesehen und ich hoffe, dass es noch weiter geht.“ (Martin P. Interview Z: 218-226)

Obwohl das Meinungsbild „Männer müssen Fleisch essen“ noch immer in der westlichen Gesellschaft verwurzelt ist, bemerkt David H. eine starke Veränderung des Klischees in den letzten zehn Jahren. Durch die globale Vernetzung findet ein intensiver Gedankenaustausch statt und Informationen werden schneller verbreitet. Trotzdem gibt es noch Teile der Gesellschaft, welche kaum Verständnis für vegane und vegetarische Männer entgegenbringen (vgl. David H. Interview Z: 137- 142).

Keiner der interviewten Männer, ob Mischköstler, Vegetarier oder Veganer, würde jemanden aus seinem Freundes- oder Familienkreis, sowie einem anderen diversen Umfeld, für seine Ernährung verurteilen. Dominik S. meint

„[...] , dass auch Veganer männlich sein können, ohne die Umwelt damit zu beschädigen oder sich von anderen sagen lassen zu müssen, dass sie nicht männlich sind, wenn sie kein Fleisch essen [...]. Ein gesellschaftliches Konstrukt, das einfach in so vielem drinnen ist, dass man Fleisch essen muss, um männlich zu sein, aber [...] das stimmt halt einfach nicht. Ich würde sagen heutzutage gibt es so viele, wenn man sich jetzt nicht gescheit ernähren kann oder halt keine Zeit hat zu kochen, gibts so viele Supplemente, (welche man) nehmen kann, um halt dem entgegenzuwirken und ich denk in unserer Gesellschaft vor allem in der modernen Welt sag ich jetzt mal sollte es keinem schwer fallen sich vegan zu ernähren“ (Dominik S. Interview Z: 189-197).

Vor allem bei jüngeren Männern beginnt ein Umdenken in Richtung bewussterer Ernährung indem über den Fleischkonsum nachgedacht wird. Benjamin A. würde sich wünschen, „...dass sich Menschen mehr damit auseinandersetzen, was das bedeutet, was sie da essen und die Zusammenhänge erkennen, was das nicht nur mit einem selber macht, aber was das auch mit der Umwelt mit der Natur zum Beispiel macht und das bewusster (konsumiert). Wenn sich jemand dafür entscheidet, ist es ok für mich, [...]

aber, ich würde mir wünschen, dass die Menschen das bewusster machen.“ (Benjamin A. Interview Z: 169-179).

Es besteht ein immer breitflächigeres Interesse an der veganen oder vegetarischen Ernährung, welches teilweise bereits in der eigenen Ernährung eingebaut wird. Das Interesse wächst insbesondere auch dadurch, indem im eigenen Umfeld immer öfter auch Männer bekannt sind, die sich vegetarisch oder vegan ernähren. Selbstverständlich gibt es auch Männer, welche auf den Fleischkonsum nicht verzichten möchten „Es gibt natürlich auch Leute, die sagen [...] ich esse gern mein Steak und ich schau halt wo das herkommt das Fleisch. Da gibt es halt die Hardliner, die sagen na okay, ohne Fleisch gehts gar nicht. Aber grundsätzlich ist es nimmer so, dass man das abtut. Das Thema (Veganismus) ist gang und gebe und ich finde das eigentlich immer mehr positiv aufgenommen wird und das das schon Standard wird“ (Michael B. Interview Z: 201-216). Bei den Interviews wurde auch gefragt, wie sich das Klischee „Männer müssen Fleisch essen, um männlich zu sein“ verändern kann. Die häufigste Antwort war, dass die Veränderung zuerst bei einem selbst beginnen müsste.

11.1. Dokumentarfilme und „Influencer“

Durch die steigende Anzahl an Dokumentarfilmen wie zum Beispiel „Game Changers“, wird aufgezeigt, dass auch Männer mit fleischloser Ernährung sportliche Höchstleistungen erbringen können. The ‚Game Changers‘ ist ein US-amerikanischer Dokumentarfilm aus dem Jahre 2018. Im Fokus des Films stehen vor allem Athleten, von denen viele auf eine fleischreiche Ernährung setzten, um Höchstleistungen zu bringen. Sie beantworten unter anderem die Frage, wie sich der Wechsel zu einer rein veganen Ernährung auf ihre Leistungen und auf ihr Leben auswirkte“ (vgl. URL 2). Der menschliche Körper kann sich, bei einer ausgewogenen Ernährung, alle Nährstoffe und Vitamine aus veganen Produkten holen und ist damit nicht zwingend auf einen Fleischkonsum angewiesen (vgl. URL 8). Durch die stetig wachsende Anzahl an Dokumentarfilmen kann das Männerbild kontextualisiert mit Fleischkonsum mehr und mehr erneuert werden.

Durch die sozialen Netzwerke wie Facebook, Instagram und Twitter erhalten sogenannte Influencer immer mehr Reichweite. Als Influencer werden Personen bezeichnet, welche durch ihre Blogs oder Beiträge berühmt geworden sind. Durch ihr Handeln können sie das Verhalten und die Meinungen von bestimmten Zielgruppen beeinflussen und verändern. Sie erreichen oft viele Menschen und können dadurch Produkte, Marken und

Werbebotschaften über verschiedene Kommunikationskanäle verbreiten (vgl. Hoppe 2020: 7f). Es gibt ebenso Personen, welche für Kraftsport und Fleischkonsum werben. Wie auch schon in Kapitel 10.3 erwähnt, wird das männliche Klischee oftmals durch Werbung wahrgenommen. Dieses Phänomen findet sich auch online wieder, wie zum Beispiel bei Bodybuilding- und Fitness-Marken, die einen starken Muskelaufbau mit Fleischkonsum bewerben. Die Angst davor, nicht dieselbe Leistung erbringen zu können und einen Nachteil bei einer veganen oder vegetarischen Ernährung zu haben, schreckt dabei den Interviewten Dominik S. und auch andere vegane oder vegetarische Männer ab (vgl. Dominik S. Interview Z: 86-90). Ein bekannter professioneller Bodybuilder namens Markus Rühl beeinflusst einige Hobby- Kraftsportler und sieht eine starke Verbindung zwischen dem Verzehr von Fleisch und Muskelaufbau. Berühmt wurde er auch durch sein Statement „Fleisch macht Fleisch“ und seinen „Hähnchenfleisch-Smoothie“ (vgl. URL 9). Auch die vegane Influencerin Alyse Parker aus den USA sorgte mit ihrer „Fleisch-Diät“ für Aufsehen. Nach einigen Recherchen entschied sie sich für eine 30-tägige Fleischdiät, wodurch sie einige „Follower“ verlor (vgl. Gutmann 2019: 1).

Auf die interviewten veganen Männer hatten Dokumentarfilme, ebenso wie verschiedene Influencer, einen Einfluss bezüglich ihrer eigenen Sichtweise auf Ernährung, welche dann schlussendlich zu der Ernährungsumstellung beitrugen. „Also das ist ein sehr witziger YouTube Kanal der Veganismus [...] vorstellt, aber auf sehr witzige sarkastische Art und Weise, und das hat mich auf jeden Fall sehr abgeholt und je mehr ich die Videos von denen angeschaut habe, desto mehr logisch war (es vegan zu leben), und dann hab ich den Entschluss gefasst und hab dann auch einen harten Cut gemacht, also ich war keinen Tag Vegetarier, also ich bin wirklich von Fleischesser auf vegan umgestiegen, von einem Tag auf den anderen“ (Bernhard Z. Interview Z: 37-42).

11.2. Fleisch- Ersatzprodukte

Die interviewten veganen Männer haben unterschiedliche Ansätze, wie Menschen bezüglich Veganismus und einem bewusstes Konsumverhalten erreichen werden könnten. Durch die Fleisch-Ersatzprodukte, die schon in großer Auswahl in vielen verschiedenen Supermärkten erhältlich sind, gibt es auch immer mehr Möglichkeiten und eine leichtere Verfügbarkeit für Personen, welche gerne einmal eine Alternative zu dem herkömmlichen Fleischkonsum probieren möchten. Durch die steigende Nachfrage besteht immer mehr Angebot. Die Ersatzprodukte bestehen dabei oftmals aus Getreide, Soja, Erbsen, Pilzen,

Gemüse und sogar Früchten. Sie sind sehr vielseitig verwendbar und oftmals sogar umweltfreundlicher als herkömmliche Fleischprodukte. Vor allem Flexitarier zählen zu einer immer größer werdenden Gruppe, das Angebot an Fleischersatzprodukten richtet sich vor allem an Personen, welche ihren Fleischkonsum verringern möchten (vgl. Bundeszentrum für Ernährung).

Die Produktpalette der fleischlosen Alternativen ist laut den Befragten schon sehr gewachsen aber noch ausbaufähig, vor allem wenn dieses Angebot mit der Vielzahl an Fleischprodukten in Relation gestellt wird. Ebenso wollen Menschen seltener ihre Gewohnheiten aufgeben und greifen dadurch schneller zu Fleischprodukten und klassischen Gerichten „Deswegen wissen alle, wie man sich ausgewogen mit Fleisch ernährt, aber nicht, wie man sich ausgewogen mit pflanzlichen Sachen ernährt. Der Mensch ist halt ein Gewohnheitstier und sich umgewöhnen ist halt auch ein Aufwand den eigentlich wenige nur auf sich nehmen wollen.“ (Dominik S. Interview Z: 145-154). Trotzdem sollten diese Produkte mit Bedacht verzehrt werden, da ungesunde Zusatzstoffe enthalten sein können. Die Zusatzstoffe können von Produkt zu Produkt variieren, da diese aus unterschiedlichen Inhalten bestehen (vgl. Huber/ Keller 2017: 7).

Jedoch sind die befragten Personen optimistisch, dass immer mehr Menschen den Wechsel zu Vegetarismus oder Veganismus auf sich nehmen. -Auch ein fleischloser Tag in der Woche könnte bereits einen Unterschied machen.

11.3. Verständnis und Aufklärung

„Glaube das wird, und das beobachte ich auch so in meinem Umfeld, das wird oft belächelt und nicht verstanden, [...] warum man das jetzt macht. Oft kommt dann auch so dieses Argument ja, [...] ob man die Welt verändern will?“ (Benjamin A. Interview Z: 21-24)

Vegane Männer hoffen bei dem Thema Veganismus und Fleischverzicht auf Verständnis von Personen die Fleisch weiterhin in ihrem Ernährungsplan einbeziehen. Die Interviews haben gezeigt, dass einerseits eine Aufklärung der Mischköstler fehlt und andererseits ein gegenseitiges Verständnis herrschen muss. „Definitiv, [...] ich glaub, das würde damit beginnen, dass man das überhaupt akzeptiert, dass es dieses Klischee gibt, dass man es erkennt, dass man es akzeptiert und erst dann ist, glaube ich die Grundlage gelegt, dass man es ändern kann oder nicht.“ (Benjamin A. Interview Z: 128-130). Die Veränderung

des Klischees beginnt bei jedem selbst, ebenso wie die Definierung von Männlichkeit. Dies beginnt bei dem Bewusstwerden des eigenen Selbstbildes. Äußere Einflüsse, Habitus und das Umfeld im Erwachsenenalter genauso wie in der eigenen Kindheit prägen und spiegeln unser Selbst. Durch Selbstreflexion werden diese Strukturen bewusst und können zum Beispiel dem Klischee „Männer brauchen Fleisch“ entgegenwirken. Bei den interviewten Männern, welche bewusst auf Fleisch verzichten, ist trotzdem oftmals kein Verständnis für Mischköstler vorhanden. Durch den Konsum von Fleisch entsteht Tierleid, welches durch den Veganismus vermieden werden kann, und dadurch könnte auf das besagte Tierleid verzichtet werden. Deswegen stößt das Argument „für den Genuss“ Fleisch zu essen, größtenteils auf wenig Verständnis (vgl. Martin P. Interview Z: 127-137).

Einige Mischköstler sind sich jedoch selbst gar nicht bewusst, welche Folgen aus dem Fleischkonsum entstehen. Durch gezielte Aufklärung, wie Dokumentarfilme, Social Media, Werbung oder in der schulischen Bildung, könnte dies geändert werden. Dies ist jedoch keine Garantie dafür. Ein paar der Befragten waren sich des Ausmaßes der Tierproduktion bewusst und entschieden trotzdem den Konsum von Fleisch beizubehalten, mit der Absicht in Zukunft vermehrt darauf zu verzichten. Für die interviewten Männer ist das Klischee „Männer müssen Fleisch essen“ in den letzten Jahren überflüssig und veraltet geworden.

11.4. Zukünftig mehr vegane und vegetarische Männer?

„[...] dieses Barbecue, dieses amerikanische ein Mann isst ein Riesensteak [...], ich glaube die Zeiten sind auch vorbei oder ich mein ab und zu isst man ein Steak, aber das hat glaub ich nichts mit der Männlichkeit zu tun, das isst eine Frau genauso.“ (Michael B. Interview Z: 79-89)

Vegetarismus und Veganismus erlangt immer mehr Bedeutung und wird nicht mehr nur als Modeerscheinung oder Trend gesehen. Einer der Männer, welche sich mit Mischkost ernähren, hat es sogar schon probiert vegan zu leben, hat dies jedoch als eine für ihn nicht optimale Ernährungsform empfunden (vgl. Ludwig K. Interview Z: 76-78). Für die meisten ist die Option vegetarisch zu leben eher denkbar als eine rein vegane Diät. Man würde hierbei vor allem auf eine ausgeglichene Ernährung achten. Ebenso herrscht bei den meisten kein kommender Plan diesen Wandel in naher Zukunft umzusetzen. Ein Hindernis für

diesen Wandel stellt auch die mangelnde Auswahl an vegetarischem und veganem Essen in österreichischen Restaurants dar (vgl. Michael B. Interview Z.:32-35).

„Die Lösung braucht Zeit, die verändert sich einfach und wir haben [...] (den aktuellen) wissenschaftliche Stand, dass wir wissen, dass wir das einfach nimmer mehr brauchen, vielleicht haben wir es früher gebraucht vor 10.000 Jahren, vielleicht wars damals gut, aber es rechtfertigt halt nicht das wir das jetzt da noch immer so machen“ (Bernhard Z. Interview Z:140-144). Vegetarier, Veganer und auch Mischköstler wissen, dass sich Fleischkonsum und Massenproduktion künftig ändern sollten. Bei jedem einzelnen Menschen liegt die Verantwortung das Beste aus sich selbst und der Gesellschaft zu machen, sowie Respekt gegenüber jedem Lebewesen einzuhalten.

„ich glaube schon, dass es sich über die Länge nicht mehr so halten kann und zu den Leuten, die das wegen ihrer Männlichkeit nicht machen können, würde ich dann doch mal sagen [...] es gibt auch viele [...] männliche Stereotypen die sagen ‚Frauen kümmern sich um den Nachwuchs‘ und sonstige Sachen und ein guter Vater sein und eine soziale Rolle spielen für das die Zivilisation sich auch morgens erhalten kann, das macht man halt glaub ich nicht, wenn man jeden Tag vier Portionen Fleisch isst [...]“ (Phillip A. Interview Z: 396-401).

12. Vernetzung und Conclusio

In diesem letzten Kapitel möchte ich die zentralen Ergebnisse und Antworten, welche ich in meiner empirischen Forschung sammeln konnte, rekapitulieren und mit der theoretischen Literatur verknüpfen. Zuletzt werden die Vernetzungen präsentiert, woraufhin die Beantwortung der anfangs gestellten Forschungsfragen stattfindet.

12.1. Vernetzung

„Also ich glaube, dass jeder die Verantwortung hat, das Beste aus sich zu machen“ (Sebastian P. Interview Zeile 228-236).

Vor allem in Werbung und Social Media Plattformen sind Geschlechterrollen noch immer stark verankert. Carole Adams spricht von dem Phänomen, dass die Botschaft des Fleisches mit der männlichen Rolle assoziiert wird (vgl. Adams 2002: 11). Ebenso spricht sie davon, dass Gemüse eine Nahrung für Frauen ist und bezeichnet Fleisch als Männernahrung, wodurch Weiblichkeit mit Vegetarismus und „Verweichlichung“ gleichgesetzt wird und Fleischkonsum mit einer potenten Kultur und einem Individuum. Wie ich bei den Interviews feststellen konnte, gibt es auf jeden Fall eine größere Anzahl an weiblichen Veganer*innen und Vegetarier*innen. Im Bekanntenkreis wurden vermehrt weibliche Personen, welche sich fleischlos ernähren, genannt und nur sehr wenige Männer. Auch Brunner und Steffelbauer sehen die demographischen Aspekte des Verzichts auf Fleischkonsum eher in der weiblichen Bevölkerung verankert.

Die interviewten Männer, welche Fleisch konsumieren, bewerten selbst den übermäßigen Fleischkonsum als negativ. Auch Carol Adams spricht in ihrer These von diesem Phänomen. Dabei schreibt sie von dem Vorrecht der herrschenden Klasse, welche erstens vorgibt, was konsumiert wird und zweitens von dem Problem das viele Fleischkonsumenten sich über die Folgen wie Krankheiten, den Tod von Tieren und auch ökologische Schäden bewusst sind, jedoch diese Punkte für die Person in einer fleischessenden Kultur nicht von Bedeutung ist (vgl. Adams 2002: 12). Die befragten Veganer und Vegetarier können nur wenig Verständnis dafür aufbringen, dass trotz der Informationen und des erzeugten Tierleides durch Fleischkonsum, keine Veränderung der Ernährung stattfindet.

Das Klischees „Männer müssen Fleisch essen“ hat in Jäger- und Sammlergesellschaften seinen Ursprung, wie in Kapitel 3.1. nachzulesen ist. Schon früh wurden diese Muster und Geschlechterrollen verteilt, wobei größere Männergruppen auf die Jagd gingen, und Wildfleisch fingen, und Frauen sich in der Regel um das Sammeln von pflanzlicher Nahrung kümmerten (vgl. Love/ Sulikowski 2018: 2). Auch die befragten Veganern/Vegetariern sowie Mischköstler äußerten die Vermutung, dass die Verbindung zwischen Fleischkonsum und Männlichkeit, tiefer, lang zurückliegende evolutionäre Wurzeln hat. Dieses Argument wurde jedoch von den Interviewten, welche sich fleischlos ernähren, entkräftet mit der Begründung, dass die hier lebenden Menschen nicht mehr auf die Jagd gehen müssen, sondern die Lebensmittel aus dem Supermarkt erhalten können und dadurch größere Ernährungsoptionen vorhanden sind.

Der Fleischkonsum hatte in der europäischen Geschichte eine zentrale Bedeutung und wurde meist nur vom Adel verzehrt, da es für den Großteil der Gesellschaft nicht leistbar war, dies täglich in den Speiseplan zu integrieren. Heutzutage ist es jedoch für viele Menschen essenziell, Fleisch in ihren alltäglichen Mahlzeiten zu integrieren und teilweise undenkbar, dieses wegzulassen (vgl. Love/ Sulikowski 2018:1). Vor allem geben Schlachthöfe einen kritischen Einblick auf die kapitalistische Industrialisierung, welche den zunehmenden Fleischkonsum vorangetrieben hat (vgl. Steffelbauer 2021: 188).

Steffelbauer benennt den Veganismus als eine Aufrechterhaltung des eigenen Selbstbildes, welches sich durch den Konsumverzicht von anderen abgrenzen will. (vgl. Steffelbauer 2021: 205). Die befragten Veganer argumentieren jedoch, dass sie einen bewussteren Konsum in der Gesellschaft erhoffen und mit ihrem eigenen Ernährungsstil auf die jetzige prekäre Situation aufmerksam machen wollen. Steffelbauer und die interviewten Veganer sind sich jedoch in einem Punkt einig: dass der Massenkonsum, in dem Ausmaß in welchem er momentan stattfindet, so nicht weiter funktionieren kann, und Änderungen voranschreiten müssen. Auch die Vegane Gesellschaft Österreich sieht es als Ziel des Veganismus, Tierleid zu vermeiden. Dabei werden nicht nur Tiere mit dem besagten „Bambi-Effekt“ eingeschlossen, sondern das gesamte Tierreich.

Wie auch schon im Fleischatlas von der Heinrich-Böll-Stiftung zu sehen ist, nehmen Fleischersatzprodukte zunehmend den weltweiten Markt ein. Die Nachfrage steigt stetig und findet vor allem unter Veganer*innen immer mehr Andrang. Die interviewten Männer, welche auf Fleisch verzichten, sind sich einig, dass es durch das steigende Sortiment an Fleischersatzprodukten immer leichter fällt, sich pflanzlich zu ernähren. Die Umstellung zu Vegetarismus oder Veganismus kann dadurch auch leichter fallen, da nicht auf alles

verzichtet werden muss, was in fleischlicher Form geschmeckt hat. Trotzdem meinen die Befragten, dass man sich nicht ausschließlich von diesen Produkten ernähren sollte, sondern eine gesunde, ausgewogene Ernährung stattfinden muss. Nicht jeder Mensch kann nachvollziehen, warum man solche Ersatzprodukte essen muss bzw. warum fleischliche Produkte in veganer oder vegetarischer Form nachgemacht werden, da man ja eigentlich auf Fleisch verzichten will. Oftmals werden Veganer und Vegetarier mit dieser Aussage konfrontiert. Doch für die meisten hat der Verzicht auf Fleisch nicht stattgefunden, weil es geschmacklich nicht ausreichend war, sondern weil es aus klimatechnischen, ethischen und ökologischen Gründen nicht mehr vertretbar war, dieses zu konsumieren. Langzeitveganer/ -vegetarier werden immer wieder auf ihren Ernährungsstil angesprochen und finden sich, über die Jahre gesehen, mit dieser Konfrontation ab. Jedoch widersprechen die befragten Fleischkonsumenten diesem Statement und sind der Meinung, dass sie auf keine Diskussionen aufgrund der Ernährung mit anderen Männern eingehen würden.

Nach der Individualisierungsthese von Ulrich Beck hat jede Person ihren eigenen Zugang zu ihrer Identität. Auch bei den Befragten ist dies deutlich sichtbar. Personen, die bewusst auf Fleisch verzichten, sind oft in Kreisen unterwegs, wo diese Meinung geteilt wird. Bei den fleischkonsumierenden Personen befindet sich demgegenüber selten ein männlicher Veganer oder Vegetarier im Freundeskreis, und er wird dadurch eher selten mit diesem Thema konfrontiert. Hier kommt es eher vor, dass Vegetarier*innen und Veganer*innen erwähnt werden.

Medien, Werbung und soziale Netzwerke können, wie auch schon Raewyn Connell schreibt, ausschlaggebend für die zukünftige Entwicklung des Begriffes von Männlichkeit sein. Generell ist derzeit noch weitgehend ungewiss, „wie Männlichkeit als Begriff, als Kategorie und als Geschlechtseigenschaft künftig zu denken sein wird“ (Horlacher/Jansen/Schwanebeck 2016: 21). Männlichkeit als Identitäts- und Geschlechtsmerkmal ist offensichtlich weniger streng und exklusiv geworden, die vormals klaren Grenzen der Dualität sind verloren gegangen, ebenso sind sie auch weniger von hegemonialen Strukturen geprägt. Trotzdem passt die noch vorhandene hegemoniale Männlichkeit, laut Rothgerber, in das männliche Schema der Empathielosigkeit gegenüber Tieren. Fleisch wird auch verglichen mit Gewalt, „das rohe Blutige“. Auch die befragten Veganer und Vegetarier konnten eine Korrelation zwischen den Themen Aggression, Stärke und Gewalt in Bezug auf Fleischkonsum finden.

Raewyn Connell betont, dass das Geschlecht in der Gesellschaft reproduziert wird und durch das biologische determiniert. Somit existiert das „Geschlecht in dem Ausmaß, in

dem die Biologie das Soziale nicht bestimmt. Das „Geschlecht wird als Struktur der sozialen Praxis“ wahrgenommen und auf den Körper reduziert (vgl. Connell 2015: 124f).

12.2. Beantwortung der Forschungsfrage

Eine Herausforderung in der Beantwortung der Hauptforschungsfrage liegt in der fehlenden Definition von Männlichkeit, denn eine konkrete existiert nicht. Der Begriff der „Männlichkeit“ formt sich aus verschiedenen Aspekten, Lebenserfahrungen, sowie auch anderen Einflüssen. Auch impliziert der Begriff „Männlichkeit“ die binäre Vorstellung von zwei Geschlechtern. Er ist sozial konstruiert und problematisch, da mit diesem auch hierarchische, patriarchale und heteronormative Strukturen reproduziert werden. „Männlichkeit“ als Begriff und als soziales Konstrukt ist also kritisch zu betrachten.

Fleischkonsum und Männlichkeit sind bewusst genauso wie unbewusst in unserer Gesellschaft verankert. Fleisch wird hierbei vor allem dem Mann zugeschrieben und bildet sich aus seinem Habitus und seiner Identität heraus. Diese Strukturen sind schon lange vorhanden und finden argumentativ den Ursprung in Jäger- und Sammlergesellschaften. Auch jetzt noch werden diese Gedankengänge weiterhin verbreitet. Vor allem geschieht dies durch Medien, Social Media und Werbung. Laut Steve Craig werden absichtlich solche Geschlechterrollen in den Massenmedien verwendet und gefördert. Diese Rollenbilder leiten auch hier das Bild des Mannes, welcher Fleisch konsumieren muss, weiter und werden in der Gesellschaft reproduziert. Somit ist zu sagen, dass diese Verbindung von Fleischkonsum und Männlichkeit noch immer im Gedankengut der österreichischen Bevölkerung fest sitzt. Der Fleischkonsum hat in den letzten 10 Jahren nur wenig abgenommen, die vegetarisch und vegan lebenden Menschen sind größtenteils weiblich. Toxische Männlichkeit kann auch als Teil von übermäßigem Fleischkonsum verstanden werden, muss aber nicht auf jeden Mann zutreffen.

Die Hauptforschungsfrage:

Inwiefern wird Männlichkeit mit Fleischkonsum in Zusammenhang gebracht und wie werden Männer, die bewusst auf Fleischkonsum verzichten und ihre „Männlichkeit“ von ihnen Selbst als auch von anderen Männern in der österreichischen Gesellschaft gesehen?

Diese Frage konnte aufgrund meiner empirischen Forschung und der sozialwissenschaftlichen Theorien, welche verwendet wurden, beantwortet werden. Die Ergebnisse zeigen,

dass hegemoniale Männlichkeit im Konsum von Fleisch widerspiegelt wird. Männer, welche die Entscheidung treffen kein Fleisch zu konsumieren, wurden seit ihrer Ernährungsumstellung immer wieder mit Intoleranz und verschiedenen Diskussionsthemen konfrontiert. Je länger die betroffene Person sich ohne Fleisch ernährt, desto weniger wird auf Konfrontation diesbezüglich eingegangen. Die veganen und vegetarischen Männer sehen sich selbst trotz ihres Verzichtes auf Fleisch als sehr männlich an. Auch sportlich gesehen konnten die Befragten keinerlei Unterschiede nach ihrer Ernährungsumstellung feststellen, ebenso konnten sie keinen Mangel an Protein und Eiweiß erkennen.

Die Subforschungsfrage:

Wie könnte man dem Klischee „Männer müssen Fleisch essen, um männlich zu sein“ entgegenwirken?

Darauf haben mehrere Faktoren einen Einfluss. Hegemoniale Männlichkeit und toxische Männlichkeitsstrukturen müssten in der Gesellschaft bewusst und aktiv verändert werden, damit diese nicht weiterhin reproduziert werden. Geschlechterrollen sind gesellschaftlich festgelegt und tief in kulturellen Strukturen verankert. Unter anderem werden diese Strukturen in Massenmedien sowie sozialen Netzwerken verbreitet. Eine Veränderung der Strukturen kann auch zu einem schnelleren Wandel führen und für mehr Verständnis und Aufklärung in der Gesellschaft sorgen. Ebenso kann dieses Klischee auch durch die steigende Nachfrage und das wachsende Angebot an Fleischersatzprodukten in Supermärkten verringert werden. Durch die Überflussgesellschaft ist Fleisch für jeden zugänglich geworden. Wie auch oben erwähnt, ist es ausschlaggebend, wie sich jede Person definiert. Männlichkeit ist hierbei nicht gleichzusetzen mit Mann. Ebenso benötigten die Befragten keinen Fleischkonsum, um sich männlicher zu fühlen.

12.3. Conclusio

In meiner Masterarbeit habe ich den Fleischkonsum in Zusammenhang mit Männlichkeit gebracht und eine Sichtweise auf die Männlichkeit von veganen und vegetarischen Männern sowie Mischköstlern dargelegt. Veganismus und Vegetarismus ist einerseits ein bestimmter Ernährungsstil, andererseits auch eine Art von Lebenseinstellung, welche sich mit der Ethik des Fleischkonsums, ebenso wie dem Klimawandel und anderen Aspekten beschäftigt. Veganismus bedeutet für die meisten befragten Personen, Mitgefühl für Mensch und Tier zu haben. Immer wieder werden Veganer auf ihre Ernährungsform angesprochen, doch auch dies verändert sich langsam. Das Klischee: „Männer müssen Fleisch essen, um männlich zu sein“ ist weniger oft zu hören. Dies kann beeinflusst werden durch neue Fleischalternativen, Veränderungen im Umfeld, sowie der Aufklärung der Gesellschaft. Die Auswahl an vegetarischem oder veganem „Ersatz-Fleisch“ wird immer größer und erhält auch Aufmerksamkeit von fleischkonsumierenden Personen. Auch durch die Ausbreitung verschiedenster Dokumentationen und Social Media steigt das Wissen über Fleischkonsum und seine negativen Folgen auf der ganzen Welt.

Der Begriff der Männlichkeit ist nicht statisch, sondern ständig im Wandel. Männlichkeit wurde von den interviewten Männern unterschiedlich beschrieben und befindet sich momentan in einem Umschwung. Das kollektive Bild von Männlichkeit kann vor allem durch den medialen Einfluss und Social Media wie Facebook oder Instagram verändert werden. Je älter die befragte Person wurde, desto weniger wichtig wurde ihr die eigene Männlichkeit, die somit auch ein kleinerer Teil der eigenen Identität wurde. Das gesellschaftliche Klischee der Männlichkeit wird teilweise jedoch trotzdem unbewusst im Sinne von Stärke, Größe und Unterdrückung von Emotionen, beginnend in jungen Jahren erfüllt. Oftmals werden die negativen, gesellschaftlichen Aspekte der Männlichkeit erst durch die Selbstreflektion bewusst. Ebenso werden biologische und soziale Muster vermischt, welche das Selbstbild darstellen.

Das gesellschaftliche Klischee „man muss Fleisch konsumieren, um männlich zu sein“ ist noch immer stark verankert. Alle interviewten Personen sind sich jedoch einig, dass weder Veganer, Vegetarier noch Mischköstler auf Grundlage ihrer Ernährungsform mehr oder weniger männlich sind. Dieses Ergebnis veranschaulicht, dass sich das Klischee im Wandel befindet. Der Veganismus steht bei den Befragten über der eigenen Männlichkeit und ist dadurch ein wichtiger Teil der eigenen Identität. Ebenso wurde das Klischee dementiert, dass Veganer Fleisch bräuchten, um einen guten Muskelaufbau zu haben. Sport wird

größtenteils als Hobby betrieben, aber auch als Kompensation, um ein „guter Veganer“ zu sein und die körperliche Stärke unter Beweis zu stellen, und zu zeigen, dass trotz veganer Ernährung Muskelaufbau stattfinden kann. Fazit ist, dass für keinen der interviewten Männer Fleischkonsum zu einer höheren Männlichkeit führt. Männlichkeit hängt immer von der jeweiligen Definition der einzelnen Person ab und wird heutzutage nicht nur in einem dichotomen Denken zwischen „Männlich“ und „Weiblich“ gesehen, sondern in vielen verschiedenen Variationen. Diese werden durch gesellschaftliche und soziale Normen geprägt und sind ein Teil der eigenen Identität. Die Veränderung der eigenen Ernährung ist oftmals schwierig, obwohl einem bewusst ist, welche Risiken Fleischkonsum mit sich bringt. Männer haben dabei mehr Probleme bei der Akzeptanz von Veganismus als Frauen es haben. Das stereotypisierte Bild der Männlichkeit zeigt noch immer einen sehr starken Zusammenhang zwischen Fleischkonsum und Männlichkeit. Fleisch und Fleischprodukte sind so leicht verfügbar wie noch nie. Die Gesellschaftsstrukturen, welche Männlichkeit mit Fleisch verbinden, sind schon lang verankert und stammen aus den Zeiten von Sammler- und Järgergesellschaften, welche in Österreich schon lange nicht mehr präsent und trotzdem tief verankert in der Entwicklung des Menschen sind. Sie können sich nur dann verändern, wenn in der Allgemeinheit ein Umdenken stattfindet. Dieses Umdenken könnte durch Massenmedienkommunikationsmittel und globale Vernetzung schneller stattfinden als je zuvor.

Literaturverzeichnis

ADAMS, Carol J. (2002). Zum Verzehr bestimmt: eine feministisch-vegetarische Theorie. Guthmann-Peterson.

ALEXANDER, Katharina. (2018). Wenn Männlichkeit toxisch wird: So leiden Männer unter Geschlechterrollen.

ANDERSEN, Kip / KUHN, Keegan/ DICAPRIO, Leonardo. (2014). Cowspiracy. Das Geheimnis der Nachhaltigkeit. Vereinigte Staaten.

BEARDSWORTH, Alan/ Keil, Teresa. (1992). The vegetarian option. Varieties, conversions, motives and careers. In: The Sociological Review, Vol. 40, S.253-293.

BECK, Ulrich. (2012). Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne. Frankfurt a.M.: Suhrkamp (Erstauflage 1986).

BELLER Svenja et al. (2013). Besser Esser. In: greenpeace magazin, 2013/3, S. 29 – 24

BOLL. (2018). Männlichkeit(-en) zur Ansicht. In Autopornografie (Vol. 25, pp. 186–254). De Gruyter.

BRUNNER, Karl-Michael et al. (2007). Ernährungsalltag im Wandel: Chancen für Nachhaltigkeit. Wien: Springer.

BUFFA, Romano et al. (2022). The microbial gbu gene cluster links cardiovascular disease risk associated with red meat consumption to microbiota L-carnitine catabolism. Nature Microbiology, 7(1), 73–86. <https://doi.org/10.1038/s41564-021-01010-x>

BUNDESZENTRUM FÜR ERNÄHRUNG. (2020). Pflanzliche Alternativen zu Fleisch. Seitan, Tofu, Lupino, Quorn – das „Who’s who“ der Fleischalternativen. <https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/orientierung-beim-einkauf/fleischersatzprodukte/> [letzter Zugriff: 14.01.2022; 14:30]

BUNING-FESEL, Margareta/ RUCKERT-JOHN, Jana. (2016). "Why Do Men Eat How They Eat?; Considerations from a Nutritional- and Gender-sociological Perspective/Warum Essen Männer Wie Sie Essen?; Überlegungen Aus Ernährungs- Und Geschlechtersoziologischer Perspektive." Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz 59.8: 950.

CAMBRIDGE DICTIONARY. Wortdefinition „Comfort Food“. In: Cambridge Dictionary Online. <https://dictionary.cambridge.org/de/worterbuch/englisch/comfort-food> [letzter Zugriff: 02.12.2021; 18:30]

CLARK, Brett/ FOSTER, John B. (2000). Henry s. Salt, socialist animal rights activist: An Introduction to Salt's "A Lover of Animals" Organization & Environment, 13(4), 468–473.

CONNELL, Raewyn/ MEUSER, Michael / MÜLLER, Ursula. (2014). Der Gemachte Mann (4. durchgesehene und erweiterte Aufl. 2015, Vol. 8). Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH.

CURBACH, Janina/ Brandstetter, Susanne/ Rüter, Jana / Lindacher, Verena / Loss, Julika. (2013). Wie Gehen Frauen Mit Den Ungesunden Essgewohnheiten Ihrer Männer Um? Qualitativ-explorative Ergebnisse Zu Sozialen Ernährungsstrategien Im Rahmen des Projekts „GENIESSER Oberpfalz.“ Das Gesundheitswesen.

DEGELE, Nina. (2007). Männlichkeiten queeren. In: Bauer, R./Hoenes J./Woltersdorf V. (Hrsg.). Unbeschreiblich Männlich. Heteronormativitäts-kritische Perspektiven. Hamburg, S. 29-42

DENSKI, Stan/ SHOLLE, David. (1992). Metal Men and Glamour Boys Gender Performance in Heavy Metal. In: Steve Craig. Men, Masculinity and the Media. SAGE Publications, Inc, 1992.

DOBMEIER, Astrid. (2022). DeSelfie: Was ist Selbstreflexion? Selbstreflexion: Definition, Methoden, hilfreiche Fragen, Nutzen Zusammenhänge verstehen. DeSelfie. <https://www.deselfie.de/was-ist-selbstreflexion/> [letzter Zugriff: 22.02.2022; 02:20]

EITENBERGER, Magdalena. (2019). Was ist ein Flexitarier? <https://www.gesund.at/ernaehrung/flexitarier-schnell-erklaert/> [letzter Zugriff: 20.02.2022; 12:40]

ERMANN, U.; PÜTZ, R.; SCHRÖDER, F. (2020): Geographien des Handelns und des Konsums. In: Gerhardt, H.; Glaser, R.; Radtke, U.; Reuber, P.; Vött, A. (Hg.): Geographie. 3. Auflage. Heidelberg: Springer Nature, S. 819-842.

DOMKE, Felix. (2018). "Vegetarian and Vegan Products - Labelling and Definitions." European Food and Feed Law Review 13.2, S. 102-107.

FAHRENSCHON, Natalie. (2016). 10 positive Effekte einer Ernährungsumstellung. <https://www.vitafy.de/magazin/thema/10-positive-effekte-einer-ernaehrungsumstellung/> [letzter Zugriff: 11.01.2022; 18:50]

- FAIRTRADE DEUTSCHLAND. (2021). Was ist Fairtrade <https://www.fairtrade-deutschland.de/was-ist-fairtrade> [letzter Zugriff: 11.01.2022; 18:40]
- FENSKE, Uta/ SCHUHEN, Gregor. (2012). Ambivalente Männlichkeit(en). Maskulinitätsdiskurse Aus Interdisziplinärer Perspektive. Opladen Verlag
- FINGERLING, Verena/ GODEMANN, Jasmin. (2019). "Mediale Konstruktionen Von Fleisch. Überlegungen Zur Analyse Komplexer Ernährungsdiskurse." Diskursanalyse Für Die Kommunikationswissenschaft. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden.
- FLEISCHER, Laura Patrizia/ HEESCH, Florian. (2019). "Sounds like a Real Man to Me" – Populäre Kultur, Musik Und Männlichkeit. Vol. 69. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden. Geschlecht Und Gesellschaft.
- FLICK E. / ROSE, L. (2012). Bilder zur Vergeschlechtlichung des Essens. In Gender (Issue 2, pp. 48–65). Deutsches Zentralinstitut für soziale Fragen/DZI.
- GENDER GLOSSAR – Männliche Herrschaft – Daniela Heitzmann <https://gender-glossar.de/m/item/40-maennliche-herrschaft>
- GREENEBAUM, Jessica / Dexter, Brandon. (2018). Vegan men and hybrid masculinity. Journal of Gender Studies, 27(6), 637–648.
- GUTMANN, Juliane. (2019). Vegane Influencerin macht Fleisch-Diät: So krass reagieren Ihre Anhänger. <https://www.tz.de/leben/gesundheit/vegane-influencerin-macht-fleisch-diaet-krass-reagieren-ihre-anhaenger-zr-13285328.html>
- HEINRICH BÖLL STIFTUNG. (2021). Die grüne politische Stiftung. Wer wir sind. <https://www.boell.de/de/stiftung/wer-wir-sind> [letzter Zugriff: 14.01.2022; 14:00]
- HORLACHER, Stefan/ JANSEN, Bettina/ SCHWANEBECK, Wieland. (2015). Männlichkeit. Stuttgart: J. B. Metzler'sche Verlagsbuchhandlung & Carl Ernst Poeschel GmbH.
- HOPPE, Angelina. (2020). The relevance of influencer marketing for sustainable brands and a sustainable lifestyle. Universität Wien.
- HUBER, H. / KELLER, M. (2017). Ernährungsphysiologische Bewertung von konventionell und ökologisch erzeugten vegetarischen und veganen Fleisch- und Wurсталternativen. Studie im Auftrag der Albert Schweitzer Stiftung für unsere Mitwelt.
- HUXEL, Katrin. (2014). Männlichkeit, Ethnizität Und Jugend: Präsentationen Von Zugehörigkeit Im Feld Schule. 1st Ed. 2014. Wiesbaden, Springer Fachmedien Wiesbaden, Imprint: Springer VS, 2014.

- KUPERS, T. A. (2005). Toxic masculinity as a barrier to mental health treatment in prison : Special Section: Men In (and Out of) Therapy: New Directions and Remaining Challenges. *Journal of Clinical Psychology*, 61(6), 713–724.
- LEITZMANN, Klaus/ KELLER, Markus. (2010). *Vegetarische Ernährung*», 2. Auflage, S.3
- LANDSVERK, Gabby. (2020). "Die Wissenschaftliche Erklärung Dafür, Warum Veganer Und Fleischesser Niemals Mit Dem Streiten Aufhören Werden." *Business Insider Deutschland*. Berlin.
- LOTHAR, Böhnisch. (2015). *Pädagogik Und Männlichkeit*. Basel: Beltz Juventa. Geschlechterforschung.
- LOVE, Hamish. J./ SULIKOWSKI, Danielle (2018). Of Meat and Men: Sex Differences in Implicit and Explicit Attitudes Toward Meat. *Frontiers in Psychology*, 9, 559–559.
- MARIANO-HETZEL, Bianca. (2021). Gesunde Ernährung für Kinder – mit diesen Tipps klappt es. In: *Gesund leben*. Vigo. AOK Rheinland/Hamburg. <https://www.vigo.de/rubriken/familie-und-kinder/baby-und-kind/lesen/gesunde-ernaehrung-fuer-kinder.html> [letzter Zugriff: 11.01.2022; 19:10]
- METZGER, Hans-Geert/ AIGNER, Josef WOLFF/Christian. (2017). *Männlichkeit, Sexualität, Aggression*. Gießen: Psychosozial Verlag.
- MEUSER, Michael. (2010). *Geschlecht und Männlichkeit: Soziologische Theorie und kulturelle Deutungsmuster* (3. ed.). VS Verlag für Sozialwissenschaften / Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH, Wiesbaden.
- MCKENNA, Erin. (1996). Women, Power, And Meat: Comparing The Sexual Contract And The Sexual Politics Of Meat. *Journal of Social Philosophy*, 27(1), 47–64.
- MOCKER, Daniela. (2016). Wie eine Scheibe Fleisch uns zu Menschen machte. <https://www.spektrum.de/news/wie-eine-scheibe-fleisch-uns-zu-menschen-machte/1402769>.
- MÜNSTER, A. / Knipper, C. / Oelze, V.M. / Nicklisch, N. / Stecher, M. / Schlenker. B. et al. (2018). 4000 years of human dietary evolution in central Germany, from the first farmers to the first elites. *PLoS ONE* 13(3)
- NORTH, Madelon/ KOTHE, Emily/ KLAS, Anna/ LING, Mathew. (2021). "How to Define "Vegan": An Exploratory Study of Definition Preferences among Omnivores, Vegetarians, and Vegans." *Food Quality and Preference* 93.

Öffentliches Gesundheitsportal Österreichs. Vitamin B12. <https://www.gesundheit.gv.at/leben/ernaehrung/info/vitamine-mineralstoffe/wasserloesliche-vitamine/vitamin-b12> [letzter Zugriff: 21.02.2022; 18:30]

SCHLEHE, Judith. (2015). Formen qualitativer ethnographischer Interviews. In: Bettina Beer (ed.), Methoden und Techniken der Feldforschung. Berlin; Reimer; S.71-94.
Horlacher, Stefan, Jansen, Bettina, and Schwanebeck, Wieland. Männlichkeit. Stuttgart: J. B. Metzler'sche Verlagsbuchhandlung & Carl Ernst Poeschel GmbH, 2015.

SCHULTZ, Eva. (2021). Statista. Konsum von Fleisch in Österreich in den Jahren 2007 bis 2020. <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/287317/umfrage/fleischverzehr-in-oesterreich/> [letzter Zugriff: 13.01.2022]

SCHULTZ, Eva. (2021). Statista. Anzahl der Vegetarier, Veganer und Flexitarier in Österreich 2021. <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/709815/umfrage/anzahl-der-vegetarier-veganer-und-flexitarier-in-oesterreich/>

SCHMIDINGER, Kurt. (2014). Ressource Wasser. In: Vegane Gesellschaft. <https://www.vegan.at/inhalt/ressource-wasser> [letzter Zugriff: 13.01.2022; 12:00]

SCHRITT, Katarina (2011). Ernährung Im Kontext Von Geschlechterverhältnissen: Analyse Zur Diskursivität Gesunder Ernährung. Erste Ausgabe ed. Wiesbaden: VS Verlag Für Sozialwissenschaften : Imprint: VS Verlag Für Sozialwissenschaften

Scior. (2002). Das Eigene und das Fremde (Vol. 4). De Gruyter.

SCULOS, Bryant. W. (2017). Who's Afraid of 'Toxic Masculinity'? Class Race Corporate Power, 5(3).

STANGL, Werner. (2021). Stichwort: 'Selbstreflexion – Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik'. Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik. <https://lexikon.stangl.eu/7084/selbstreflexion> [letzter Zugriff: 14.01.2022]

STEFFELBAUER, Ilia. (2020). Fleisch : weshalb es die Gesellschaft spaltet (1. Auflage.). Christian Brandstätter Verlag GmbH & Co KG Verlag. Brandstätter.

STIER, Bernhard. (2019). Pubertät und Adolsezenz – „Zeit des Erwachens der Männlichkeit“. Was Jungen bewegt und Pädiater wissen sollten. Monatsschrift Kinderheilkunde. S. 1130-1141.

STIEBRITZ, Charlotte. (2018). Roh und vegan: Darauf musst du bei dieser Ernährungsform achten. <https://utopia.de/ratgeber/roh-und-vegan-darauf-musst-du-bei-dieser-ernaehrungsform-achten/> [letzter Zugriff: 11.01.2022; 19:00]

SOBAL, Jeffery. (2005). MEN, MEAT, AND MARRIAGE: MODELS OF MASCULINITY. *Food & Foodways*, 13(1-2), 135–158.

TWIGG, Julia. (1979). Food for Thought: Purity and Vegetarianism. In: *Religion. An international Journal*. Vol.9, S.13-35

Vegane Gesellschaft Österreich. (2014). Die 1. Veggies. <https://www.vegan.at/inhalt/die-1-veggies> [letzter Zugriff 14.12.2021]

Vegane Gesellschaft Österreich. (2021). Definition Veganismus. Was ist Veganismus? <https://www.vegan.at/inhalt/definition-veganismus> [letzter Zugriff: 14.01.2022; 15:40]

VOGELMANN, Frieder. (2015). Der kleine Unterschied. Zu den Selbstverhältnissen von Verantwortung und Pflicht. *Zeitschrift Für Praktische Philosophie*, 2(2), 121–164.

WALING, Andrea. (2019). Problematising 'Toxic' and 'Healthy' Masculinity for Addressing Gender Inequalities. *Australian Feminist Studies*, 34(101), 362–375.

WIEMER-KRUEL, Adelheid (2013). Ketogene Diäten. *Zeitschrift für Epileptologie*, 26(3), 160–166.

WIKIPEDIA. Definition von Conchita Wurst. In: Wikipedia. https://de.wikipedia.org/wiki/Conchita_Wurst [letzter Zugriff: 03.12.2021]

URL 1: Vegetarische Ernährung: Fleischlos essen, aber richtig. (2020). <https://www.krankenkassenzentrale.de/wiki/vegetarisch#> [letzter Zugriff: 11.01.2022; 18:00].

URL 2: The Game Changers. (2020). https://de.wikipedia.org/wiki/The_Game_Changers [letzter Zugriff: 11.01.2022; 18:20].

URL 3: Lebensmittellexikon. (2014). Mischkost. Mischkost: Ernährungsphysiologischer Sicht. <https://www.lebensmittellexikon.de/m0003180.php> [letzter Zugriff: 13.01.2022]

URL 4: TOBIA, Jacob. 2018. A Letter to Teenage Boys, From Someone Who Used to Be One. *Vice*. <https://www.vice.com/en/article/qvxjm7/jacob-tobia-teenage-boys-masculinity> [letzter Zugriff: 12.12.2021; 15:00]

URL 5: EITENBERGER, Magdalena. (2019). Was ist ein Flexitarier? <https://www.gesund.at/ernaehrung/flexitarier-schnell-erklaert/> [letzter Zugriff: 14.01.2022; 15:00]

URL 6: Öffentliches Gesundheitsportal Österreich. (2020). Vegetarische Ernährung. <https://www.gesundheit.gv.at/leben/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/vegetarier> [letzter Zugriff: 14.01.2022; 15:20]

URL 7: Bedeutung Online. Phänomene und Sprache erklärt. <https://www.bedeutungonline.de/was-bedeutet-triggered-triggern-getriggert-auf-deutsch-bedeutung-uebersetzung-meme/> [letzter Zugriff: 15.01.2022; 11:40]

URL 8: Vegane Proteinquellen. Das sind die besten pflanzlichen Lebensmittel <https://www.sportnahrung-engel.de/ernaehrungstipps/vegane-proteinquellen> [letzter Zugriff: 20.02.2022; 22:20]

URL 9: Überzeugt Markus Rühl mit seinem Hähnchenfleisch-Smoothie bei der SAT1. „Dinner Party“? <https://fitpedia.com/medien/ueberzeugt-markus-ruehl-mit-seinem-haehnchenfleisch-smoothie-bei-der-sat1-dinner-party/> [letzter Zugriff 19.02.2022; 10:00]

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: V-Label für vegane und vegetarische Produkte. Vegane Gesellschaft Österreich. <https://www.vegan.at/inhalt/v-label> [letzter Zugriff: 14.01.2022; 15:00]

1 **Dominik S.**

2

3 **I: Danke erstmal, dass du dir Zeit genommen hast für das Interview. Am Anfang**
4 **könntest du dich kurz vorstellen, wie alt du bist, wie dein Name ist.**

5 A: Mein Name ist Dominik Severa, ich bin 25 Jahre alt, lebe in NÖ in Lanzendorf, arbeite
6 als Angestellter bei einer Bank

7 **I: Wie würdest du sagen, dass du dich ernährst? Isst du Fleisch, isst du kein**
8 **Fleisch?**

9 A: Ich esse keine tierischen Produkte, nur pflanzliche Produkte.

10 **I: Also bist du vegan?**

11 A: Ja

12 **I: Und wie kam es zu dieser Entscheidung?**

13 A: Ich habe mit einer Freundin Oktober 2019 oder Ende 2019 eine Doku angeschaut auf
14 Netflix die heißt "Cowspiracy", da gehts darum wie die Fleischindustrie die Effekte von
15 Tierhaltung auf die Umwelt unterdrückt oder vertuscht und ja da habe ich mir von dem
16 Zeitpunkt an halt paar andere Sachen angeschaut auf YouTube oder wo auch immer und
17 mich immer weiter informiert und ja, das ist der Grund, warum ich Vegan bin.

18 **I: Ok. Welche Bedeutung hat es denn für dich genau vegan zu sein?**

19 A: Mitgefühl zeigen, nicht nur zu Tieren aber auch zu Menschen und so die Menschen in
20 der Zukunft wie das halt die Effekte dann tragen werden, wenn es halt so weiter geht, wie
21 es jetzt weiter geht, dass die Umwelt durch die Tierhaltung weiterhin so beschädigt wird
22 und der Regenwald durch Tierfutteranbau abgeholzt wird und so weiter und auch Selbst-
23 disziplin ja und dass man den anderen Leuten auch zeigt, dass es auch anders geht.

24 **I: Inwiefern meinst du Selbstdisziplin?**

25 A: Also man kriegt ja schon auch Guster wenn man 23 Jahre seines Lebens Fleisch isst
26 und dann irgendwie andere Leute sieht die das auch vor allem Fleisch essen und ja riecht
27 halt schon gut oder so aber dann hat man trotzdem im Hinterkopf ja aber es ist eigentlich
28 nicht gut für die Umwelt und ja muss man sich halt zurück halten und einfach daran denken
29 so wie man jetzt Jahre lang geraucht oder Alkohol getrunken hat und dann sieht man

30 jemanden der raucht und muss man sich halt trotzdem zurückhalten um sich selbst nicht
31 zu beschädigen

32 **I: Inwiefern meinst du jetzt, dass du dich nicht selbst damit schädigst.**

33 A: Ähm beim Rauchen ist es klar, aber Fleisch essen ist halt durch die ganzen Sachen,
34 die die Tiere bekommen sind, sie halt auch nicht wirklich gesund, die Produkte von den
35 Tieren heutzutage und wie gesagt für die Umwelt ist es halt auch schlecht also in Hinsicht
36 auf Veganismus ist es dann halt ungesund oder schädigend für die Welt und nicht für einen
37 selbst also da sind die Meinungen gespalten was gesund ist und was nicht aber dass es
38 für die Umwelt schädigend ist, ist es auf jeden Fall. Klar.

39 **I: Was denkst du was Omnivoren, also Menschen die auch Fleisch konsumieren,
40 Gegenüber Veganern und Veganerinnen haben, also welchen Grundgedanken**

41 A: Ähm Extremisten.

42 **I: Ok Inwiefern würdest du das jetzt sagen?**

43 A: Naja "normale" Menschen, denken das Veganer einfach Extremisten sind und ja den-
44 ken, dass Veganismus ein Privileg ist als [unv.] noch teurer ist

45 **I: Inwiefern teurer oder Privileg?**

46 A: Viele sagen halt ich kann mir das nicht leisten vegan zu leben oder es ist halt viel zu
47 anstrengend die ganzen Rezepte und so zu suchen oder ‚whatever‘ oder wirklich alles aus
48 dem, wenn man alle Nährstoffe haben will, die auch im Fleisch drinnen sind, muss man
49 so viel kaufen und gesund kochen und das ist halt viel zu teuer ich habe eine 4-köpfige
50 Familie und das geht sich nicht so aus dann kauf ich lieber billiges Fleisch und kann so
51 machen wie die anderen.

52 **I: Welchen Gesellschaftlichen Stellenwert hat Veganismus für dich? #00:04:18-2#**

53 A: Wie meinst du?

54 **I: Naja in der Gesellschaft gesehen allgemein, du hast schon angesprochen, dass
55 die als extrem oder Extremisten dargestellt werden die Veganer. Was glaubst du wie
56 die Gesellschaft das noch so sieht?**

57 A: Es ist auf jeden Fall eine Minderheit und denk das es so ein kleiner Prozentsatz der
58 Gesellschaft ist denken Omnivoren, das sie halt im Unrecht sind. Keine Ahnung wie man
59 es vergleichen kann. [unv.] Wenn eine Religion jetzt zum Beispiel nur 0,1 Prozent der
60 Bevölkerung darstellt, aber die haben halt trotzdem recht dann denken die anderen

61 trotzdem, dass es eine Blödsinn Religion ist, also ja und das ist halt genauso bei Veganis-
62 mus, weil es so wenige Veganer gibt, denken halt die anderen ja das sind Extremisten und
63 so zu machen ist unnötig und ja.

64 **I: Ok. Wie würdest du Männlichkeit definieren?**

65 A: Ähm es gibt auf jeden Fall einen mentalen Aspekt und einen körperlichen Aspekt. Men-
66 tal würd ich sagen das Männlichkeit durch, wie sagt man, Führungspersönlichkeit, wie sagt
67 man, also ein Anführer [unv.] ein Anführer muss männlich sein, wenn man so zurück denkt
68 in die Steinzeit zum Beispiel an die männlichsten die waren halt die Anführer von dem
69 Klan also zumindest in den meisten Gruppen oder Gesellschaften und das war halt auch
70 oder ist jetzt noch immer so das jetzt der männlichste ist halt das Alphatier und bekommt
71 die meisten Frauen und den folgen alle anderen Männer und körperlich Männlichkeit Groß,
72 Muskulös, ja.

73 **I: Denkst du das Männer Fleisch essen müssen, um männlich zu sein? #00:06:24-5#**

74 A: Um ehrlich zu sein, Nein aber viele brauchen das, um sich männlich zu fühlen denk ich
75 auf jeden Fall. Das heißt ich fühl mich auf jeden Fall nicht unmännlich, weil ich jetzt kein
76 Fleisch esse, aber ich kenne auf jeden Fall Männer, die denken, wenn sie Veganer wer-
77 den, dass sie als unmännlich gesehen werden.

78 **I: Ah schon, hast du da selber Erfahrung damit gemacht, oder? #00:06:50-1#**

79 A: Ja auf jeden Fall, wenn man im Internet unterwegs ist wird da viel der Begriff, ich weiß
80 nicht ob der Begriff ‚Soyboy‘ wenn das jemanden was sagt ist halt "Sojajunge" auf Deutsch
81 das ist halt wenn man kein Fleisch isst dann der Testosteronspiegel sinkt und dann un-
82 männlich wird weil, also da sind die Meinungen gespalten aber man sagt das das Cho-
83 lesterol oder Cholesterin im Fleisch dazu führt dass das Testosteron erst richtig im Körper
84 verarbeitet werden kann und wenn man kein Fleisch oder keine tierischen Produkte isst,
85 kann man das halt nicht umwerten und wird dann halt, kriegt dann halt ein Testosteronde-
86 fizit oder hat weniger Testosteron als Fleischesser.

87 **I: Ok und was sagst du dazu? Bist du auch dieser Ansicht?**

88 A: Ich habe von mir aus keinen Unterschied gemerkt, dass ich jetzt irg3endwie unmännlich
89 oder irgendwelche Körperlichen Effekte hab, wenn dann eher im Gegenteil, ich fühl mich
90 auf jeden Fall aktiver. Ich kann das auf jeden Fall nicht bestätigen das Fleischkonsum
91 einen männlicher macht oder männlicher fühlen lässt.

92 **I: Ok. Warum glaubst du das es dieses Klischee so stark gibt, das Fleisch mit Männ-**
93 **lichkeit behaftet ist.**

94 A: Werbung. Auf jeden Fall. Es gibt viel Werbung und auch also heutzutage jeden Fall ist
95 Bodybuilding und Fitness ein großer Teil der Gesellschaft und durch die denk ich auch
96 das, weil die sagen ja viel Fleisch essen, viel Hühnchen essen, damit du Muskeln auf-
97 bauen kannst und ich denk deswegen. Dass das ein großer Teil der Werbung ist, dass
98 viele Fleischesser nicht zu Veganismus wechseln wollen, weil sie dann denken, dass sie
99 dann einen Nachteil haben im Sport oder wie auch immer.

100 **I: Anscheinend kennst du dich auch sehr gut aus mit Fitness, bist du da auch sehr**
101 **aktiv, trainierst du viel?**

102 A: Ja ich trainiere, 3-Mal in der Woche mindestens.

103 **I: Schaust du da dann ob du da auf Muskelzuwachs oder Kondition oder was ver-**
104 **suchst du da genau einzugehen.**

105 A: Kraft. Auf jeden Fall Krafttraining also ich würde schon gerne gut aussehen, auf jeden
106 Fall, ich meine wer will das nicht, aber ich mein Hauptziel ist auf jeden Fall stärker zu
107 werden und einfach fit zu bleiben und aber auch wie gesagt einen gutaussehenden Körper
108 zu haben.

109 **I: Also bist du auch in Hinsicht auf Muskelaufbau und schaust halt sehr drauf, wie**
110 **du dich ernährst**

111 A: Ja auf jeden Fall.

112 **I: Und du könntest jetzt selber nicht sagen das da ein Unterschied wäre zum Fleisch-**
113 **essen damals?**

114 A: Kann ich nicht sagen, weil früher habe ich auch schon trainiert als ich Fleisch gegessen
115 hab, hab mich aber da sehr schlecht ernährt. Fleisch habe ich sehr viel Junkfood gegessen
116 und jetzt, wo ich mich Vegan ernähre, schaue ich sehr gut auf meine Ernährung. Ich kann
117 es von mir aus nicht wirklich sagen was besser und was schlechter ist für den Muskelauf-
118 bau aber es funktioniert auch auf jeden Fall mit pflanzlicher Ernährung.

119 **I: Ok. Um nochmal zu dem Klischee zurückzukommen. Du hast angesprochen das**
120 **es in der Werbung stattfindet. Hättest du da vielleicht ein Beispiel oder wie das da**
121 **repräsentiert wird, weil du da Werbung gesagt hast.**

122 A: Ja also ich kann jetzt kein Konkretes Beispiel nennen, aber es wird oft Männer und
123 Fleisch also Männlichkeit und Fleisch in einem Satz verwendet sag ich jetzt mal, echte
124 Männer essen Fleisch oder wie auch immer, habe ich auch schon auf YouTube gesehen
125 irgendeine Grillwerbung oder eine Fast-Food Restaurant Werbung. Ja aber auch viele Fit-
126 ness-Youtuber sagen ohne Fleisch gehts nicht, Markus Rühl zum Beispiel "Nur Fleisch
127 macht Fleisch"

128 **I: Und was ist deine Meinung, wenn du diese Werbung, oder was sagst du zu dieser**
129 **Art von Werbung?**

130 A: Auf jeden Fall irreführend und macht mich ehrlich gesagt auch bisschen wütend und
131 enttäuscht, dass man so eine unwissende Information weitergeben kann oder darf.

132 **I: Inwiefern macht dich das wütend?**

133 A: Weils einfach nicht richtig ist.

134 **I: Wurdest du schon einmal in deinem Freundeskreis oder Bekanntenkreis irgend-**
135 **wie konfrontiert mit deinem veganen Lebensstil und Männlichkeit oder auch im Fit-**
136 **nessbereich?**

137 A: Auf Veganismus schon aber auf Männlichkeit bin ich noch nicht angesprochen worden
138 in meinem Freundeskreis. Die haben jetzt nie wirklich gesagt du bist viel unmännlicher
139 seitdem du Vegan isst oder so. Also sie haben mich halt nur bisschen Standartwitze halt
140 was man über Veganer macht, das machen meine Freunde auch. Damit muss jeder Ve-
141 ganer Leben der Fleischessende Freunde hat oder Familienmitglieder. "Und was isst du
142 heute? Gras oder Steine?"

143 **I: Ok. Warum glaubst du das die Umstellung für Nicht-Veganer oder Vegetarier so**
144 **schwer ist oder wo ist das Problem?**

145 A: Wegen dem Angebot, weil es in Supermärkten eine 20 Meter lange Fleischkühl-
146 schrankreihe gibt und in der Milchabteilung ein kleines Abteil für vegane Produkte. Das ist
147 auf jeden Fall ein großer Faktor warum wenige Umsteigen. Jetzt wirds schon besser und
148 jetzt steigen auch mehr Leute um seitdem es halt mehr Produkte gibt, aber es gibt noch
149 sehr wenige im Vergleich zu Fleisch und so weiter. Ich denk auf jeden Fall es ist das
150 Angebot und das halt keiner weiß was er, es sind halt alle [unv.] Fleisch zu kochen und
151 klassische Gerichte. Deswegen wissen alle wie man sich "ausgewogen" mit Fleisch er-
152 nährt aber nicht wie man sich ausgewogen mit pflanzlichen Sachen ernährt. Der Mensch

153 ist halt ein Gewohnheitstier und sich umgewöhnen ist halt auch ein Aufwand der eigentlich
154 wenige nur auf sich nehmen wollen.

155 **I: Bist du jemals schon in irgendeine Situation damit konfrontiert worden mit dem**
156 **Thema Männlichkeit? Fällt dir da etwas ein? #00:13:51-0#**

157 A: Wo mich Leute angesprochen haben?

158 **I: Ja, im Freundeskreis, was Männlichkeit ausmacht oder du bist nicht männlich,**
159 **weil du das nicht hast. Irgendetwas hängen geblieben?**

160 A: Also in der Hinsicht ist mein Freundeskreis schon sehr offen also die würden jetzt nicht
161 irgendwie sagen, dass man kein Mann ist, nur weil man irgendwas nicht macht. Müsste
162 ich länger nachdenken, aber ich kann mich an nichts konkret erinnern das mir so stark in
163 der Erinnerung hängt das ich das jetzt direkt sagen könnte. Also ich stell selbst manchmal
164 meine Männlichkeit in Frage aber von anderen wurde es eigentlich noch nie so in Frage
165 gestellt?

166 **I: Warum stellst du sie selber in Frage also was stellst du genau in Frage?**

167 A: Auf jeden wegen meiner Körpergröße denk ich mir oft das ich unmännlicher bin als
168 andere, weil ich halt nur 1,75 groß bin, aber ist halt so das sind meine Gene und dann
169 denk ich mir, wenn ich andere Männer sehe, die Größer sind ja das ich halt unmännlicher
170 bin als die aber ja das ist eigentlich eh ein blöder Gedanke aber trotzdem das ist halt jetzt
171 das Einzige was ich jetzt so sagen kann.

172 **I: Also definierst du Männlichkeit im Endeffekt auch mit Größe, Aussehen.**

173 A: Auf jeden Fall. Testosteron macht ja auch das Wachstum aus wie viel man produziert
174 in der Pubertät und ja mein Testosteron, bin mir nicht sicher, ob das stimmt, aber denkt
175 man sich halt je Größer desto männlicher

176 **I: Wie bist du eigentlich mit dem Thema Veganismus/Vegetarismus aufgewachsen?**

177 A: Meine Mutter war eine Zeit lang Vegan und wollte es uns auch aufzwingen eine Zeit
178 lang und seitdem hab ich mich eigentlich ziemlich dagegen gesträubt, ich war halt Teena-
179 ger und wollte Essen, Trinken und machen was ich wollte und viel dagegen gesträubt und
180 weil meine Mutter auch schon sehr extrem und immer nur diese Fleischersatzprodukte
181 gekauft haben und ich wollte das nicht und dann bin ich halt mit meinem eigenen Taschen-
182 geld dann Fleisch kaufen gegangen um ihr halt sozusagen eines Auszuwischen und zu
183 sagen ja ich will Fleisch essen und ja da ist halt bisschen so ein sträuben gegen

184 Veganismus in mir Aufgetreten das ich jetzt auch eine Zeit lang Anti-Vegan war oder halt
185 lustig gemacht hab über diese Leute bevor ich dann diese Doku gesehen hab.

186 **I: Ok. Jetzt nähern wir uns eh schon langsam dem Ende unseres Gespräches. Würdest du gerne noch was zu dem Thema Veganismus oder Männlichkeit sagen?**
187

188 A: Also abschließend würde ich sagen das auch Veganer Männlich sein können, ohne die
189 Umwelt damit zu beschädigen oder sich von anderen sagen lassen zu müssen das sie
190 nicht männlich sind, wenn sie kein Fleisch essen oder so, das auf jeden Fall. Ein Gesell-
191 schaftliches Konstrukt, das einfach in so viel drin ist, dass man Fleisch essen muss, um
192 männlich zu sein, aber das ist halt einfach das stimmt halt einfach nicht. Ich würde sagen
193 heutzutage gibt es so viele, wenn man sich jetzt nicht gescheit ernähren kann oder halt
194 keine Zeit hat zu kochen gibts so viele Supplemente nehmen kann, um halt den entgegen-
195 zuwirken und ich denk in unserer Gesellschaft vor allem in der modernen Welt sag ich jetzt
196 mal sollte es keinem schwer fallen sich vegan zu ernähren.

197 **I: Was denkst du wie man gegen dieses Konstrukt irgendwie entgegenwirken könnte als Gesellschaft?**
198

199 A: Schwer, es machen eh schon voll viele halt mit diesen Protesten und was auch immer
200 und diese Dokus, stellen sich eh schon viele dagegen auf, aber ich glaub die Menschen
201 sind einfach von sich selbst aus erkennen das es falsch ist. [unv.] schon gut, wenn man
202 so irgendwie auf einer Werbung sieht das es schlecht ist Fleisch zu essen und dann halt
203 irgendwie den Gedanken im Menschen einpflanzt das [unv.] ins Gehirn pflanzt, dass sie
204 darüber nachdenken können, aber ich denk nicht das sie da jetzt so durch Proteste geän-
205 dert werden können. Das muss jeder von sich aus machen oder in sich selbst den Konflikt
206 führen und dann erkennen das es anders auch geht oder anders richtig ist.

207 **I: Abschließend würde ich gern noch Fragen findest du eigentlich Männer männlicher, wenn sie jetzt kein Fleisch essen?**
208

209 A: ich würde nicht sagen das ein Fleischesser unbedingt männlicher als ein Veganer ist,
210 aber ich würde auch nicht sagen das Veganer unbedingt männlicher als ein Fleischesser
211 ist, es kommt halt auch auf den Menschen an oder auf den Mann in dem Fall. Das ist auf
212 jeden Fall sehr viel von den Genen abhängig, auch von der Ernährung her, aber man kann
213 auch vegan männlich werden sag ich jetzt mal, wenn man sich gesund ernährt und schaut
214 das man alle Nährstoffe bekommt die man brauch dann sollte das auf jeden Fall kein
215 Problem sein männlich genug zu sein sag ich jetzt einmal das man funktioniert, wenn ich
216 das so sagen darf. Also man muss jetzt nicht unbedingt, also der normale

217 Testosteronspiegel ist glaub ich zwischen 200 und 800 in einem Mann und es muss jetzt
218 nicht unbedingt 900 sein und deswegen dann drei Steaks am Tag essen. Man kann auch
219 400ml im Blut haben und trotzdem männlich sein also und muss sich dann nicht schlecht
220 fühlen. Wenn es jetzt stimmen würde den Veganismus weniger Männlich macht müsste
221 man, ist es trotzdem kein Grund nicht Vegan zu sein, weil es halt einfach für die Zukunft
222 für die anderen und die Menschen in der Zukunft dann halt auch besser ist, wenn man sag
223 ich mal auf seine Männlichkeit verzichten würde und dann einfach sich für die Natur ent-
224 scheidet sag ich jetzt mal so.

225 **I: Du scheinst dich ja sehr viel überhaupt mit Männlichkeit beschäftigt zu haben also**
226 **Testosteron im Blut und so. Ist Männlichkeit ein wichtiges Thema für dich?**

227 A: Ja schon. Als Mann will man halt schon männlich genug sein sag ich jetzt mal und da
228 versucht man halt männlich auszuschauen und männlich zu wirken.

229 **I: Welchen Nutzen hat das für dich, wenn du jetzt männlicher ausschaust? Was**
230 **siehst du als dein Ziel an?**

231 A: Auf jeden Fall Attraktion für das andere Geschlecht.

232 **I: Ok dann sag ich danke schön für das Interview**

1 **Martin P.**

2

3 **I: Danke schön, ja na, dann beginnen wir gleich könntest du dich vielleicht mal an-**
4 **fänglich kurz vorstellen also wer du bist, wie alt, was du so machst.**

5 A: Ja, ich heiße Martin P. Ich bin 31 Jahre, bin Mathematiklehrer in Wien an der Grafischen
6 und ja bin seit 11 Jahren, etwas mehr als 11 Jahren mittlerweile vegan. Davor schon ein
7 paar Jahre vegetarisch also seit ich 15 Jahre bin vegetarisch und ja seit ich 19 bin vegan
8 und ja was willst du denn noch wissen.

9 **I: Wow, also, das ist schon voll lange. Wie kam es damals zu dieser Entscheidung,**
10 **dass du Vegan wurdest oder vegetarisch?**

11 A: Vegetarisch, weil ich mit kann ich mich erinnern mit 15 das erste Mal so auf meinem
12 Teller geblickt hab, ich kann mich noch sehr gut an diesen Moment erinnern wo ich dann
13 das erste Mal so richtig diesen Konnex zwischen dem Stück Fleisch, das am Teller liegt
14 und dem lebenden Tier hergestellt hab und ab den Zeitpunkt wollt ich es nicht mehr essen.
15 Also ich bin mein Background, bis meine Eltern sind beide auf einem Bauernhof aufge-
16 wachsen das heißt ich hab schon Tierhaltung viel mitbekommen also ich hab das, ich
17 kann mich noch erinnern an eine Szene, wo ich als Mutprobe mir selber aufgelegt hab, wo
18 ein Schweinekopf in einem Trog am Hof gelegen ist, dass ich, dass das Auge angreife,
19 von diesem Schweine Kopf, was wir damals überhaupt nichts ausgemacht hat und im
20 Nachhinein denk ich mir arg oder als glaub ich Elfjähriger oder so habe mitgekriegt also
21 war ich dabei wie mein Onkel ohne Betäubung eben Ferkel kastriert hat und damit ist der
22 Faden gerissen und das ja das eine Ferkel ist dann quasi mit offenem Unterbauch dann
23 dagelegen und man konnte es halt irgendwie nicht zunähen und so, das war auch nicht
24 so coole Erfahrung, ähm ja also ich hab da schon a bisschen was mitgekriegt. Und ja ich
25 war halt der erste Vegetarier in meiner Familie, also das war irgendwie damals noch ein
26 großes Thema und dann vegan wurde ich, ich habe mich dann halt immer mehr damit
27 auseinandergesetzt, wie schädlich halt also, dass die Milch und Eier halt auch nicht be-
28 sondern tierfreundlich sind und auch mit Tierleid verbunden sind. Und im Endeffekt dann
29 durch meine Ex Freundin, die schon vegan war, hat sich das dann über ein Jahr hinweg
30 dann so ergeben, dass ich dann auch immer weggelassen hab und dann halt auch irgend-
31 wann mal so mit 19 dann ganz vegan war.

32 **I: Ok, welche Bedeutung hat es für dich vegan zu sein?**

33 A: Eine Große, also ich find das war die, Entschuldigung ich mach das Fenster zu

34 **I: Kein Problem haha**

35 A: Ja, ich finde, es war eine der besten Entscheidungen meines Lebens in den Schritt zu
36 gehen, das ist eine Lebenseinstellung, also ich acht halt relativ genau drauf ich mach keine
37 Ausnahme. Also na gut, Jein also, wenn es, wenn ich irgendwo was geschenkt bekomme,
38 wo Honig drin ist, dann bin ich jetzt nicht super streng beziehungsweise wenn es dann und
39 ich habe irgendwann vor Jahren einmal einen richtigen Imkerhonig aus der Gegend von
40 meiner Oma geschenkt bekommen von meiner Oma und den habe ich jetzt auch verwen-
41 det, weil ja also bei Honig. Bin ich nicht allzu streng. Ich würde mir jetzt nicht selber kaufen
42 aber ja, aber ansonsten, was Schuhe, Kleidung und so betrifft ja, bin ich da eigentlich
43 ziemlich streng und das ist halt wirklich eine Lebenseinstellung und nicht nur eine Ernäh-
44 rung und das war für mich, bin ich im Nachhinein draufkommen , auch so a bisschen, diese
45 dieser beginnt, dass ich mich also, dass ich damals vegetarisch wurde, war auch so der
46 Beginn, dass ich mich sehr viel mit anderen Gerechtigkeits-Themen auseinandergesetzt
47 hab also ich kauf also achte sehr viel auf fair gehandeltes Gewand und Lebensmittel und
48 so weiter das heißt dass ich das eben nicht nur auf Tiere sondern halt auch auf Menschen
49 dieser Gedanke erstreckt dann. Und halt allgemein auch so Themen wie Feminismus,
50 Anti-Faschismus und so sind mir halt auch sehr wichtig.

51 **I: Okay, Okay. Ich schreibe meine Masterarbeit prinzipiell über Veganismus und**
52 **Männlichkeit und würde gerne einfach mal von dir wissen, wie du Männlichkeit de-**
53 **finierst.**

54 A: Haha spannend also, Hintergrund? Ich habe ich mach selber einen Ethik Lehrgang
55 derzeit also, weil ich demnächst Ethik unterrichtet und ich hab geraderst vor einem halben
56 Jahr eine Arbeit geschrieben, über Fleischkonsum und toxische Männlichkeit.

57 **I: Wirklich? Na witzig. Haha**

58 A: Ja, ja kann ich dir gern schicken, wenn du Interesse hast

59 **I: Ja gerne.**

60 A: Ja, also wie ich Männlichkeit definiere, das ist spannend, weil je mehr ich mich damit
61 beschäftigt hab, desto weniger habe ich eine eigene Definition. Also ich kenn offizielle
62 Zugänge zu dem Thema, also wie normativ und essentialistisch und so weiter und sofort,
63 aber für mich persönlich ich wüsste nicht, was es ausmacht, dass ich mich männlich fühle.
64 Also ich kann es wirklich nicht sagen, also dass ich stelle mir auch selber oft die Frage,

65 wie es wäre, wenn ich jetzt also quasi, wenn ich im Körper einer Frau geboren wäre, mit
66 weiblichen, also mit weiblichen Chromosomen und quasi gleichen, und ich wüsste nicht,
67 ob ich mich dann männlich fühlen würde und eine Geschlechtsangleichung irgendwie an-
68 streben würde. Also ich kann es wirklich nicht sagen, was es ausmacht, also ich mach
69 schon vieles so klischeehaft männliche Sachen wie zum Beispiel ich mache Kraftsport seit
70 längerem und ich spiele in einer Metal Band, aber das sind halt Klischee/ Klischees das
71 machen Frauen genauso. Also ja spannendes Thema also ich kann wirklich nicht definie-
72 ren, ich kann wirklich nicht definieren, was jetzt Männlichkeit für mich ausmacht, weil ich
73 mein, wenn dann eher so negative Aspekt also ich sehe, halt sehr viele negativ für toxische
74 Aspekte von klassischer Männlichkeit wie zum Beispiel man darf halt keine Gefühle zeigen
75 und man muss stark sein und ja, Fleischkonsum gehört auch ganz klassisch oft dazu. Das
76 wird ja von vielen sehr mit Männlichkeit verbunden. Ja, man hört das als Mann schon
77 öfters einmal was du isst kein Fleisch und da hast ja keine Kraft und keine Ahnung was
78 ich mein mittlerweile zum Glück eh schon länger nicht, aber früher hab i das schon a paar
79 Mal gehört. Also ich bin halt doch recht groß und sing Bass in einem Chor also hab halt
80 nicht die höchste Stimme und ähm bin auch nicht alles andere als schwächling. Also ich
81 entspreche jetzt optisch schon so bisschen einem ja einem Klischee Mann auch also mit
82 Bart und Groß und tiefe Stimme richten wir uns so deswegen habe ich da jetzt weniger
83 Reibungspunkte, sag ich einmal, dass ich da jetzt meine Männlichkeit irgendwo unter Be-
84 weis stellen müsste, sag mas so.

85 **I: Okay. Du hast vorher angesprochen auch dass du selber schon konfrontiert wor-**
86 **den bist mit, keine Ahnung, dass Männer Fleisch essen müssen. Welche Situation**
87 **gabs da konkret? War das aus dem Freundschaftskreis?**

88 A: Eher Familie, also weil halt Bauernfamilie und am Land und aber ich, ich kann jetzt
89 ehrlich gesagt gar keine spezielle Situation ausmachen. Es ist eher so ein Okay, das habe
90 ich öfters mitbekommen ich mein, ich musst dazu sagen, ich habe früher auch noch wegen
91 Musik bedingt lange Haare gehabt und da habe ich das halt auch sehr oft gehört also mit
92 ähm, bevor ich noch einen Bart hatte, wurde ich aufgrund der langen Haare als Teenager
93 als 14-15-Jähriger von älteren Leuten auch etwas mal als Mädchen angesprochen quasi
94 weil das halt ja war halt so haha. Ähm und ich, ich kann es kann wirklich keine speziellen
95 Situationen nennen. Ich habe mich eh schon auf diese Frage eingestellt. Ich hab versucht
96 mir Gedanken zu machen oder mich zu erinnern es ist eher so ein Grundthema, dass ich
97 das irgendwie mitbekommen habe, aber ich kann mich jetzt an keine speziellen Situatio-
98 nen mehr erinnern also auch ein bisschen weil es halt schon sehr lange her ist, dass ich
99 eben aufgehört habe, Fleisch zu essen und das eher damals wahrscheinlich Thema war

100 und ich das halt mittlerweile einfach vergessen hab glaub ich, wenn es solche Situationen
101 waren aber ja, man kriegts halt öfters so mal mit das es halt so: Dieses du musst ja stark
102 sein und wie geht denn das überhaupt und so.

103 **I: Okay, was glaubst du eigentlich was also Leute, die jetzt Fleisch konsumieren halt**
104 **vor allem Männer für einen Grundgedanken gegenüber Veganer oder Vegetarier ha-**
105 **ben?**

106 A: Ja, das ist jetzt äh ich kenn Studien dazu aufgrund meiner Arbeit und ich weiß halt laut
107 diesen Studien, aber du willst wahrscheinlich nicht wissen, was diese Studien sagen, son-
108 dern was ich selber denke.

109 **I: Na, das passt schon, ich mein ich schätz mal die Studien haben, dich auch geprägt**
110 **oder dein Denkverhalten also.**

111 A: Ja also, das ist halt das nicht Vegane eben Veganer und Vegetarier oder Leute, die halt
112 auf Fleisch verzichten als unmännlicher da ansehen, das ist halt so eine inoffizielle nicht
113 ausgesprochene Männlichkeitshierarchie gibt und wo man dann als Vegetarier/ Veganer
114 halt dann oft als weniger männlich wahrgenommen wird unter anderem.

115 **I: Mhm.**

116 A: Ja, die Frage ist, hab ich selber das Gefühl wahrscheinlich schon also so unter diesem
117 Klassischen also wenn ich so an diesen Metalsubkultur, wo ich durchaus länger unterwegs
118 war und teilweise noch bin, mir denke, da ist schon so ein großes Ding, ich war erst letz-
119 tens bei einem Festival wo das Catering nur aus einem Pulled-Pork Burger bestand mehr
120 oder weniger, und wo halt so ein Typ mit Lederjacke da seinen Smoker bedient hat und
121 das fand ich schon sehr Klischee männlich und ich hab auch oft das Gefühl, Männer defi-
122 nieren sich oft über Fleischkonsum in ihrer Männlichkeit, also oder als in ihrer Persönlich-
123 keit auch wo das halt so grillen und ich hab einen Smoker und mach da so tolles Fleisch
124 und so aber gut Entschuldige das war jetzt nicht die Frage ich bin ein bisschen abge-
125 schweift.

126 **I: Haha nana das passt schon.**

127 A: Die Frage war, was ich glaube, was andere denken? [Genau] In erster Linie glaub ich
128 halt das man als weniger männlich angesehen wird in diesem Klischee und ich kann ehr-
129 lich gesagt, ich kann ehrlich gesagt die Gedankengänge von so richtigen Fleisch-Fanatiker
130 oft nicht nachvollziehen, weil also für mich persönlich ist es so ok ein Tier leidet, ich kanns
131 vermeiden also mach ich es nicht, also das ist für mich ist so ein irgendwas logisches so

132 dieses ok aus A folgt B und das mach ich nicht mehr und da muss ich mich jetzt nicht
133 irgendwie über, überwinden oder sonst irgendwas also ich hab da keine Gelüste oder ir-
134 gendwas deswegen kann ich das irgendwie nicht nachvollziehen wenn man jetzt da also
135 grundsätzlich nicht nachvollziehen, dass man so, dass so ausklammern kann und einfach
136 nur den eigenen Genuss so in den Mittelpunkt stellt. Deswegen kann ich auch nicht das
137 wirklich nachvollziehen was "die andere Seite" über mich denken könnte, weil ja

138 **I: Okay, wirst du heutzutage prinzipiell noch oft konfrontiert mit deinem veganen**
139 **Lebensstil von Männern?**

140 A: Nicht mehr so. Ich sag's in gewissen Situationen dann oft halt auch nicht muss ich
141 sagen also zum Beispiel da letztens bei dem bei diesem Festival, wo ich gespielt hab mit
142 meiner Band wo es eben dieses Catering eigentlich nur Pulled-Pork gab, da habe ich mir
143 dann halt quasi selber dann ein Sandwich gemacht mit Gemüse und irgendeiner Sauce
144 oder so und hab das auch gar nicht angesprochen, weil ich die Diskussion also eine mög-
145 liche Diskussion da nicht haben wollte. Aber ansonsten ist es auf jeden Fall besser gewor-
146 den in den letzten Jahren. Auf jeden Fall also, das es halt viel mehr Akzeptanz gefunden
147 hat also vor 10 Jahren war das halt noch irgendwie wo viele noch gar nicht gewusst was
148 vegan überhaupt ist und da gabs dann schon öfters Diskussionen

149 **I: OK. Mh du machst ja selber anscheinend Sport, du machst Kraftsport, oder?**

150 A: Ja, genau.

151 **I: Hast du da jemals einen Unterschied gemerkt? Ich weiß nicht, ob du früher auch**
152 **schon trainiert hast, wo du noch Fleisch gegessen hast. Das ist doch schon sehr**
153 **früh gewesen. Merkst du da irgendwie so, dass du vermehrt darauf achtest, dass du**
154 **Proteine zu dir nimmst oder.**

155 A: Ja, ja auf jeden Fall. Also ich liebe Proteinbars also es ja und ja ich esse schon protein-
156 betont, aber ich würde jetzt nicht ich habe ein zweimal versucht so Kalorien zu tracken
157 und einen Tag hier, das ist mir einfach zu deppert also ich esse eher intuitiv. Ich habe jetzt
158 auch keinen großen Leistungsanspruch also ich mach auch Progress beim Training es
159 passt für mich. Ich bin jetzt nicht, nicht die stärkste Person im Gym, auf keinen Fall, aber
160 ich habe wenig Probleme mit Steigerung mit Muskelaufbau ich bin auch recht kräftig. Ich
161 habe auch nicht so schlechte was weiß ich ja nicht so schlechte Wert was beim Gewicht-
162 heben betrifft. Ich sehe da jetzt keine Einschränkung oder so, aber ich kann es auch nicht
163 vergleichen damit, wie es wäre, wenn ich Fleisch essen würde, aber das ist für mich kein
164 ja. Also ich weiß schon, dass wenn ich drauf achten würde, auf meine Ernährung, dann

165 würde ich wahrscheinlich mehr Erfolg haben beim Training, aber es ist mir den Aufwand
166 einfach nicht wert. Das ist ein Hobby, das macht mir Spaß und wenn ich so stark auf die
167 Ernährung achten würde, würde es mir glaube ich, nicht mehr so viel Spaß machen, und
168 mir macht Essen sehr Spaß also ja.

169 **I: Okay und trainierst ihr da im Team oder trainierst du da mit Freunden?**

170 A: Nein, nein allein, also ich trainiere maximal mit einem Freund. Meine Frau trainiert auch
171 aber wir machen das eher getrennt voneinander wir berichten dann voneinander, aber ich
172 mache das am liebsten allein. Ich bin sogar manchmal mit einem guten Freund zusam-
173 men, aber das ist eher selten. Da lassen wir uns auch eher in Ruhe und eher, dass wir
174 uns spotten bei Bankdrücken oder so aber.

175 **I: Okay.**

176 A: Ich, ich mag das ganz gern Kopfhörer auf, Musik rein und einfach mal allein sein und
177 sich verausgaben quasi gegen sich selbst arbeiten. Aber ich muss schon auch dazu sa-
178 gen, ähm das mit dem Kraftsport diesem fällt mir schon manchmal auf, ist durchaus auch
179 ein bissl so ein wie soll ich sagen? Also mir machts in erster Linie Spaß, aber es ist auch
180 so ein bissl eine Kompensation oder Kompensation weiß ich gar nicht ob es das richtige
181 Wort ist, aber halt dieses ich, ich hab das schon das Gefühl manchmal ein bisschen so ein
182 unter Anführungszeichen "guter Veganer" zu sein und quasi zu zeigen mit meiner körper-
183 lichen Stärke auch durchaus zu zeigen: Okay, als Veganer kann man auch Muskel auf-
184 bauen und kann man auch heftig sein und das das quasi keine, also quasi diesen diesem
185 Klischee schon ein bissl zu widersprechen. Also das das spielt schon ein bisschen rein,
186 also mehrere Dinge auch, aber dieses ähm hm, wie kann man das Ausdrücken so ein bissl
187 ein eine Repräsentanz vielleicht einfach weiß nicht, ob man das nachvollziehen kann.

188 **I: Okay, okay.**

189 A: Ist das schon ein bisschen eine Motivation dahinter.

190 **I: Das versteh ich. Dieses Klischee, dass Männer Fleisch essen müssen, kennst du**
191 **ja, hättest du eine Idee, woher es dieses Klischee gibt oder warum dieses Klischee**
192 **überhaupt existiert?**

193 A: Ja, wegen dem also wegen dem Proteingehalt von Fleisch und weil Fleisch gleich Kraft
194 ist im Klischee und das Männer ja stark sein müssen und vom Arbeiten und ich weiß nicht,
195 wann sich das entwickelt, hat ich glaub im 17. 18. Jahrhundert sowas herum, das steht eh

196 glaub ich in meiner Arbeit, das mit körperlich schwerer Arbeit, dass man da eben Fleisch
197 bräuchte und ja das es halt für Männer so wichtig sei.

198 **I: OK und was ist deine konkrete Meinung zu diesem Klischee?**

199 A: Weil ich weiß, halt das es wissenschaftlicher Blödsinn ist haha, dass man genauso gut
200 Proteine aus Pflanzen kriegt, das es in erster Linie Kohlenhydrate sind, die einem die Kraft
201 geben und ja. Ich versteh schon woher es kommt, wenn man, aber es ist halt nicht wirklich
202 die quasi, jetzt fällt mir Entschuldigung mir ist grad in dem Moment eingefallen, eine Szene
203 die, wo ich das erlebt hab mit so einer Aussage von jemanden und zwar ähm, da hab ich
204 schon trainiert, ich weiß nicht, wie alt ich war hab recht kräftige Oberarme schon gehabt
205 und dann habe ich mit einem angeheirateten entfernten Verwandten, der einen Bauernhof
206 hat, hab ich darüber gesprochen der es nicht nachvollziehen können, also ein Mann, dass
207 ich, dass ich kein Fleisch esse und ähm hat er gesagt, ja ich bin halt recht – weil er halt
208 quasi meint das man da ja nicht stark ist oder keine Kraft hat dann hab ich gemeint ja ich
209 trainier halt und siehst meine Arme und keine Ahnung und dann hat er gemeint so ja quasi
210 ja das mag schon sein aber so, das ist richtige, schwere Arbeiten am Hof und so des
211 ganzen Tag geht damit nicht, also quasi das es keine langanhaltende männliche Arbeits-
212 stärke wäre die man dadurch generieren könnte oder so das man dazu Fleisch bräuche
213 also das fällt mir grad darauf ein, ja.

214 **I: Mhm, interessante Anekdote, ja wir nähern uns eh schon langsam dem Ende,**
215 **möchtest du noch irgendwas Spezielles zu dem Thema Veganismus oder Männlich-**
216 **keit sagen, was dir dazu noch einfällt.**

217 A: Ich habe das Gefühl, dass es mittlerweile sehr verändert, also das es ja das es immer
218 mehr in der Gesellschaft akzeptiert wird, dass Männer kein Fleisch essen. Also da habe
219 ich schon eine starke Veränderung im Laufe der letzten Jahre gesehen und ich hoffe, dass
220 es noch weiter geht. Ja, ich habe lustigerweise bei dieser bei der Präsentation meiner
221 Seminararbeit damals habe ich eine kurze Umfrage in diesem, wo ich das Seminar prä-
222 sentiert hab, gemacht und hatte eigentlich erwartet, dass also mit wie viel Fleisch wird
223 gegessen und männlich und weiblich halt jeweils extra abgefragt, so als kurze Umfrage
224 und hatte eigentlich erwartet, dass da eben Männer eher mehr Fleisch angeben und
225 Frauen weniger und es war aber umgekehrt lustigerweise.

226 **I: Wirklich? Aha.**

227 A: Kann sein das jetzt die zufällig die Gruppe halt so war, weil gut, wenn man Ethik unter-
228 richtet, dann als Mann wird man dann wahrscheinlich eher auch so einen Zugang dazu

229 haben, wie ich aber ja fand ich spannend, hätte ich anderes erwartet. Also ich glaube
230 schon, dass es mittlerweile nicht mehr ganz so stark die Aufteilung auch klischeehaft ist,
231 irgendwie mit Frauen- Salat, Männer-Fleisch und so. Kann auch mit steigender Verfüg-
232 barkeit von Fleischersatzprodukten zu tun haben, also ich kann mich noch erinnern ähm
233 bei meinem Junggesellenabschied der dann [und. 1s] ich habe kaum vegane Freunde
234 und kaum vegetarische Freunde aber da Häms halt extra das alles vegetarisch gestaltet
235 für mich, gabs dann gefühlte 1000 Bekond Meat Burger und das hat allen geschmeckt und
236 das war für alle gut und es war dann so richtig so Klischee männlich, wir sind, sitzen da
237 zusammen bei Bier auf einer Hütte und grillen und dann gibt's vegane Burger. Ich glaub
238 das hätte mit weiß nicht mit Falafel oder so nicht funktioniert also es ist schon. In der
239 Situation war es glaube ich schon wichtig, dass es diesen sehr fleischigen Fleischersatz
240 gibt, ja also das das verkörpert glaub ich schon ein bissl auch so dieses also ich weiß nicht
241 was es ist aber ich, ich glaub ehrlich gesagt das es, schwierig kann jetzt meine Gedanken
242 dazu nicht ganz ordnen würde ein bissl dauern aber ja.

243 **I: Was glaubst du, wie man dem Klischee entgegenwirken könnte?**

244 A: In dem halt mehr oder darauf aufmerksam gemacht wird, was eh auch passiert, so mit
245 diesem "Game Changers" Film, dass es eben kein Problem ist als vegane Person sportli-
246 che Höchstleistungen zu bringen, was ja leider noch immer sehr wichtig ist für, für kli-
247 scheehafte Männlichkeit, das man eben stark ist und ja eben ich glaube mit so Fleischal-
248 ternativen kann man auch sehr viele sehr viele ansprechen, was ich jetzt persönlich selber
249 nicht so oft konsumiere einfach eher so aus alle heiligen Zeiten aus Spaß mehr oder we-
250 niger aber jetzt nichts was ich jetzt regelmäßig in meine Ernährung einbauen würd und ja,
251 keine Ahnung.

252 **I: Okay.**

253 A: Ich glaube, es gibt eh allgemein schon bissl ein Wirken vor allem bei jüngeren Leuten
254 zumindest in den Kreisen, wo ich unterwegs bin, da ist es dann halt mehr so eine so eine
255 Bubble und ja, da wird man dann weniger mit solchen Dingen dann wahrscheinlich kon-
256 frontiert. Aber ich glaub das es durchaus schon ein Umdenken gab in den letzten in der
257 letzten Zeit was das betrifft auch gesellschaftlich ich weiß nicht, wie man es verstärken
258 kann, wahrscheinlich noch mehr darauf aufmerksam machen. Mit Gesundheit kommt man
259 nicht weit, das weiß ich vielen Männern ist die gesundheitlichen Aspekte oft eher egal
260 deswegen streben sie halt auch 5 Jahre früher durchschnittlich und Herz-Kreislauf-Erkan-
261 kungen und Cholesterin usw. aber

262 **I: Mhm. Wie bist du eigentlich aufgewachsen mit dem Thema Veganismus? Also wie**
263 **du jetzt noch jünger warst.**

264 A: Das war nie ein Thema also, Ich kann mich erinnern, dass erstmal mit Vegetariern war
265 ich konfrontiert bei so einer Projektwoche als 11, 12 jähriger da hab ich das erste Mal mit
266 Vegetariern gesprochen und gefragt was so Beweggründe sind aber eher so eine Be-
267 obachtung von außen, Aha, und dann erst wie gesagt mit 15 aber ich das war irgendwie
268 nie ein Thema bei mir in der Familie, keine einzige Person war vegetarisch also ganz
269 anders wie bei meiner Frau wo halt schon irgendwie die Mutter schon seit den 90er Vege-
270 tarierin war und die Schwester auch schon aber bei mir war das irgendwie ja war nie wirk-
271 lich damit konfrontiert. Also ich wusste was es ist aber ja

272 **I: Okay. Ja, sehr spannend wirklich.**

273

274 **Anmerkung nach dem Interview via Facebook-Chat**

275 Gerne! Was ich ganz vergessen habe zu erwähnen auf die Frage, was ich glaube, was
276 omnivore Männer über Veganer denken: Ich habe das Gefühl, dass es häufig auch als An-
277 griff auf die eigene Lebensweise gewertet wird, also man merkt dann schon öfters eine
278 defensive oder angriffige Reaktion, wenn man sich als vegan outet, auch wenn man jetzt
279 die andere Person in kleinster Weise kritisier

1 **Benjamin A.**

2

3 **I: Gut okay, na dann beginnen wir gleich, könntest du dich gleich mal anfänglich ein**
4 **bisschen vorstellen?**

5 A: Ich heiße Benjamin bin 34 und lebe seit, muss ich kurz rechnen, ah 8, knapp 9 Monaten
6 vegan.

7 **I: Okay, was machst du so beruflich?**

8 A: Bin Selbstständig als Tontechniker.

9 **I: Ah ok cool. Wie kam es damals zu der Entscheidung das du vegan geworden bist?**

10 A: Es war ein bisschen schwierige Zeit für mich, in der viel überdacht hab und viel mich
11 mit mir selber auseinandergesetzt habe und dann draufkommen bin ich habe eigentlich
12 nie also ich habe das eigentlich sehr unbewusst immer Fleisch gegessen und tierische
13 Produkte konsumiert und hab dann einfach so die, ähm wie soll ich sagen, das Bedürfnis
14 gehabt, das mal anders auszuprobieren

15 **I: Mhm, okay, war das sehr schwer für dich die Umstellung?**

16 A: Eigentlich gar nicht. Nein, nein also ich find's grad, also wo ich lebe in Wien und es ist
17 sehr leicht möglich, sich ohne Tier zu ernähren und dass einem eigentlich, dass einem
18 eigentlich nichts fehlt, dabei.

19 **I: Okay. Ähm was glaubst du, was jetzt zum Beispiel Fleischesser für einen Grund-**
20 **gedanken gegenüber Veganer oder Veganerinnen haben?**

21 A: Glaube das wird und das beobachte ich auch so in meinem Umfeld, das wird oft belä-
22 chelt und nicht verstanden, warum oder nicht ja nicht verstanden, warum man das jetzt
23 macht. Oft kommt dann auch so dieses Argument ja, was würdest du also, ob man quasi
24 die Welt verändern will? Ähm jetzt sag bitte nochmal die Frage haha.

25 **I: Was so der Grundgedanke ist halt von Fleischessern gegenüber Veganern.**

26 A: Ah Okay, ähm, boa, das ist eine gute Frage. Kann ich, weiß ich nicht, kann ich nichts
27 mehr dazu sagen, als ich bereits gesagt habe. Ja, also im Endeffekt, dass sie halt das ein
28 bisschen ins Lächerliche ziehen oder als unnötig empfinden.

29 **I: Ich schreib prinzipiell meine Masterarbeit über Veganismus und Männlichkeit.**
30 **Also in Verbindung ähm jetzt würde ich gerne von dir wissen wie würdest du Männ-**
31 **lichkeit definieren?**

32 A: Auf welcher Ebene? Also auf persönlicher Ebene oder gesellschaftlicher Ebene?

33 **I: Beides einfach, du kannst gern alles sagen was dir so einfällt.**

34 A: Naja, also auf gesellschaftlicher Ebene und das überträgt sich ja dann auch aufs indi-
35 viduelle oder private ist schon so, dass das typische Männerbild Stärke bedeutet, Stärke
36 zeigen und keine Gefühle zulassen. Was meiner Meinung nach voll gefährlich ist uns Män-
37 nern gegenüber, weil dadurch es passiert, dass man ähm a Analogie wäre, so man hat so
38 Gefäß in sich und dadurch, dass man dieses Männlichkeitsbild erfüllt, füllt auch das Gefäß
39 und es ist sehr leicht möglich, dass irgendwann das Gefäß einfach voll ist und man nicht
40 mehr mit sich selber beziehungsweise mit der Welt klar kommt und das kann dann, glaube
41 ich sehr schnell zu, also wenn man diesen Punkt, wenn man diesen Punkt erreicht hat,
42 dann kann es sehr schnell dazu führen, dass man Ausbrüche in allen verschiedenen Va-
43 rianten hat, ob das jetzt dann ähm Gewalt ist, ob das Betäubung ist ähm, ob das Projekti-
44 onen sind, alles Mögliche. Hat jetzt relativ wenig mit Veganismus zu tun.

45 **I: Nein, das passt eh also ich will mal die allgemeine Definition einfach von Männ-**
46 **lichkeit, find ich halt interessant und spannend, wie das so jeder definiert.**

47 A: Mhm also, so das ist halt quasi so das empfinde ich, das gesellschaftliche Bild von
48 Männlichkeit, das sich dann, wie gesagt, auch überträgt auf einen selber. Da gibt es ganz
49 viel alte Glaubens ganz viele alten Glauben ganz viel alte Vorstellungen das meiner Mei-
50 nung nach so von Generation zu Generation weitergegeben wird und dann lebt man halt
51 so dahin und lebt halt so, wie man immer gelebt gehabt oder wie es einem vorgelebt
52 wurde. Man kann aber trotzdem meiner Meinung nach jederzeit zu einem Punkt kommen,
53 wo man Sachen anders macht, wo man Sachen betrachtet, ob das überhaupt so passt für
54 einen oder ob das nicht passt für einen. Ähm ja.

55 **I: Mhm, okay. Denkst du prinzipiell, dass Männer Fleisch konsumieren müssen, also**
56 **dass das die Männlichkeit irgendwie definiert?**

57 A: Auf keinen Fall.

58 **I: Würdest du persönlich schon mal irgendwie konfrontiert mit diesem Klischee,**
59 **dass Männer Fleisch brauchen?**

60 A: Bestimmt. Mir fällt jetzt gerade kein Beispiel, also ich könnt keine Story dazu erzählen.
61 Aber ich glaube, dass das oft auch so subtil passiert. So quasi ich weiß nicht als erstes
62 denke ich dabei, weil ja jetzt Grad Sommer ist oder war denke ich so an Grillen. So wenn
63 quasi wenn man auf die Donau Insel geht und grillt und mit Freunden, dann ist es eigentlich
64 außer Frage, ob Fleisch gegrillt wird oder nicht. Eben damit mein ich so dass halt, das das
65 total unbewusst passiert so, Grillen bedeutet totes Tier auf Feuer zu klatschen und dabei
66 Bier zu trinken und das ist so ein bisschen ein grausliges Männerbild, muss ich sagen. Da
67 stellen sich mir die Haare auf, wenn ich das so erzähle. So ist es halt also ja, ich wurde
68 schon damit konfrontiert, aber ich muss auch sagen so ich lebe in einer oder mein Umfeld
69 ist. Diese Blase, in der ich mich da befinde ist eigentlich schon offen und also ist jetzt nicht
70 so, dass in meinem Umfeld irgendwie, wenn man im Sommer grillen waren und ich bringe
71 halt irgendwie Gemüse mit oder so, dass ich da irgendwie blöde Kommentare krieg, das
72 nicht aber man merkt es schon an Blicken.

73 **I: Ah okay, schon.**

74 A: Ja schon.

75 **I: Also hast du da eher ein offeneres Umfeld, Freundschaftsumfeld um dich?**

76 A: Schon also, die sind dann auch interessiert daran, aber so quasi da die Grenze von
77 Interesse und selber ausprobieren das ist schwer, die zu erreichen.

78 **I: Gibt's da manchmal auch Reibungspunkte oder Diskussionen?**

79 A: Eigentlich nicht. Aber ich geh auch nicht drauf ein, hab jetzt überlegt aber irgendwie so
80 Situationen gegeben hat, wo das quasi zu Reibung geführt hätte, hätte ich mich irgendwie
81 anders verhalten, aber eigentlich nein. Ich merk dann eher in so blöden Schmähs, sozu-
82 sagen also, wenn so quasi, wenn es eben wieder ins Lächerliche gezogen wird, aber jetzt
83 nicht unguete Art und Weise, sondern halt einfach so also zum Beispiel, dass das klassi-
84 sche so warum müssen vegane lebende Menschen das ist tatsächlich ein Thema was
85 öfter kommen ist. Warum müssen vegan lebende Menschen jetzt vegane Würstchen ha-
86 ben zum Beispiel?

87 **I: Ah okay und was ist dann deine Meinung?**

88 A: Na ja, also und das ist interessant, weil ich hab das früher ah, ich hab das früher auch
89 gesagt bevor ich mich irgendwie mit mir selber auseinandergesetzt hab ich mir auch ge-
90 dacht so na ja wenn man schon also hab ich das auch gesagt, wenn man jetzt quasi sich
91 schon entscheidet vegan zu leben, warum muss das dann wie ein Würstchen ausschauen,

92 also warum muss man quasi das tierlose Produkt dem tierischen Produkt nachahmen, das
93 hab ich früher immer komisch gefunden, aber mittlerweile seh ich das anders und seh das
94 eher so warum nicht? Warum kann man nicht? Also ich sehe das eher so, man kann auch
95 Würstchen, zum Beispiel Würstchen genießen und das ist aber ohne Tier. Also es darf
96 natürlich so ausschauen so nur weil, weil ein Fleisch, eine Wurst aus Fleisch diese Form
97 hat heißt es ja nicht, dass die Wurst aus tierischen [äh] aus pflanzlichen Produkten nicht
98 auch diese Form haben kann. Und ich seh das eher so als Chance vielleicht Menschen
99 zu überzeugen das zu probieren

100 **I: Okay. Das Klischee von Männern, die Fleisch essen müssen was glaubst du, wa-**
101 **rum es dieses Klischee überhaupt gibt?**

102 Hmm, boa.

103 **I: Oder wo das seinen Ursprung hat oder woher das kommen könnte?**

104 Denken wir als Erstes an als ganz also eine Zeit, in der quasi die Rollenverteilung, so war
105 das Männer halt auf die Jagd gegangen sind oder beziehungsweise das die Geschichte
106 des so erzählt, dass Männer das waren Männer und Männer die Personen waren, die auf
107 die Jagd gegangen sind [unv. 1s] Also ich kann mir vorstellen, dass das da irgendwie so
108 seinen übersprungen hat, so quasi Mann ist dafür zuständig Essen heranzuschaffen und
109 ist ja körperliche der Stärkere, das heißt, er muss das quasi machen

110 **I: Mhm okay, und wie könnte man diesem Klischee entgegenwirken, dass das viel-**
111 **leicht nicht mehr so präsent wäre in unserer Gesellschaft?**

112 A: Weil es ist schwierig, ich find es generell schwierig, Sachen zu erwarten von anderen
113 was zu machen, dass andere Menschen das anders machen ist sehr schwierig, wenn die
114 Bereitschaft nicht dafür da ist, dass man Sachen hinterfragt oder anders macht, dann ist
115 es schwer, jemanden anderen das aufzubinden, sozusagen. Ich glaub, also was für mich
116 am stimmigsten dabei ist es einfach anders zu machen und das einfach offen zu kommu-
117 nizieren und zu sagen das mans anderes macht.

118 **I: Mhm.**

119 A: Ohne Erwartung, dass jemand anderer das auch macht, sondern einfach seine Art und
120 Weise teilt mit Menschen, die einem wichtig sind und wenn dadurch ein Diskurs oder ein
121 Austausch stattfindet, schön, wenn nicht auch schön.

122 **I: Mhm, okay.**

123 A: Um das, das sich das Klischee ändert würde das, glaube ich so auf gesellschaftlicher
124 Ebene würde das bedeuten, dass sich Männer mit sich selber beschäftigen müssten.

125 **I: Okay also, das heißt, Männer müsste eigentlich daran arbeiten, dass dieses Kli-**
126 **schee einfach, ja**

127 A: Definitiv, also ja voll also ich glaub, das würde damit beginnen, dass man das überhaupt
128 akzeptiert, dass es dieses Klischee gibt, dass mans erkennt, dass man es akzeptiert und
129 erst dann ist glaube ich, die Grundlage gelegt, dass man es ändern kann oder nicht.

130 **I: Mhm, okay. Betreibst du selber Sport?**

131 A: Ja haha. Wie soll ich sagen, also ja ich betreib Sport, weniger regelmäßig, als ich es
132 gerne machen würde.

133 **I: Hast du davor auch schon Sport betrieben, wie du jetzt, bevor du vegan warst.**

134 A: Ja schon also auch im gleichen, also das hat irgendwie gar nichts so damit zu tun.

135 **I: Ok, hast du da irgendwie einen Unterschied gemerkt oder achtest du da speziell**
136 **stark, dass (du) die Proteine zu dir nimmst?**

137 A: Na also, beim Sport muss ich sagen habe ich eigentlich nicht keinen Unterschied ge-
138 spürt. Na, das könnte ich nicht sagen. Aber ich habe zum Beispiel einen großen Unter-
139 schied im alltäglichen Leben gespürt einfach. Energiemäßig also ich habe einfach mehr
140 Zugriff auf meine Energie Ressourcen als ich sonst habe, das ist definitiv so

141 **I: Okay, findest du selber, dass Männer Fleisch konsumieren müssen, um genug**
142 **Proteine oder Eiweiß zu erhalten.**

143 A: Nein, das ist ein Blödsinn find ich, das ist ein Blödsinn im Sinne davon, also wenn man
144 das mal überlegt, dieses Argument, das in Fleisch Proteine drinnen sind, die man sonst
145 nicht zu sich nehmen kann, dann stelle ich mittlerweile immer gerne die Gegenfrage woher
146 bekommen denn die Tiere ihr Protein und das ist ja eigentlich eher so die Zwischenstelle
147 also das Tier in dem Fall. Das Tier frisst im Normalfall pflanzen und kann sich dadurch
148 ernähren und kann damit seinen Haushalt, was es braucht füllen also können wir das auch.
149 Aber was ich schon glaube ich glaube, es gibt unterschiedliche Lebensphasen. Ach so ja,
150 es gibt unterschiedliche Lebensphasen, das ist ein Fakt und ich glaube, dass es schon
151 hilfreich sein kann in verschiedenen Lebensphasen Fleisch zu essen. Aha, also ich bin
152 zum Beispiel jetzt in also ich wachs jetzt gerade nicht mehr. Ich bin ausgewachsen sozu-
153 sagen. Ja, ich kann mir das leisten in meiner Lebensphase, obwohl sich das leisten ist ein
154 blödes Wort, ja kann mir das Leisten auf Tier zu verrichten. Wenn ich aber zum Beispiel

155 eine Freundin von mir die ist schon 3 Jahre. Also sie war 3 Jahre vegan, ist dann schwan-
156 ger geworden und hat quasi erkannt ihr erstes Anzeichen, dass sie schwanger ist, war
157 nach 3 Jahren vegan zu leben war, dass sie extrem Lust hatte, auf Hot-Dog zum Beispiel.
158 Was und ich glaube schon daran, dass es eben sinnvoll sein kann, in so einer Situation,
159 wenn man quasi wenn sich viele Zellen bilden, neue Zellen bilden, einen Schub von
160 Wachstum an einem selber oder das hat ein Mensch in einem wächst, dass es da schon
161 Sinn machen kann oder hilfreich für das System sein kann, Fleisch zu essen.

162 **I: Wegen dem Eiweiß, oder?**

163 A: Wegen Zellbildung würde ich sagen. Was ja natürlich auch mit dem Eiweiß zusammen-
164 hängt.

165 **I: Okay, wie denkst du eigentlich über Fleischesser also jetzt Männer, die jetzt auch**
166 **Fleisch konsumieren? Was ist so dein Gedanke.**

167 A: Ähm, Naja, ich bin am Land aufgewachsen, bin in Tirol aufgewachsen und da ist es
168 zum Beispiel sehr. Also, da merkst (du) einen Unterschied im Umgang im Umgang mit
169 Fleisch, also ja da hat man halt sehr leicht Zugriff auf Fleisch, das so produziert, wenn
170 man das so sagen will produziert wird das eine natürlichere Art und Weise ist, finde ich.
171 Deswegen war Fleisch essen für mich halt irgendwie immer so Teil von allem. Aber ich
172 muss sagen ich habe keine also ich heg keine schlechten Gefühle anderen gegenüber
173 dem Fleisch essen. Würde mir wünschen, dass sich Menschen mehr damit auseinander-
174 setzten, was das bedeutet, was sie da essen und die Zusammenhänge erkennen, was
175 des nicht nur mit einem selber macht, aber was das auch mit der Umwelt mit der Natur
176 zum Beispiel macht und das bewusster, also Fleisch zu konsumieren, wenn sich jemand
177 dafür entscheidest, ist es ok für mich, werde aber, ich würd mir wünschen, dass die Men-
178 schen das bewusster machen.

179 **I: Wenn du da sagst du bist am Land aufgewachsen, hast du da eigentlich irgend-**
180 **welche Konflikte mit deinen Eltern oder im Familienkreis, dass du jetzt vegan bist.**

181 A: Konflikte würde nicht sagen ich merk aber, dass des sich, das es einfach keine oder
182 sehr wenig Wissen oder Bereitschaft sich Wissen anzueignen, darüber gibt. Da gibt's so
183 eine Stereotype oder einen Stempel vegan heißt des und zum Beispiel ist es halt so ein
184 Vorurteil das vegan leben einfach gleichgesetzt wird mit sich gesund ernähren. Das stimmt
185 ja bis zum gewissen Grad, aber es gibt genauso veganes Essen, also du kannst genauso
186 dich vegan ernähren und dich ungesund ernähren auf eine andere Art und Weise. Vegan
187 ist nicht gleich geschmackloses Essen.

188 **I: Wenn du sagst, also man kann natürlich sich auch ungesund ernähren, indem**
189 **man halt fettig oder keine Ahnung einfach nicht auf seine Ernährung schaut prin-**
190 **zipiell schon auf deine Ernährung?**

191 A: Schon ja, schon, mittlerweile ist es, hat kochen zum Beispiel auch viel mit Farben zu
192 tun für mich, klingt jetzt blöd aber, wenn ich koche, dann schaue ich, dass ich so die
193 Grundfarbtöne, dass die vertreten sind. Weiß nicht, ist vielleicht bisschen ‚weird‘, aber was
194 nützt es, wird, aber das gibt mir einfach ein gutes Gefühl irgendwie was Grünes was Rotes,
195 was Gelbes dabei ist.

196 **I: Ok ja, das kenn ich.**

197 A: Das Auge isst ja mit, sozusagen.

198 **I: Ja, auf jeden Fall. Wie würdest du sagen, ist die Akzeptanz jetzt momentan von**
199 **Veganern in der Gesellschaft?**

200 A: Da kann ich wiederum also da möchte ich eigentlich nur von meiner Blase reden und
201 da ist es schon akzeptiert. Also ich kann da wenig in Berührung mit, ähm, nicht akzeptiert
202 werden, dass man das Macht.

203 **I: Ja, jetzt nähern wir uns eh schon langsam dem Ende, möchtest du noch irgend-**
204 **was zu dem Thema Männlichkeit oder Veganismus sagen, was ich vielleicht jetzt**
205 **noch nicht gefragt habe.**

206 A: Was soll das Zusammenhängen? Männlichkeit und Veganismus?

207 **I: Nein nein, kann auch getrennt sein voneinander.**

208 A: Na ja, was ich, was ich so meinen Freunden oft sag in Gesprächen zum Thema Männ-
209 lichkeit, dass man sich gerne oder wenn man daran interessiert ist, das zu hinterfragen,
210 dass man sich gerne die männlichen Vorbilder, die man hat, also Vater, Großvater, wer
211 auch immer das ist, was immer das für Verbindung ist, dass man sich das anschaut und
212 versucht, zu erkennen, wieviel man dann übernommen hat von anderen das vielleicht gar
213 nicht so passend ist für einen selber.

214 **I: Okay. Wäre dir eigentlich jemals irgendwie so eine Werbung aufgefallen oder die**
215 **halt eher so Männlichkeit repräsentieren in der Werbung?**

216 A: In Werbung, die so quasi die klassische Männlichkeit repräsentiert?

217 **I: Genau ja, genau, genau.**

218 A: Ja also ich weiß nicht, ich schaue seit 2 Jahren nicht mehr fern, deswegen kann ich das
219 jetzt schwer sagen, in fern in Fernsehwerbung. Sonst überleg ich grad, die einzige Wer-
220 bung die ich konsumier, [unv. 2s], die man konsumiert, das ist eigentlich eh voll viel Wer-
221 bung was man gar nicht so als Werbung sieht, ähm halt irgendwie ist mein Thema grillen,
222 ich weiß nicht warum, es ums grillen geht, haben sie weiß nicht, von wem das war, oder
223 welche Firma das ist aber halt so quasi das Bild vor mir von ich glaube, es war irgendein
224 Supermarkt, wo halt quasi so eine Grillparty ist und die Männer stehen am Grill und die
225 Frauen sind irgendwie dahinter irgendwo anders und die Männer stehen halt da mit Grill
226 vor ihnen Fleisch am Grill und eben Bier in der Hand, so dieses Bild wurde halt gezeichnet
227 so.

228 **I: Triffst das auch auf deinen Freundeskreis zu jetzt da, wenn die Männer, wenn jetzt**
229 **einen Grillabend habt's oder dass die Männer dann am Grill mit Fleisch und Bier**
230 **stehen?**

231 A: Definitiv, definitiv, voll aber in meinem Umfeld ist es eigentlich also ich würde ned sagen
232 Fifty-Fifty, aber es ist eigentlich immer ein Frauenanteil dabei, also ich halt bezeichne ge-
233 nauuso weibliche Menschen als meine Freunde, sowie männliche Menschen als meine
234 Freunde bezeichnen. Die finden auch in meinem Umfeld statt und das finde ich persönlich
235 sehr wichtig.

236 **I: Würdest du selber sagen, dass du sehr männlich bist? Oder wie würdest du bei**
237 **dir sagen.**

238 A: Ich würd sogar sagen meine weibliche Seite ist größer als meine männliche Seite oder
239 meine weibliche Seite ist mir lieber als meine männliche Seite.

240 **I: Was wäre da deine weibliche Seite, also wie würdest du das Definieren?**

241 A: Ähm emotional, gesprächsbereit oder gerne gesprächsbereit, und zwar nicht nur über
242 Fußball oder Sport, sondern über Themen, die einen Beschäftigen. Ähm, ich bin mehr
243 Platz anderen geben als mir selber oft

244 **I: Ja, okay und die männliche Seite, das wäre dann? Was genau?**

245 A: Ähm, das sind so mehr Dinge, die man tut. Gespräche, die man führt, über was man in
246 Gesprächen spricht.

247 **I: Ja, also bei dir findet das eher so verbal statt, die Männlichkeit.**

248 A: Ja, ja schon würde ich schon sagen.

249 **I: Ok, ja super danke, gell das, das hat jetzt eh schon, das waren eh schon alle meine**
250 **Fragen außer du hast noch irgendwelche Frage oder möchtest noch was sagen?**

251 A: Hmm. Eigentlich nicht.

252 **I: Ok, ok. Dann bedanke ich mich vielmals für das Interview bei dir, das hilft mir echt**
253 **sehr weiter.**

1 **Bernhard Z.**

2

3 **I: Ja ich schreib ja meine Masterarbeit über Veganismus, ähm könnt ich da jetzt dir**
4 **ein paar Fragen dazu stellen? Passt das?**

5 A: Ja voll gern

6 **I: Ok super, ja erstmal wäre es cool, wenn du dich kurz vorstellen könntest, was du**
7 **so machst, wie alt du bist**

8 A: Ja, also ich bin 29 Jahre alt und hab zwei Jobs, bin im ersten Hauptberuflich bin ich in
9 der Verpackungsindustrie, Lebensmittel und Pharmazieverpackung werden da hergestellt
10 in meiner Firma da, wo ich arbeite und nebenberuflich bin ich noch Zusteller und Aufsteller
11 für Fotoboxen also für Hochzeiten und Geburtstage usw.

12 **I: Ah ok**

13 A: Bin ich da sehr viel unterwegs immer in ganz Österreich, ganzen Wochenenden immer
14 verplant hauptsächlich

15 **I: Wow ist das sehr anstrengen?**

16 A: Na also, der Zweitjob mit den Fotoboxen das ist ja hauptsächlich nur [unv. 2s.]. Ich bin
17 viel mit dem Auto unterwegs. Ja wohnen tu ich in St. Pölten. (Ich) hab dort eine schöne
18 Mietwohnung, also [unv. 1s.], 2 Katzen, joa und Freizeitmäßig bin ich sehr gern unterwegs
19 auf Reisen was leider jetzt da eben bezüglich der Pandemie nicht möglich war und dann
20 tu ich noch a bissl Schatzsuche gehen, ich tu sehr gerne mit meinem Metalldetektor bissal
21 im Wald „umadum“ gehen und Münzen sammeln und bissal Magnetfischen tu ich auch,
22 bissal so Schrott aus den Gewässern rausholen, joa

23 **I: Cool, was findet man da so im Wald?**

24 A: Naja, hm, leider Gottes sehr viele Relikte aus dem zweiten Weltkrieg auch. Ich habe
25 schon paar Waffen gefunden und Granatsplitter und Patronenhülsen sind dann sehr viel,
26 joa es hat auch schon einige Polizeieinsätze dadurch gegeben [haha]

27 **I: Wow, Wahnsinn, okok**

28 A: Dann findet man noch sehr viel Altmetall, Altschrott und so Sachen, [unv. 2s]

29 **I: Okok interessant, ähm und du bist selber vegan?**

30 A: Ja bin ich schon seit 2016

31 **I: Wie kams zu dieser Entscheidung?**

32 A: Ja ähm ich war zu der Zeit ein ziemlich starker YouTube Konsument und hab da irgend-
33 welche [unv 3s.] sehr viele Sachen zu den verschiedensten Themen angeschaut und bin
34 dann zufällig auf ein Video gestoßen von den Jungs von veganen [unv 1 Wort]. Ich weiß
35 nicht, ob du die kennst?

36 **I: Nein nein kenn ich nicht**

37 A: Also das ist ein sehr, sehr witziger YouTube Kanal der Veganismus halt vorstellt aber
38 auf sehr witzige sarkastische Art und Weise und das hat mich auf jeden Fall sehr abgeholt
39 und je mehr ich die Videos von denen angeschaut habe, desto mehr [unv. 3s.] logisch war,
40 und dann habe ich den Entschluss gefasst und hab dann auch einen harten Cut gemacht,
41 also ich war keinen Tag Vegetarier, also ich bin wirklich von Fleischesser auf Vegan um-
42 gestiegen, von einem Tag auf den anderen.

43 **I: OK, war das sehr schwer also die Umstellung für dich?**

44 A: Nein eigentlich nicht, weil ich habe, sehr viele Informationen schon gehabt eben durch
45 diesen YouTube-Kanal und auch anderen Kanälen und es ist mir eigentlich relativ leicht-
46 gefallen. Ich habe zwar am Anfang einen Fehler gemacht, weil ich war am Anfang Roh-
47 Vegan die ersten 3 Wochen und das war dann ein bissal schwierig, also ich dann, das war
48 das einzige was ich gemerkt hab, das es mir Körperlich nicht so gut gegangen ist, weil ich
49 einfach viel zu wenig Kalorien gegessen hab und ja deswegen bin ich dann eh sehr schnell
50 auf „Kochkost“ umgestiegen und seitdem ja bin ich da glaub ich sehr gut drinnen, also ich
51 koch auch sehr viel für mich selber und hab super geile Gerichte [unv. 3s] bin sehr gut
52 versorgt.

53 **I: Okok, was glaubst du was ähm also Leute die noch Fleisch weiterhin konsumieren**
54 **für einen Grundgedanken gegen Veganerinnen und Veganer haben. #00:05:14-8#**

55 A: Die Fleischkonsument?

56 **I: Genau ja**

57 A: Ja da gibst halt diese ganzen Standartaussagen: "Ja das haben wir schon immer ge-
58 macht, das ist Tradition und das Gehirn wäre nicht so weit entwickelt, wenn wir kein Fleisch
59 gegessen hätten" und so Sachen. Das sind halt diese Dinge, diese ganzen Standartsa-
60 chen, die man eigentlich relativ easy einfach denken kann, von dem her, ja ich bin da
61 schon sehr geübt im Diskutieren mit Fleischessern und das lässt sich halt alles sehr logisch

62 und einfach widerlegen, von dem her sehe ich das gar ned so streng alles, wenn irgendwer
63 glaub er muss das mit mir diskutieren dann sag ich ihm halt einmal was [haha]

64 **I: ok, wie wichtig ist für dich Veganismus?**

65 A: Ja sehr wichtig, wie soll ich sagen es macht mich auf jeden Fall aus. Ich will nicht sagen,
66 dass ich mich dadurch identifiziere, aber es ist schon sehr wichtig, es ist auch für mich sag
67 ich mal ich bin jetzt da Single und wenn ich auf Partnersuche gehe für mich ist das extrem
68 wichtig, dass meine Partnerin auch vegan ist, also ich könnt nicht eine ernsthafte Bezie-
69 hung mit einer Dame eingehen, die Fleisch isst, das sind so sporadische Grundvorstellun-
70 gen die einfach passen müssen für eine Beziehung, von dem her ist das für mich vor allem
71 in der Partnerschaft sehr wichtig. Bei meinen Freunden oder so bin ich da jetzt ned so
72 streng weil mit denen leb ich ja ned 24/7 zusammen und obwohl ich in meinem Freundes-
73 kreis schon ein paar Freunde dabei hab, die immerhin nicht abgeneigt wären, vegan zu
74 werden, aber ich hab leider bis jetzt noch nicht geschafft hier irgendwem wirklich dahin zu
75 bringen, aber ich hab auf jeden Fall schon ein bissal Bewusstsein geschaffen für die ganze
76 Sache und die Leute haben auf jeden Fall ein bissal den Fleischkonsum reduziert, bzw.
77 wenn man wo gemeinsam essen geht und sieht der weiß ned einen veganen Bürger dazu,
78 dann wird der des Öfteren auch bestellt.

79 **I: Mhm ok, so ich schreib meine Masterarbeit auch über Männlichkeit, also Veganis-**
80 **mus und Männlichkeit, deshalb würde mich sehr interessieren, wie du selber Männ-**
81 **lichkeit definieren würdest.**

82 A: Äh wie ich selber, unabhängig von Veganismus jetzt?

83 **I: Jaja unabhängig einfach so**

84 A: Ok, ja also ich bin ein großer Fan von Polarität oder wie sagt man binären Systemen.
85 Es gehört immer beides dazu und ich find das ein Mann auch auf jeden Fall eine gewisse
86 Weiblichkeit mit sich bringen soll, genauso die Frauen eine gewisse Männlichkeit mit sich
87 bringen soll und die ganzen alten Rollenbilder was wir kennen aus den 50er, 60er Jahren,
88 die sind für mich sowieso komplett gestorben, also ich bin, ich mach als Mann auch sehr
89 viel insofern die Frauen früher gemacht haben immer, zum Beispiel putzen und kochen
90 und so Sachen, das mach ich für mich selber, von dem her hab ich dort schon eine weib-
91 liche Seite an mir und ich find das sehr cool wenn ich Frauen kennenlerne die eine gute
92 männliche Seite an sich haben und z.B. ein bisschen handwerklich was machen können
93 und dazu ned einen Mann unbedingt brauchen und joa i find man braucht beides um den
94 anderen Part zu verstehen also ich kann nur eine Frau verstehen, wenn ich selber auch

95 ein bisschen weiblich denk sag ich jetzt einmal, genauso umgekehrt. Die Frauen brauchen
96 auch bissal eine Männlichkeit damit sie auch die Männer ein bisschen mehr verstehen und
97 joa also [unv. 4s] Veganismus zurückkommen, ich glaub ned das des jetzt irgendwie die
98 Männer verweiblicht oder verweichlicht, auf keinen Fall, das ist sogar wissenschaftlich er-
99 wiesen, dass wenn man jetzt sehr viel Fleisch ist, das sehr viele Estrogene drinnen sind
100 und das erst recht Männer verweiblicht, man sieht ja dann auch bei Männern wenn die ein
101 bissal übergewichtiger sind, das sie einen gewissen Ansatz an Brüsten bekommen und
102 von dem her ist es genau eine umgekehrte Sache, obwohl ich ganz ehrlich sagen muss
103 ich fühl mich jetzt auch nicht männlicher wenn ich, seitdem ich Vegan bin, also es ist ei-
104 gentlich gleich geblieben.

105 **I: Ok, wenn du sagst männliche Seite, wie würdest du diese männliche Seite defi-**
106 **nieren, was würdest du dem für Stichwörter geben, oder welche Wörter fallen dir**
107 **dazu ein?**

108 A: Boa, schwierig. Ich würde, würde den Geschlechtern nicht wirklich irgendwelche Eigen-
109 schaften zurechnen, weil ein Mann kann, genauso sensibel sein wie eine Frau und eine
110 Frau kann genauso dominant sein wie eine Frau, ich würde das gar nicht so definieren so,
111 ehrlich gesagt.

112 **I: Ok, es gibt ja dieses Klischee, das Fleischesser mehr männlich sind als Veganer,**
113 **ist dir dieses Klischee selber schon einmal untergekommen, bist du damit irgendwie**
114 **konfrontiert worden?**

115 A: Ja sicher natürlich, aber wie gesagt, wenn man Wissenschaftlich und in einem nicht-
116 aggressiven Ton argumentiert und das Gegenüber sagen wir mal ein bisschen Hausver-
117 stand das verstehen, dass es eigentlich nicht so ist.

118 **I: OK, wie ist deine Meinung zu diesem Klischee?**

119 A: Na des ist völlig bescheuert eigentlich.

120 **I: Hast du vielleicht eine Idee, warum es dieses Klischee gibt?**

121 A: Ja das kommt sicher von sag ich jetzt einmal von den Urmenschen, wo die Männer auf
122 Jagd gegangen sind und das Fleisch heimgebracht haben und dann der starke Mann halt
123 dann wenn's da irgendein Reh abgestochen haben oder sonst irgendwas, also von dem
124 her kommt das sicher, definitiv, es ist halt völlig, völlig Hirnrissig, kann ich mir gut vorstellen
125 aber jetzt ist es halt nimmer mehr so, weil die Männer gehen nirgends mehr auf die Jagd
126 und holen sich das Fleisch, sondern sie gehen in den Supermarkt und holen sich das

127 abgepackte Hühnerbrust oder „Hendlhacksl“, hat überhaupt nichts mehr zu tun mit dem
128 was früher war. Noch dazu was ich auch voll interessant finde ist die Art und Weise wie
129 wir Menschen Fleisch konsumieren, ist ja nicht vergleichbar mit dem wie es ein Fleisch-
130 fresser in der Natur machen würde, sondern ist eher vergleich bar mit einem Aasfresser,
131 weil der Fleischfresser sagen wir jetzt einmal der Löwe geht ja wirklich auf die Jagd und
132 der sucht sich das und der muss da wirklich dafür kämpfen damit, dass er jetzt das Reh
133 oder so jetzt fressen kann, bei uns [unv. 3s]. Tiere sind gehalten worden, dann geschlach-
134 tet worden. Das hat dann wer für uns schön verpackt in die Kühlung gelegt und wir gehen
135 dann in den Supermarkt und holen das einfach, ähnelt eher einem Aasfresser, so wie
136 einem Geier zum Beispiel, der was die Überreste irgendwie, von dem was der Löwe ge-
137 rissen hat und überlassen hat, da geht der Geier dann hin und der holt sichs.

138 **I: Mhm, ok, hast du eine Idee wie man diesem Klischee irgendwie entgegenwirken**
139 **könnte?**

140 A: Ja also eher mal genauso mit dem wie ich's auch gesagt hab und wie soll man sagen,
141 die Lösung braucht die Zeit, die verändert sich einfach und wir haben einfach der wissen-
142 schaftliche Stand ist so gut aktuell grad, das wir wissen das wir das einfach nimmer mehr
143 brauchen, vielleicht haben's wir früher gebraucht vor 10.000 Jahren, vielleicht wars damals
144 gut, aber es rechtfertigt halt nicht das wir das jetzt da noch immer so machen

145 **I: Ok. Ähm machst du eigentlich irgendeinen Sport?**

146 A: Ähm nein nicht wirklich, also sehr temporär, ich gehe zeitweise gern wandern, ein bissal
147 Radfahren, aber so richtig regelmäßig Sport machen tu ich eigentlich [unv. 2s], aber man
148 muss dazu sagen, ich arbeite in meinem Hauptjob sehr stark körperlich [unv. 2s] kann man
149 das fast vergleichen, mit einer täglichen Sporteinheit.

150 **I: Okok, schaust du da bei deiner Ernährung auf Proteine?**

151 A: Nein überhaupt nicht, weil man weiß, ja auch in einem jeden Lebensmittel bis zu einem
152 gewissen Grad Proteine drinnen sind, in einem mehr in dem anderen weniger und also ich
153 schau da überhaupt nicht drauf. Dieser Proteinmythos ist ja auch völlig irrelevant, so ein
154 Krankheitsbild wie einen Proteinmangel, sowas gibts eigentlich gar nicht, es gibt höchst-
155 ens in Dritte Welt Länder, wo die Leute einfach gar nichts essen, da kann ich's mir vor-
156 stellen, dass es einen Proteinmangel gibt, aber wenn man was isst, egal was, kann es
157 kaum zustande kommen, das man einen Proteinmangel kriegt.

158 **I: Mhm ok, also glaubst du jetzt nicht das man Fleisch essen muss, um genug Pro-**
159 **teine zu erhalten?**

160 A: Nein überhaupt nicht, weil man muss ja die ganze Kette was davor, bevor das Fleisch,
161 bevor man das Fleisch zu sich nimmt, muss man ja auch betrachten und da muss man
162 sich halt die Frage stellen, wie kommt eigentlich das Protein ins Fleisch rein und die meis-
163 ten Tiere die wir essen und gegessen haben, sind ja Pflanzenfresser, also die logische
164 Schlussfolgerung ist ja die das in Pflanzen das Protein drinnen ist und wenn man so Tiere
165 hernimmt, die was groß und stark sind zum Beispiel Elefanten oder Gorillas oder Giraffen
166 oder so, da muss man sich auch die Frage stellen, wo bekommen die ihr Protein her, also
167 a großes Tier, z.B. ein Gorilla der hat ja auch voll die Muskeln, wo kriegt der sein Protein
168 her, ja der isst Pflanzen, da ist auch Protein drinnen, irgendwo kommt ja das her, das wird
169 ja nicht gebildet in dem Fleisch selber.

170 **I: Mhm das stimmt ja**

171 A: Bist du eigentlich vegan?

172 **I: Ich? Ja ich bin selber auch vegan [haha]**

173 A: Ok, gut dann brauch ich dir das meiste eigentlich gar nicht erklären

174 **I: Ja aber weißt eh halt für die ist ja trotzdem das Interview wichtig. Ähm ja wie bist**
175 **du eigentlich mit dem Thema Veganismus aufgewachsen, oder Vegetarismus?**

176 A: Ja das ist bei mir ein sehr, sehr spannendes Thema, weil mein Background ist, der ich
177 komm vom Land, ich bin auf einem Bauernhof groß geworden. Meine Eltern bzw. mein
178 Bruder betreiben aktuell einen sehr großen Milchviehbetrieb und von dem her war das
179 niemals eine Thematik bei mir daheim, das war niemals Thema. Bei uns Zuhause, meine
180 Eltern haben sehr viel Fleisch gegessen, sehr viele Milchprodukte konsumiert. Meine Oma
181 hat ein paar Hundert Hühner, es werden auch sehr viele Eier gegessen und ja von dem
182 her war das bei mir ein bisschen schwierig, weil ich beide Seiten sehr gut kenn und aber die
183 Logik ist einfach auf der Veganismuseite. Ich kenn die ganzen Schrittketten, die ganzen
184 Ketten was da davor sind, um tierische Produkte so herzustellen und das ist einfach sowas
185 von ineffizient, das ärger nimmer geht, aber bei mir ist es auch so, dass ich jetzt meinen
186 Eltern bzw. meinem Bruder da jetzt überhaupt ned verurteil, weil erstmal sie wissen [unv.
187 2s] und zweitens ist es ihr Business und ich kann ihnen ihr Business nicht wegnehmen.
188 Es kommen zwar schon immer gewisse Diskussionen auf, aber die werden von meiner
189 Seite her immer sehr schnell beendet, weil's halt einfach nichts bringt. Ich kann ihnen das
190 nicht einreden, das sie ihr Business, ihre Lebensgrundlage beenden, genauso wenig kön-
191 nen sie mir einreden, dass ich wieder Fleisch esse, das geht einfach nicht.

192 **I: Interessant, also sind da nicht oft so Streitkonflikte zwischen euch?**

193 A: Überhaupt nicht. Meine Oma z.B. versucht immer wieder: Na iss einmal wieder was
194 Gescheites, und so hin und her. Ja, aber ich lass einfach reden, weil sie weiß es halt nicht
195 besser, sie ist halt in der Thematik nicht drinnen und es ist auch so meine Oma ist über
196 80, ich will ihr da jetzt da auch nicht irgendetwas einreden. Ihre Lebensqualität wird sie
197 jetzt so noch weiterleben und fertig. Ich bin da, dadurch das ich jetzt schon relativ lang
198 vegan bin, tu ich immer sehr schnell, wenn ich mit jemanden diskutiere, abwägen ob sich
199 das jetzt da was bringt oder nicht und bei manchen ist es einfach Klipp und klar von Haus
200 aus, dass sich die Diskussion überhaupt nichts bringt. Es wird nichts bringen für denjeni-
201 gen Veganismus oder über Veganismus etwas zu erzählen, oder Bewusstsein oder be-
202 wussteres Fleisch essen was zu erzählen, das bringt sich jetzt einfach nichts. Soll ich ihm
203 jetzt [unv. 4s] weil ich aus dieser Gruppe halt komm, sehr viel in meiner Familie mit Land-
204 wirtin zu tun habe, da diskutiere ich einfach nimmer mehr.

205 **I: Mhm, das versteh ich, ja**

206 A: Ich mach es lieber so bei Familienfeiern, wenn's jetzt da irgendwie so eine Käseplatte
207 oder so gibt, dann tu ich da oft so a bissl einen "Simply V" reinschmuggeln und dann sitz
208 ich da in der Runde und schau wie ein kleines Mäuschen und dann sagen die Leute, boa
209 der Käse ist aber gut, lecker.

210 **I: [haha] witzig. Ok, ähm interessant auf jeden Fall also das du da so beim Bauernhof**
211 **und so also, dass du mit dem ganzen konfrontiert wirst ist ja doch eher selten als**
212 **Veganer das man da dann, ja sehr interessant. Ja wir sind jetzt dann eh schon bald**
213 **vorbei mit dem Interview. Ähm möchtest du noch irgendwas zu dem Thema Männ-**
214 **lichkeit und Veganismus sagen vielleicht, oder fällt dir noch irgendwas ein was du**
215 **unbedingt loswerden möchtest.**

216 A: Ja eine Sache könnt ich noch sagen, es wird ja also dieses Klischee, das wird deine
217 vorige Frage wahrscheinlich auch beantworten, kommt ja oft sehr stark von der Werbung,
218 von der Werbeindustrie, z.B.: „Real Men eat meat“ und so Sachen und diese ganzen (Pro-
219 duktions)ketten Burger Fernsehwerbungen, wo so ein richtiger Mann mit einem fetten Bart
220 reinbeißt so das kommt ja von irgendwo und da gehört halt auch irgendwas gemacht also
221 da gehören solche Werbesprüche: „Real men eat meat“, und so Sachen, die sind ja auch
222 völlig Hirnrissig und weil eine Frau kann genauso einen fetten Burger in sich reinstopfen
223 und das hat überhaupt nichts mit Geschlecht zu tun.

224 **I: Ok, wurdest du eigentlich in deinem Freundeskreis schonmal wegen Männlichkeit**
225 **konfrontiert oder wo du gesagt hast du bist vegan, haben die dann gleich irgendwie**

226 A: Nein überhaupt nicht, im Freundeskreis eigentlich nicht, nein, ich habe da eher

227 **I: Und bei deiner Familie auch nicht**

228 A: Na da ist des bei der Familie denen ist das Wurst eigentlich, ob ich männlich bin oder
229 nicht.

230 **I: Ok, super dann sag ich vielen Dank für das Interview.**

231 A: Ja bitte gern

1 **Sebastian O.**

2

3 **I: Na dann beginnen wir gleich, könntest du dich mal kurz vorstellen, wie alt du bist,**
4 **was du so machst?**

5 A: Gut meinen Namen kennst du ja, bin 42, ich bin im Moment noch Erzieher in einem
6 Gymnasium jetzt eh schon seit 12 Jahren, arbeite mit Kindern und versuch mich selber
7 Selbstständig zu machen als Musiker, ja hab da ein paar Projekte, die ich hoffentlich bald
8 verwirklichen kann, das ist so die Kurzfassung.

9 **I: Du bist selber Veganer oder vegetarisch?**

10 A: Ja, ich bin lebe seit fast 8 Jahren vegan.

11 **I: Seit 8 Jahren wow.**

12 A: Ja genau

13 **I: Wie kam es zu dieser Entscheidung?**

14 A: Das lustige ist also, bevor ich vegane geworden bin, habe ich ja schon mal einen Ver-
15 such gemacht, vegetarisch zu leben und bin nach einem Monat kläglich gescheitert. Also,
16 das war 10 Jahre davor, glaub jetzt fast 18 Jahre her. Das hat einfach nicht funktioniert.
17 Das ist Thema hat mich schon lange interessiert. Ja irgendwie der Versuch, Tiere weniger
18 auszubreiten, also dieses Bewusstsein war irgendwie schon immer da das das eine komi-
19 sche Sache ist. Und du hast halt deine Gewohnheiten und ja, machst du deine Gedanken,
20 aber das im Alltag hast du nicht immer Zeit dafür. Auf jeden Fall hats mich immer so be-
21 schäftigt was da passiert und hab's irgendwie nicht ausgehalten, hab dann damals be-
22 schlossen okay, ich verzichte auf rotes Fleisch. Das war eigentlich so ne ganz willkürliche
23 Entscheidung, ja und das habe ich irgendwie dann 10 Jahre mehr oder weniger konse-
24 quent durchgezogen. Da war so die Idee da ok das sind so vielleicht so die die nächsten
25 Verwandten die Säugetiere. Also ja das war irgendwie mein Zugang längere Zeit und dann
26 irgendwann kann ich mich erinnern habe ich habe ich ein Jahr lang irgendwie hauptsäch-
27 lich auf Facebook immer wieder Beiträge gelesen und Videos angeschaut. Und jetzt ohne
28 eine große Intention dahinter, wo es wo es halt irgendwie darum ging, wie Tiere behandelt
29 werden, ja. Und dann hab ich gemerkt, ich kann das nicht mehr, ja. Und irgendwie in dem
30 Zeitraum haben auch angefangen mir gewisse Sachen nicht mehr zu schmecken. Also
31 das war irgendwie interessant. Ich hab dann auf Käse verzichtet. Ich dachte mir irgendwie
32 was ist das? Also ganz merkwürdig, das ist so fast unbewusst nebenher gelaufen, das

33 mir dann der Appetit vergangen ist und dann hat dann gab es irgendwie so den, so ein
34 Schlüsselmoment, wo ich mit einer Veganerin einfach über das Thema geredet hab und
35 ich habe zu ihr gesagt irgendwie ich, ich will schon länger eigentlich umsteigen und sie hat
36 dann einfach gesagt: ja, wieso machst du es nicht? Ja, und das war so ein Moment, wo
37 ich, wo ich mir gedacht hab ja, wieso eigentlich? Was hindert mich jetzt ja und dann bin
38 ich von einem Tag auf den anderen Veganen geworden. Muss allerdings sagen, dass ich
39 das ich schon 6 Wochen irgendwie Ein bisschen gelitten haben. Weil ich die ganze Zeit
40 Hunger hatte, ja. Also mein Körper hat mir irgendwie signalisiert du verhungerst haha. Ja
41 es ist wahrscheinlich bei jeder Art von Essens Umstellung, dass du, dass du das mitbe-
42 kommst ja. Und da hat ich dann irgendwie so eine Befürchtung was ist, wenn das nicht
43 klappt ja, hab mir echt Sorgen gemacht

44 **I: Und trotzdem dabeigeblichen? du bist trotzdem bei Veganismus geblieben oder**
45 **hast du es dann nochmal anders probiert, oder?**

46 A: Nein, nein nein, ich hab gesagt ich ziehe das durch bis zu dem Moment, wo für mich
47 evident ist, dass es nicht klappt und 6 Wochen sind jetzt nicht so eine lange Zeit also wenn
48 ich jetzt wenn ich jetzt umziehe oder sonst oder einen neuen Job irgendwo anfangen.
49 Dann brauche ich auch eine Zeit lang, um mich einzugewöhnen. Also ich hab mir ich hab
50 mir jetzt keine Deadline gesetzt, aber ich dachte mir ok. Keine Ahnung, alles, was unter 2
51 - 3 Monaten ist, ist für mich akzeptabel als eine Umstellung. Und dann hätte ich vielleicht
52 weiter überlegt, was ich tu. Aber, es ist wirklich schräg, ich bin dann eines Tages aufge-
53 wacht und hab gemerkt, ok es ist vorbei dieses ewig Hunger haben und. Auch sich
54 schwach fühlen also das war tatsächlich so und ich weiß nicht, ob das eine Art Entgif-
55 tungsprozess war oder was auch immer ja, wenn man Detox macht hast du ja auch alle
56 möglichen zuständig ja.

57 **I: Ja stimmt oder fasten.**

58 A: Ja, richtig genau also es war dann wirklich so ich bin aufgewacht und dann war es so
59 okay, das ist jetzt mein Leben und es passt ja. Ich hatte, ich hatte eigentlich nur noch eine
60 Hürde, ein paar Monate später. Und da hatte ich einen Vitamin B 12 Mangel

61 **I: Ah ok, wie hast du das rausgefunden, hast du da einen Bluttest gemacht?**

62 A: Nein, wenn du einen Vitamin B 12 Mangel hast dann gehts dir richtig scheiße okay. Ich
63 hatte, ich hatte solche Schwindel Anfälle, dass ich mich eigentlich nicht mehr bewegen
64 konnte. Ja, ich war auch im Spital und sie haben das trotz meines Wunsches nicht über-
65 prüft und habe alle möglichen Untersuchungen gehabt. Sogar für ein paar Wochen, ja ja

66 und ich bin da, ich bin da zu Hause gelegen konnte eigentlich nur noch irgendwas lesen
67 und Musik hören. Es ist wirklich schräg, ja.

68 **I: Das ist wirklich schlimm, ja und selbst da hast du dann nicht überlegt, so wieder**
69 **zum Fleischkonsum zurückzugehen.**

70 A: Ähm nein, weil das für mich jetzt nicht unbedingt damit verknüpft war. Also ich hatte ja
71 nur den Verdacht, dass ich diesen Mangel hab, versucht irgendwie zu supplementieren,
72 aber das hat so kurzfristig nichts gebracht. Ich bin dann irgendwann zu meinem Hausarzt
73 und hab gesagt irgendwie, der soll mir eine Vitamin B 12 Spritze geben, weil ich wirklich
74 denke, dass das das Problem ist, es war sogar so, dass ich einen Bluttest gemacht hab ja
75 richtig und da hat ich wirklich einen super tiefen Wert. Und mein Hausarzt meinte auch ja
76 das ist nicht schlimm gell, und ich hab gesagt doch das ist schlimm weil ich spür das seit
77 Wochen und nach dieser Injektion war alles wieder normal, ja, also das waren so meine 2
78 Hürden zum Weg also auf den Weg zum Veganismus und so ein Vitamin B 12 Mangel,
79 den züchtest du dir ja schon über wirklich lange Zeit an also es kann sein das ich schon 2
80 Jahre lang Probleme hatte. Das war nicht die Umstellung an sich, aber die hat das wahr-
81 scheinlich einfach beschleunigt. Oder mir den Rest gegeben quasi

82 **I: Ja, wahrscheinlich. Wahnsinn.**

83 A: Also aber es seitdem gibt es nichts mehr, was in irgendeiner Form belastend gewesen
84 wäre oder ich mit Veganismus verbinde, mach auch Sport also sind vielleicht eh Fragen,
85 die du mir stellen wolltest.

86 **I: Genau haha. Welche Bedeutung hat es prinzipiell für dich Vegan zu sein?**

87 A: Ich bin sehr pragmatisch. Für mich bedeutet das, dass ich nicht mehr darüber nachden-
88 ken muss, ob ich jetzt und ich mein, das kannst du ja eh nur so gut, für dich so gut wie
89 möglich machen und nie absolut richtig. Ich, ich muss mir nicht mehr so viel Gedanken
90 darüber machen, ob ich jetzt Tierleid verursache, also.

91 A: Ich bin jetzt nicht blauäugig, ich weiß auch, dass durch Ackerbau und andere Dinge
92 auch Lebewesen zu Schaden kommen, aber ich meine, irgendwie muss man ja existieren
93 und das gehört halt zum Leben dazu. Aber für mich ist es einfach so eine Sache, die mich
94 total beruhigt und ich hab irgendwo so ein bissal einen Frieden mit mir gefunden dadurch,
95 weil das war wirklich eine Sache, wo mir bewusst war ich tu da jemand anderen was an,
96 und das wollte ich nicht.

97 **I: Ja versteh ich.**

98 A: Also es war wirklich, seitdem ich versucht habe, vegetarische zu leben, eine Belastung
99 für mich, ich mein, es gibt auch noch andere Themen wie mit dem Plastik und, und sons-
100 tigen Dingen, wo wir verschwenderisch mit der Umwelt umgehen, dass sie auch Dinge,
101 die mich beschäftigen, aber das war mal so eine ganz große Sache, da will ich irgendwie
102 nicht mehr teilnehmen. Und das ist für mich echt. Der Weg ist noch nicht vorbei und man
103 kann jetzt noch über Aktivismus und so nachdenken, aber es ist zumindest mal für mich
104 so eine Grundzufriedenheit, die das bringt, ja.

105 **I: OK.**

106 A: Also es ist eine Gewissenssache für mich ganz, ganz simple.

107 **I: Okay, okay. Welchen Grundgedanken hast du eigentlich gegenüber Personen, die**
108 **Fleisch konsumieren?**

109 A: Mhm ja, ich gehört da glaube ich eher zu den Verständnissvolleren. Ich habe lange Zeit
110 selbst Fleisch gegessen, und ich glaube, dass jeder irgendwie auf einer einem Weg ist,
111 und jeder entwickelt sich halt in seinem eigenen Tempo. Ich, ich kann nur ich kann nur
112 davon erzählen, wie es mir geht und was meine Gedanken dazu sind und wenn, wenn
113 Leute Fleisch essen und zumindest irgendein Bewusstsein dafür haben, dass es eventuell
114 nicht ganz richtig ist, dann ist das für mich mal für den Moment ok, die Frage ist wie häufig
115 treffe ich diese Menschen ist? Wie sehr habe ich mit ihnen zu tun? Was, was ich gar nicht
116 leiden kann, und das ist mir in den letzten Tagen aufgefallen ist, wenn die Leute posten,
117 darüber, dass ja die Ressourcen für dieses Jahr schon aufgebraucht sind, in ihren Stories
118 und das nächste Bild ist von einem Fleisch, das sie essen, ja. Das sind so Dinge, die mich
119 wirklich richtig grantig machen und Leute die auch noch sag mal stolz drauf sind das sie
120 Fleisch essen denk ich mir, du hast irgendetwas verpasst. Ja, also, ich habe Verständnis
121 dafür, wenn jemand sagt, ok ich bin noch nicht bereit, irgendwie weil ich habe mich genug
122 damit beschäftigt, um zu wissen, dass das das eine soziale Geschichte ist du, du musst
123 halt auch damit leben, das kann ich gut, dass du einfach so ein bisschen aus dem Rahmen
124 fällst, ja, meine Freunde wollen mit dir Essen gehen, Familie lädt dich ein all das. Wenn
125 wir alle, wenn wir alle Fleisch essen, musst du erst einmal sagen ok, ich bin jetzt nicht
126 mehr Teil von dem ich glaube, dass das die größte Herausforderung ist für Menschen gar
127 nicht unbedingt so sehr jetzt auf irgendeinen Geschmack zu verzichten, das ist halt wie
128 ich das sehe.

129 **I: Mhm, sondern eher das gesellschaftliche ja.**

130 A: Das gesellschaftliche ja richtig genau, und ich mein meine Familie, die war immer offen
131 für das meine Schwester lebt jetzt auch schon längere Zeit vegan, hat auch ihren Sohn
132 vegan erzogen und er hat sich super entwickelt. Also von der Familie her ist es bei mir halt
133 auch wirklich gut.

134 **I: Okay. Ah ja. Jetzt hät ich noch eine andere Frage, und zwar wie würdest du Männ-**
135 **lichkeit definieren?**

136 A: Männlichkeit? Mhm ja das ist immer die Geschichte gell, ähm naja die Frage ist für
137 mich, ob ich Männlichkeit jetzt wirklich anders definiere als Weiblichkeit, ob ich da einen
138 Unterschied mache oder ob ich einfach sagen ok was macht den Menschen aus oder was
139 sind meine Ansprüche an einen Menschen überhaupt? Also ich bin nicht sicher, ob ich, ob
140 ich da etwas herausarbeiten kann, wo ich sage, ok, das ist irgendwie Männern vorbehalten.
141 Ich kann jetzt mich natürlich darauf beziehen, dass Männer vom Körperbau her stärker
142 sind und vielleicht irgendwie eine Rolle zukommt, wo sie vielleicht mehr so Beschützer
143 sind, ja. Ich bin mir nicht sicher, ob ich das für mich so gelten lassen möchte, aber wir
144 können uns darauf einigen, dass ich das ich Männlichkeit sehr als für andere dazu sein,
145 für Schwache da zu sein, aber ich wüsste nicht wieso das nicht für Frauen auch gilt, also
146 ist ein bisschen schwierig ja.

147 **I: Voll, das ist echt schwer zu definieren. Ich meine, ich geh jetzt auch eher von der**
148 **Stereotype Männlichkeit, eventuell was auch gesellschaftlich definiert wird oftmals**
149 **aus.**

150 A: Ja, für mich, für mich sind diese Unterschiede alle irgendwie Gewohnheiten ich seh
151 sehr viel im Leben als Gewohnheit ich, ich habe in verschiedenen Bereichen die Erfahrung
152 gemacht, wie das Halt ist, wenn man sich ändert, wenn man entscheidet, bestimmte Art
153 des Lebens funktioniert nicht mehr, also jetzt nicht nur das Essen, sondern auch Verhal-
154 tensweisen und wo man sich damit auseinandersetzen was bedeutet das für einen, wie
155 greift das in die eigene Identität ein? Kann ich nicht genauso gut anders sein und trotzdem
156 ich bleiben, ja? Und insofern ich tue mir da echt schwer. Ich bin nicht sicher, ich bin nicht
157 hundertprozentig sicher, ob es eine gute Idee ist, einen Unterschied zu machen, weil ich
158 bin halt auch gewisse Stereotype gewöhnt und wenn ich jetzt versuche irgendwie zu dif-
159 ferenzieren glaube ich, lande ich früher oder später in einem Stereotyp und dann glaube
160 ich eigentlich gar nicht also ich glaube das du als Mensch weil dir die Kapazität gegeben
161 ist halt irgendwie Urteile zu fällen weil du halt deine eine Moral hast, die Tiere nicht haben
162 oder auch andere Menschen der Gesellschaft vielleicht schwächere, das es deine Ver-
163 pflichtung ist irgendwie für die da zu sein. Ich glaube, dass das uns als Menschen

164 ausmacht. Aufeinander aufzupassen. Da fällt mir ein Sorry, das habe ich irgendwie auch
165 vor ein paar Monaten auf Facebook aufgeschnappt. Ich glaube die Margret Meat war ir-
166 gendwie fasziniert davon, dass man einen Oberschenkelknochen gefunden hat, der ir-
167 gendwie, Irgendwann gebrochen war und wieder geheilt ist und sie hat gesagt, das ist für
168 sie irgendwie so das erste Zeichen von Zivilisation weil es, weil niemand in der in der in
169 der freien Wildnis überlebt, wenn er sich was bricht, ja. Es sei denn jemand anderes ist
170 dort und pflegt diese Person ja also das hat mich das, das hat mich total fasziniert und ich
171 glaube, das ist irgendwie auch so ein bisschen wie ich denke, das macht uns aus und das
172 sollten wir als Männer und Frauen genauso gut funktionieren. Sorry lange Antwort.

173 **I: Nein, nein das ist super ist voll interessant. Also auch das mit Margret Meat und**
174 **so finde ich sehr nett die Anekdote. Okay. Findest du selber, dass Männer Fleisch**
175 **essen, sollten für eine gesunde Ernährung, oder?**

176 A: Ja das ist vollkommener Quatsch natürlich. Also ich bin natürlich kein Arzt, ich weiß
177 nicht, dass es vielleicht für wie sagt man Kondition, ähm für Beschwerden es geben könnte
178 ja, für Krankheiten was auch immer wo du vielleicht Unverträglichkeiten hast, was Obst
179 anbelangt und Gemüse und du vielleicht nicht zu deinen Nährstoffen kommst ich, ich kann
180 es natürlich nicht vollkommen ausschließen, dass das für jeden funktioniert, aber grund-
181 sätzlich denke ich, dass wir heute mit den ganzen Ersatzprodukten und Supplementen
182 und der Medizin gut in der Lage wären, ohne Fleisch auszukommen. Also mir fällt es leicht
183 nach den Anfangsschwierigkeiten und ich, ich erlebe das eigentlich nicht, dass das, dass
184 Leute wirklich damit kämpfen, ich erlebs eher, dass sie sich nicht genug damit auseinan-
185 dersetzen. Das kann halt passieren, wenn du nach 2 Wochen. Wenn es dir so geht wie
186 mir, dann sagst ich halte das seelisch nicht aus, wie ich mich fühle und dann aufgibst dann
187 ist nicht der Veganismus das Problem gewesen, sondern einfach die Idee, dass man halt
188 auch anders leben kann und dass das auch bedeutet, dass du dich veränderst, ja, dafür
189 muss man offen sein. Also das seh ich als größtes Hindernis die eigene Identität, nicht das
190 biologische.

191 **I: Ja. Es besteht ja prinzipiell dieses Meinungsbild, dass Männer Fleisch essen müs-**
192 **sen um Proteine, Eiweiß, Kraft, das ist ja doch sehr behaftet, hast du selber schon**
193 **mal Erfahrungen damit gemacht? Wurdest du schon mal darauf angesprochen?**
194 **Naja, du bist ein Mann, du musst Fleisch essen?**

195 A: Ach so na, interessanterweise war das bei mir nie geschlechtsspezifisch ja das, das
196 war einfach nur so die allgemeine Sorge, ob ich damit gesund leben kann.

197 **I: Also im Arbeitsumfeld ist da auch nicht irgendwie so irgendwas mal vorgefallen,**
198 **dass du da irgendwie komisch angesprochen wurdest auf deinen veganen Lebens-**
199 **stil?**

200 A: Interessanterweise gehöre ich glaub ich zu den Glückseligen die das irgendwie so
201 gut wie gar nicht erlebt haben es gibt immer wieder, es gibt immer wieder Menschen, die
202 den ich davon erzähle. Ich glaube, das waren interessanterweise hauptsächlich Männer
203 oder ausschließlich Männer, die dann gerne davon berichten, wie gern sie Fleisch essen,
204 wonach ich eigentlich nie frage ja, also ist nicht so, dass ich kritisiert werde, sondern dass
205 ich dann eher verwendet werde, um das schlechte Gewissen zu erleichtern ja. Das sind
206 Dinge, wo ich mich ein bisschen belästigt fühle, aber damit kann ich umgehen. Also ich
207 hab zum Glück wirklich diese Auseinandersetzungen nicht gehabt. Und ich lebe auch so,
208 dass ich über Veganismus sehr wenig nachdenke, weil das ist für mich eine Sache, die ist
209 jetzt mal abgehakt und ich hab viele andere Dinge im Kopf und ich will mich auch gar nicht
210 damit großartig beschäftigen.

211 **I: Mhm. Kennst du selber das Klischee also das Männer halt Fleisch essen sollten**
212 **und um Kraft zu gewinnen?**

213 A: Jaja absolut ja, klar, wenn du, na, wenn du, wenn du in etlichen Foren unterwegs bist,
214 gibt es immer jemanden der der sowas schreibt. Also ich, ich weiß, dass das in den Köpfen
215 drinnen ist und es gibt immer jemanden in den sozialen Medien, der, der genau das an-
216 spricht, also das ist mir bewusst, das ist präsent, aber es ist nicht so, dass mir das irgend-
217 wie dann persönlich passiert. Ja, ich sehe es einfach nur.

218 **I: Ja. Warum glaubst du, dass es dieses Klischee gibt?**

219 A: Na ja. Wenn du, wenn du Männer Bild hast Wo, wo, wo, wo akzeptiert ist, dass
220 Männer gewalttätig sind, dann passt das ja ganz gut ins Konzept rein, na? Das du das du
221 das Tier vielleicht nicht tötest, ja, aber dass du dir das einverleibst, ja, dieses tote schwa-
222 che Ding ja. Also passt für mich gut in furchtbares Bild ja, wir erleben das jetzt auch schon
223 seit Monaten, leider mit diesen ganzen Morden und dahinter steckt irgendwie ein systemi-
224 sches Problem, ja, das auch immer verharmlost wird. Ja, wenn Männer laut und gewalttä-
225 tig sind und drohen, das Akzeptiert man so als Gehabe und ist dann schockiert, wenn das
226 ganz böse endet. Ich weiß nicht, ob das jetzt eine gute Antwort ist für dich aber.

227 **I: Alles ist gut, es gibt keine schlechten Antworten. Ist alles interessant.**

228 A: Ich versucht die Brücke einfach nochmal ein bisschen zu differenzieren, aber es ist so
229 ich will jetzt nicht behaupten, dass alle, die Fleisch essen gewalttätig sind, im

230 Umkehrschluck, das ist ja gar nicht der Punkt, weil wir haben ja diese Gewohnheit und wir
231 haben auch überlebt dadurch ja. Wir haben auch überlebt, dadurch, dass wir gewalttätig
232 waren, das ist in uns drinnen, und das ist auch gar nicht das Problem, sondern das Prob-
233 lem ist, dass wir als Menschen halt auch anders können ja, und wenn wir uns nicht die
234 Mühe machen, uns anzupassen, an das, was möglich ist, was wir sehen, dann finde ich
235 das einfach ein bisschen billig. Also ich glaube, dass jeder die Verantwortung hat, das
236 Beste aus sich zu machen für die Gesellschaft. Das ist ein sehr hoher Anspruch haha.

237 **I: Stimmt ja.**

238 A: Aber ja, zu deiner Frage was kann ich da noch genau sagen? Ich, ich glaube, ich glaube
239 auf jeden Fall, dass Fleisch essen sowas rohes hat und irgendwie glaube ich bei vielen
240 auch irgendwie das Gefühl auslöst da ist jemand der einfach seinen Impulsen folgt und
241 ähm und irgendwie stark ist was irgendwie total absurd ist ja. Stark sollte bedeuten, dass
242 du dich sorgst, ja, dass du für andere da bist. Dass du auch dich selber in Frage stellst,
243 das ist, das ist in meinen Augen eigentlich Stärke und nicht einfach draufhauen, laut sein
244 und Tiere verspeisen. Okay ja das ist.

245 **I: Okay, betreibst du selber Sport.**

246 A: Ja, ich mach Calisthenics also. Eigentlich schon lange, aber immer wieder mit Pausen.
247 So nach den Winter Monaten gibt es immer wieder kleine Lücken, aber das funktioniert
248 prinzipiell ganz gut also das bedeutet, dass du mit dem eigenen Körpergewicht arbeitest,
249 wenn du das nicht kennst.

250 **I: Ah okay, ja kenn ich ok.**

251 A: Ja, das ist auch wieder so die Seite von mir, ich bin so praktisch veranlagt, ich habe
252 keine Lust, ins Fitness Center zu fahren. Das ist, da geht mir jedes Mal ne Stunde verloren
253 die ich anders nutzen kann und deswegen entscheide ich trainiere jetzt mach das zu
254 Hause mit dem was wir halt irgendwie zur Verfügung steht und ich fühl mich gut also ja
255 das ist mein Sport im Sommer schwimm ich ein bissl weiß nicht, ob das schon als Sport
256 zählt

257 **I: Schon ein bisschen haha.**

258 A: Hm ja, das hatte ich mal.

259 **I: Hast du jemals einen Unterschied bemerkt, also du wirst ja auch schätze ich mal,
260 bevor du vegan warst Sport gemacht haben?**

261 A: Interessanterweise habe ich, davor ja, ich hab davor angefangen, ja. Aber das, das ist
262 zu knapp, also ich habe sehr lange wirklich nichts gemacht. Ich bin ich bin nicht so aufge-
263 wachsen mit Sport war irgendwie war eher so der Kreative, der gezeichnet hat und auch
264 so bissl für sich alleine gelebt hat und ich hab angefangen mit Krafttraining noch davor
265 aber weißt du, wenn ich das jetzt irgendwie ein bisschen professioneller gemacht hätte,
266 könnte ich vielleicht beurteilen, ob, ob das einen Unterschied gemacht hat, aber das kann
267 ich nicht. Fairerweise muss ich sagen. Ich, ich weiß es nicht, aber ich fühle mich jetzt gut.
268 Und das ist für mich das einzige Wichtige. Ich weiß nicht, wieviel um wieviel besser ich
269 mich fühlen könnte, wenn ich jetzt Fleisch essen würde, weil das für mich ja auch eine
270 Philosophie ist und wenn es mir seelisch gut geht, dann kann ich auch körperlich mehr
271 leisten.

272 **I: Okay, trainierst du prinzipiell alleine oder in einer Gruppe.**

273 A: Ich trainiere alleine ja genau immer alleine

274 **I: Okay. Okay, aber du wirst prinzipiell noch nie irgendwo drauf angesprochen, ob**
275 **du trainierst oder deine Ernährung oder Proteine.**

276 A: Hm naja ich arbeite ja mit Kindern und da ist es eigentlich fast täglich irgendwie eine
277 Auseinandersetzung. Wenn also ich mein erster Akt in der Arbeit ist mit den Kindern essen
278 zu gehen. Also ich, ich arbeite in einer Schule, und wenn die aushaben, gehen wir ge-
279 meinsam in die in den Speisesaal auch in der Schule und da kriege ich dann halt immer
280 die Beilagen oder es gibt auch immer wieder was veganes und dann fragen sie immer ja,
281 wieso isst du das nicht und dass und das warum hast du dir keine Nachspeise genommen?
282 Und selbst wenn ich es ihnen schon oft erklärt habe, brauchen sie noch kurz die meisten
283 sagen dann aja, du hast es mir eh erklärt und aja da ist ja das drinnen also. Es ist eine
284 Konstante, und das find ich auch irgendwie gut, ja und das ist das ist irgendwie der häu-
285 figste Moment, wo, wo ich hier drauf angesprochen wäre? Ansonsten ist es, wenn man
286 halt mal auch in einer Gruppe mit Leuten unterwegs ist, dass die einen halt noch nicht
287 kennen. Dann und ja ich erzähle nicht von alleine davon, es ist halt immer im Zusammen-
288 hang mit man ist gemeinsam irgendwo dann ist halt so gut wie immer die Frage Ah okay,
289 du lebst halt so und aber es ist nie es ist nie, nie irgendwie ähm böseartig, ja

290 **I: Ok also nicht so negativ, eher konfrontiert.**

291 A: Ja, ich mein ähm und wenn wir schon über Männlichkeit gesprochen haben, ich weiß
292 nicht ob du es gesehen hast ich habe einen Bart ja und Ich bin vielleicht auch durch meine

293 Arbeit mit den Kindern will jetzt nicht sagen autoritäre ich mag das Wort nicht, aber ich
294 glaub, ich glaub ich strahl das schon aus, dass ich irgendwie dann äh wie soll ich sagen.

295 **I: Dominanter eventuell**

296 A: Ja Dominanz ist auch ein blödes Wort ja. Ich, ich glaube also, ich versuche das jetzt
297 irgendwie positiv zu formulieren ich glaube ich strahlt so viel Selbstsicherheit auch aus
298 nennen wir es mal so, dass ich vielleicht auch deswegen weniger angegriffen werde, also
299 meine Überlegung ist halt wenn ich vielleicht irgendwie anders aussehen würde, ein biss-
300 chen dürrer wäre oder auch als Frau könnte ich mir vorstellen, dass du da leicht angegrif-
301 fen wirst. Das ist jetzt eine Mutmaßung von mir aber ich versuch's mir halt auch ein biss-
302 chen zu erklären, weil ich weiß, dass viele Leute irgendwie da immer wieder in Streitereien
303 geraten aber auf der anderen Seite ich forder das auch nicht heraus, ich habe kein Be-
304 dürfnis zu diskutieren, ja also ich sag dann den Leuten oft auch ja, okay ist gut, ja passt ja
305 okay ich gehe Leuten gerne aus dem Weg ja, das ist irgendwie schon sehr viel Nerven.
306 Vor allem halt wenn's um Veganismus geht schätz ich das man da dann irgendwann. Da
307 speziell aber auf vielen Ebenen auch. ich nehme gerne Zeit zum Diskutieren mit den Men-
308 schen die ich gern hab und wenn ich jemanden nicht kennen, dann lasse ich mich sehr
309 selten auf irgendeine Diskussionen ein, weil ich aus Erfahrung weiß, dass es nicht viel
310 bringt, ja, also ich bin nicht so der Missionierer-Typ, ja.

311 **I: Okay okay ja na das versteh ich. Ja, jetzt nähern wir uns eh schon langsam dem**
312 **Ende, möchtest du noch irgendwas zu dem Thema sagen Veganismus Männlichkeit**
313 **fällt dir noch was ein?**

314 A: Naja, das hab ich eigentlich im Prinzip eh schon gesagt, aber ich sage es noch mal
315 vielleicht ein bisschen deutlicher ich glaube dass das es ein neues Männerbild braucht,
316 wie wir dort hinkommen, weiß ich nicht genau. Aber ich meine auch als Künstler denke ich
317 ja, ich weiß eigentlich schon als Künstler habe ich mir zumindest vorgenommen, auch
318 aufzuzeigen, dass es sehr wichtig ist für Männer, zu ihren Gefühlen zu stehen und sie
319 auch auszudrücken. Dass es in Ordnung ist Schwäche zu kommunizieren, also das, was
320 wir halt gelernt haben, was Schwäche ist. Ja, ich glaube, ich glaube, dass das ich sage
321 jetzt mal wir als Männer entweder ein bissal Nachholbedarf haben, eben was dieses ver-
322 äußern von Gefühlen anbelangt und meine Hoffnung ist, dass ich vielleicht als Künstler
323 auch mit den Texten, die ich habe mit meiner Performance und all dem vielleicht da auch
324 ein bisschen Vorbild sein kann ja, ich denke ich denke, wenn man sich, wenn man sich
325 mehr akzeptiert und wenn man mehr auch zulässt, dass man nicht immer weiß, wo es
326 langgeht, dann nicht immer. Das Bedürfnis hat irgendjemand was zu erklären und

327 gescheitert zu sein und der ganze Mist ja, dass man dann vielleicht auch eher einen Weg
328 einschlagen kann, wo man sagt okay, es ist für mich in Ordnung, wenn ich, wenn ich auf
329 jeden Form von Gewalt Verzicht auch dort, wo ich es vielleicht nicht so bewusst wahrge-
330 nommen haben, nämlich wenn es darum geht, ob ich jetzt den Konsum von Tieren unter-
331 stütze ja also ich denke das ist das ja ich wurde so noch nie gefragt aber ich glaube, das
332 ist so ich will nicht sagen versteckt ein Weg die Leute zum Veganismus zu bringen, aber
333 es ist für mich Teil eines besseren Weltbildes ja. Ich denke, ich will jetzt nicht sagen, dass
334 wir uns alle lieben. Ja, es gibt genau genug Leute, die ich nicht leiden kann und die meide
335 ich wie die Pest, ja, ich bin jetzt nicht auf totalen Frieden aus, aber ich glaube, dass wir
336 viele, viele Konflikte einfach punktuell minimieren können, wenn wir zu uns selbst eine
337 bessere Beziehung haben, und ich kann jetzt nur halt für die Männer sprechen und ich
338 denke, das sind so die, die die Hauptprobleme ja zu sich zu stehen zu fühlen verstehen
339 und das zu kommunizieren und das ist was ich mir für die Zukunft wünsche.

340 **I: Okay, ja, das war echt spannend, muss ich sagen also danke für das tolle Inter-**
341 **view.**

342 A: Ja freut mich, dass du Interesse hast.

343 **I: Haha ja es ist immer schwer so männliche Teilnehmer zu finden die da, deshalb**
344 **bin ich echt froh. Ja, dann sag ich danke schön.**

1 **David H.**

2

3 [unwichtige Aufnahme 5 Sekunden]

4 **I: Ja beginnen wir gleich mal. Könntest du dich zuerst ein bisschen vorstellen was**
5 **du so machst beruflich?**

6 A: Also ich bin der David H. Darf ich meinen Namen eh sagen? [Ja,ja] Ich bin Koch von
7 Beruf. Meine Hobbies sind, kommen jetzt wahrscheinlich eh nicht zum Thema, aber ich
8 esse auch gerne, ja.

9 **I: Okay, okay wo arbeitest du als Koch?**

10 A: Ich bin in Erdberg bei den Wiener Linien in der Kantine.

11 **I: Ah okay, okay, okay. Wie würdest du denn deine Ernährungsform benennen? Bist**
12 **du Vegetarier oder isst du Fleisch?**

13 A: Ich esse Fleisch, aber ich schaue, dass ich nicht also das ich nicht nur Fleisch esse,
14 sondern auch hin und wieder mal vegetarisch ernähre und das es ein bisschen abwechs-
15 lungreich ist auf jeden Fall.

16 **I: Okay, okay. Wie oft würdest du sagen, dass du in der Woche Fleisch isst, zirka?**

17 A: 2-3-mal ungefähr.

18 **I: Könntest du dir jemals vorstellen auf Fleisch zu verzichten?**

19 A: Eher weniger, ganz ohne Fleisch eher weniger.

20 **I: Okay, hast du schon mal probiert ohne Fleisch zu leben?**

21 A: Nein gar nicht ehrlich gesagt. Nein.

22 **I: Was hältst du von Personen, die Veganer oder Vegetarisch sind?**

23 A: Ähm ich glaube jeder sollt selber entscheiden was er für einen Lebensstil einschlagt
24 und was also von was er sich ernähren soll. Also ja, das sag ich dazu einfach, keine Ah-
25 nung.

26 **I: Ok. Betreibst du selber Sport?**

27 A: Ich tu Skateboard fahren und Snowboarden und arbeiten. Da laufe ich auch genug
28 Kilometer glaub ich [haha].

29 **I: Ok. Betreibst du irgendeinen Kraftsport?**

30 A: Ähm, mit den Hanteln hin und wieder bissi also zweimal in der Woche ungefähr, aber
31 sonst eigentlich nicht so direkt Kraftsport kann man eh ned sagen.

32 **I: Also wie oft trainierst du in der Woche jetzt schon?**

33 A: 2, 2-mal ungefähr für eine halbe Stunde.

34 **I: Und schaust du da gezielten auf Muskelaufbau, oder?**

35 A: Eigentlich ned so wirklich. Also einfach das, einfach das mir besser geht und keine
36 Ahnung. Dass ich ein bisschen fitter bleib.

37 **I: Ok. Schaust du da auch speziell bei deiner Ernährung darauf, dass du Proteine zu
38 dir nimmst oder Eiweißreich isst?**

39 A: Nicht wirklich, na gar ned. [haha]

40 **I: Gar nichts?**

41 A: Gar ned nein.

42 **I: Ich schreibe ja prinzipiell meine Masterarbeit über Ernährung und aber auch über
43 Männlichkeit, deshalb [Ich hab Bart haha] würde ich gerne von dir wissen wie du
44 Männlichkeit definieren würdest?**

45 A: Puh. Bart [haha] Wie definiere ich Männlichkeit. Gute Frage. Ja stärke auf jeden Fall
46 vielleicht und keine Ahnung. Hm.

47 **I: Meinst du da körperliche Stärke, oder?**

48 A: Ja körperlich und psychische Stärke eventuell, dass man also das man bissi weiß ich
49 nicht, nicht so "viele Gefühle zeigt". Na, das is a blöd [1s. Unv.] Ja ungefähr so keine
50 Ahnung. So bissi abgehärtete Stärke. Keine Ahnung. Ja.

51 **I: Sonst noch irgendwelche Stichwörter?**

52 A: Männlichkeit? [5s. Pause] Wenig.

53 **I: Okay, was wären so persönliche Eigenschaften, die dir einfallen würd zu Männ-**
54 **lichkeit?**

55 A: Groß, stark. [haha]

56 **I: Okay, der Bart.**

57 A: Der Bart, genau. Autos, Fußball, Bier.

58 **I: Würdest du auch sagen, dass das so von der Gesellschaft gesehene Merkmale**
59 **sind, die du da jetzt aufgezählt hast, was jetzt so die, von der Mehrheit?**

60 A: Wahrscheinlich schon ja eher. Furzen in der Öffentlichkeit.

61 **I: OK. Würdest du schon mal wegen deiner eigenen Männlichkeit irgendwie konfron-**
62 **tiert?**

63 A: Ähm. Nein, nicht wirklich, naja oja ich hab früher meine Haare geglättet und deswegen
64 bin ich schon mal konfrontiert worden warum ich das mach und so ja.

65 **I: Okay, wann war das, oder?**

66 A: Das war keine Ahnung vor 10 Jahr, 15 Jahr, so irgendwie ja. Also das, das am ehesten
67 ja.

68 **I: Also war das noch in der Schulzeit, oder?**

69 A: Schulzeit ja. Aber umso älter das man wird umso weniger ist es dann eigentlich worden.

70 **I: Ja, und was haben die da gesagt wegen den Haaren?**

71 A: Naja bist ja kein Mädchen warum glättetest deine Haare und ja.

72 **I: Kennst du dieses Meinungsbild, dass Männer Fleisch essen sollen, halt wegen**
73 **Stärke, oder?**

74 A: Ja, schon ja kenne ich.

75 **I: Wie ist deine Meinung zu diesem Klischee?**

76 A: Es ist ein Blödsinn, irgendwie. Ich glaube, jeder ist für sich selbst verantwortlich und ja
77 also jeder soll machen und esse, was er glaubt und so und ja, das ist meine Meinung dazu,
78 solange er mir ned irgendwie, irgendwie irgendjemand anderen die Meinung aufzwingt,
79 wie er sich zu ernähren hat und ja. Ich glaub auf das muss jeder selber achten.

80 **I: Okay, hättest du eine Idee wie man dieses Meinungsbild in der Gesellschaft ir-**
81 **gendwie verändern könnte?**

82 A: Eine Idee. Die ist sehr schwierig, glaube ich. Na, für das hab ich echt keine Idee, wie
83 gesagt nein, weil es gibt immer Menschen die haben ihre Meinungen und so und sind auf
84 das festgefahren und die magst auch nicht überzeugen davon, dass sie irgendwie jetzt
85 eine andere Meinung davon kriegen oder so, glaub ich, keine Ahnung. [ok]. Ich glaub das
86 kann man nicht ändern.

87 **I: Ok. Oder ist dir schon mal zufällig irgendwie so in Medien oder so dieses Klischee**
88 **aufgefallen oder noch nie?**

89 A: Medien?

90 **I: Ja, Medien, Werbung. Wo ist dir dieses Klischee schon Mal aufgefallen? Weil ken-**
91 **nen tust du es ja aber jetzt eher so im Familienkreis?**

92 A: Ja, also Social Networks halt mehr irgendwie uns so halt auch von Leuten auf der
93 Straße die was halt sagen irgendwie ja und der ist ja vegan oder so oder keine Ahnung
94 und der ist des weiß ich nicht so auf die Art also eher natürlich Social Medias würde ich
95 sagen und Medien halt auch aber auch auf der Straße. Ja.

96 **I: Findest du selber glaubst du prinzipiell, dass Frauen leichter akzeptiert werden in**
97 **der Gesellschaft, wenn sie vegan sind als Männer?**

98 A: Dass Frauen leichter akzeptiert werden, weil sie vegan sind?

99 **I: Ja, Mhm.**

100 A: Würden ich nicht unbedingt sagen ehrlich gesagt, naja vielleicht oja, oja doch schon,
101 von den Männern gegenüber. Wenn Männer vegan sind oder so dass sie von manchen

102 Männern nicht so akzeptiert werden, wie wenn sie jetzt Frauen wären, würd ich sagen. Oja
103 glaub ich schon, ja.

104 **I: Und warum glaubst du ist das so?**

105 A: Weil eher als Mann zum Beispiel Fleisch essen muss quasi oder so unter Anführungs-
106 zeichen würd ich jetzt einmal sagen. Keine Ahnung, weil das so von der Männlichkeit ir-
107 gendwie gesehen, sein sollte oder so. Ja.

108 **I: Warum glaubst du, dass Männlichkeit mit Fleisch zusammenhängt, also woher
109 dieses Klischee kommt?**

110 A: Keine Ahnung vielleicht vom Jagen damals oder so irgendwie Männer gehen auf die
111 Jagd und brauchen Fleisch und bringen Fleisch heim. Ich weiß es nicht, keine Ahnung,
112 weil das halt so typisch Klischee-Männlich ist, halt, wahrscheinlich deswegen.

113 **I: Ok. findest du es selbst auch männlicher, wenn Männer Fleisch konsumieren?**

114 A: Na absolut nicht, gar nicht.

115 **I: Warum nicht?**

116 A: Weil keine Ahnung. Ich glaub kaum das Ernährung irgendwie mit also wie man sich
117 ernährt irgendwie bedeutet das man da männlicher wird oder so also ich find das irgendwie
118 Blödsinn, keine Ahnung.

119 **I: Ok, kennst du persönlich Männer, die Veganer oder Vegetarier sind [kenn ich ja]
120 Ja? In deinem Freundeskreis oder Familienkreis? [Im Freundeskreis ja] Und wie
121 sind die so akzeptiert in der Gruppe?**

122 A: Ganz normal, also keine Ahnung. Jeder soll essen was er will, wie gesagt, und so und
123 die werden ganz normal von mir auch behandelt und so, also ich halt auch wie ich meinen
124 Lebensstil führ und das kommt da nie zum Thema eigentlich bei uns. Keine Ahnung, das
125 wird einfach akzeptiert und da gibt's keine blöde Nachrede oder ja.

126 **I: Ok und wie war das damals wie der sich so "geoutet" hat, dass er jetzt vegetarisch
127 ist, oder war das da nicht der Fall?**

128 A: Ah es war nicht wirklich der Fall, also ein Freund von mir hat einfach von einen Tag
129 zum anderen gesagt er ist jetzt Veganer und so und ja und das wars, damit war das Thema
130 schon gegessen [haha].

131 **I: Also waren da keine typischen Sprüche so naja.**

132 A: Na überhaupt ned also bei unserem Freundeskreis nicht. Natürlich gibt es das aber bei
133 unserem wahrscheinlich ned.

134 **I: Was denkst du, was für also Veganismus oder Vegetarismus für einen Stellenwert
135 in der Gesellschaft haben?**

136 A: Immer mehr, also man merkt schon in letzter Zeit das die Leute immer mehr schauen,
137 was jetzt essen, ob sie jetzt eh regionale Produkte sind oder, keine Ahnung, es die Leute
138 schauen einfach viel mehr was also was für Produkte sie zu sich nehmen halt und es ja
139 also im Gegensatz zu den letzten 20 Jahre ungefähr. 10 bis 20 Jahre. Da war das früher
140 was einfach nicht so, dass sie so bewusst ernährt, wird irgendwie und sich sorgen macht
141 wurde wo die Produkte halt herkommen und so.

142 **I: Hast du eine Idee, warum das früher vielleicht nicht so war oder warum das jetzt
143 dieser Wandel kommt?**

144 A: Keine Ahnung, vielleicht ist es einfach mehr oder weniger durch die Social Networks
145 halt auch irgendwie das es mehr Aufklärung auch ist und so und generell Medien halt
146 auch, dass da irgendwie eine Trendwende gekommen ist, würd ich sagen, keine Ahnung.

147 **I: Ja, jetzt nähern wir uns eh schon langsam dem Ende, fällt dir noch etwas ein zu
148 dem Thema Vegetarismus oder Männlichkeit, Fleischkonsum?**

149 A: Fällt mir noch was ein.

150 **I: Oder möchtest du noch irgendwas dazu sagen.**

151 A: [haha] lass mich nachdenken, ja jeder sollt wissen auf jeden Fall wie er sich ernährt und
152 so und was für einen also mit was für einen Ernährungsstil er glücklich wird und halt ja,
153 keine Ahnung.

154 **I: Hast du dich schon prinzipiell oft mit deiner Männlichkeit auseinandergesetzt, o-
155 der?**

156 A: Eigentlich ned so wirklich nein.

157 **I: Okay, vielleicht eher wahrscheinlich in der Pubertät oder war das da mehr ein**
158 **Thema, oder in der Schulzeit?**

159 A: Nein. Nie irgendwie zum Thema gekommen, nein. Ich hab's akzeptiert, dass ich ein
160 Mann bin und ja [haha] Aber auch nie darüber einen Kopf gemacht warum, weshalb oder
161 ja.

162 **I: Okay. Gut danke dann sag ich danke für das Interview.**

1 **Ludwig K.**

2

3 **I: Okay, ja, dann beginnen wir gleich [Ja, gern]. Könntest du dich zuerst mal kurz**
4 **vorstellen was du so beruflich machst, wer du so bist?**

5 A: Ah, ja klar also. Name ist Ludwig Karl, Ludwig ist der Vorname und derzeit bin SEO
6 Consultant bei der Firma Otago, also es ist ja Search-Engine-Optimization, also so Google
7 Optimierungszeug und studiert hab ich molekularer Biotechnologie, also was völlig ande-
8 res und Master hab ich ja auch in "Teach Engineering und virtual Medicine" gemacht und
9 ja.

10 **I: Okay, witzig wie kommst du da zu dem Job?**

11 A: Ja, eigentlich durch Corona aber also angefangen na eigentlich angefangen hats mit
12 meinem Master, weil ich da in Amerika war, Boston ähm Labor beim [1 Wort unv.] Institut
13 im MRT, kurz Praktikum, also nicht Praktikum machen sondern eigentlich gearbeitet also
14 so wie bei der Masterarbeit Auslandssemester und da hab ich eigentlich gesehen, dass
15 die Wissenschaft dann im Endeffekt doch nicht so meins ist [ok] besonders wenn man halt
16 was reißen will. Das is dann es is halt 82 Stunden Job eigentlich also pro Woche, was du
17 halt leisten musst und so sehr hab ich jetzt nicht für das gelebt und dann kam eh Corona,
18 wollte eigentlich in die Pharmazie gehen, so Qualitätsmanagement machen, aber da hab
19 ich dann nichts gefunden, weil grad weil Lockdown war und irgendiwe hab ich Nebenbei
20 immer schon so online Marketingzeugs gemacht äh just for fun, da hab ich Werbung ein-
21 fach gesehen von der Firma wo ich jetzt bin, hab mich beworben und die haben mich
22 genommen

23 **I: Spannend also, sehr interessant. Ja, ähm ich schreibe meine Masterarbeit über**
24 **Ernährung und würde gerne von dir wissen, wie du deine Ernährungsform beschrei-**
25 **ben würdest.**

26 A: Mhm jetzt grad, schwer, eher undefiniert.

27 **I: Aber würdest du schon sagen, dass du Mischköstler bist oder eher Vegetarier**
28 **oder Veganer?**

29 A: Ja, Mischkost auf jeden Fall.

30 **I: Ok, ok. Wie oft konsumierst du zirka Fleisch in der Woche?**

31 A: Ähm, puh. Zirka 3, 4 mal.

32 **I: Hattest du jemals vor oder planst du in Zukunft vegetarisch oder vegan zu leben?**

33 A: Nein, aber ich hab schon mal ausprobiert.

34 **I: Ah. Wie lange warst du da? Vegetarisch oder vegan.**

35 A: Mhm also vegan hab ich gemacht einen Monat, aber das war für mich so wollte das
36 einmal testen, also ich wusste das das, äh eigentlich nicht wirklich optimal ist aber habs
37 einfach mal getestet. Vegetarisch auch mal so für 2 Monate eigentlich.

38 **I: Mhm und hast du da irgendeinen Unterschied gemerkt oder warum hast du dich
39 dann wieder umentschieden?**

40 A: Uhm. Nein gar nichts, ähm weil einfach, wie soll ich sagen, Leistungstechnisch und vom
41 Körpergefühl her und Wohlbefinden eigentlich ketogen mir mehr liegt. Das hab ich auch
42 durch das herum probieren für mich auch so rausgefunden, weil ich selber zirka 6 Monate
43 ketogen gemacht hab und dann so on and off. Jetzt grad durch Corona ist es eigentlich
44 extrem schwer, mach ich das überhaupt nicht, aber ja Carnivore hab ich auch schon mal
45 gemacht für einen Monat und das war ziemlich heftig also nur Fleisch essen, nur Steak
46 jeden Tag [haha]

47 **I: Jeden Tag Steak isst man da, ok.**

48 A: Ja also oder Fisch. Mhm also nur Fleisch im Prinzip, kein Reis, kein Gemüse.

49 **I: Wow, spannend.**

50 A: Einfach zum Ausprobieren, weil mich das generell so durch mein Studium auch so Fas-
51 ten usw. hab ich auch schon alles ausprobiert, 5 Tage nur Wasser usw. Weil mich das
52 generell interessiert, weil ja viel dahinter ist. Äh von der Ernährungsform, wie man das
53 macht was die mentale Konstitution betrifft und generell Immunsystemgeschichten usw.
54 das hat mich immer sehr interessiert und dann halt selbst ausgetestet.

55 **I: Wie ist es dir dabei ergangen, also du nur Fleisch gegessen hast, hast du da einen
56 Unterschied bemerkt?**

57 A: Hm, ja Verdauungstechnisch die ersten 3 Tage richtig schlimm, äh also es war eigent-
58 lich nur, ja, mir wie soll ich sagen, wie war das, also körperlich per se hat sich nicht viel
59 verändert nur Durchfall halt 3 Tage durchgehend [haha] das war echt interessant, aber
60 dann hat sich das normalisiert und hab mich eigentlich extrem klar gefühlt und eh wie
61 Fastenzustand, weil man mit, es ist ja so Art Mimik, weil man ja doch auch ketogen wird,
62 Fettstoffwechsel, umschaltet auf, da fühlt man sich einfach klarer im Kopf und das kogni-
63 tive Zentrum.

64 **I: Okay. Betreibst du selber einen Sport?**

65 A: Ja, also generell ja normal chillen Gewichtheben, früher bisschen Power Lifting in die
66 Richtung aber jetzt so 0815 Krafttraining.

67 **I: Achtest du da auch prinzipiell auf deine Ernährung, dass du genug Proteine oder**
68 **Eiweiß zu dir nimmst? Muskelaufbau?**

69 A: Früher schon aber je tiefer ich in die Materie gegangen bin hab ich gesehen das das
70 eigentlich Bullshit ist für den Ottonormalverbraucher, wenn man jetzt Leistungssportler ist,
71 dann kann man sich mit effizienten Ernährungsplan wahrscheinlich noch plus 5% mehr
72 Leistung rausholen aber fürn Ottonormalverbraucher ist das ja relativ Wurst, Hauptsache
73 man hat die Kalorien und isst halbwegs ausgewogen Protein, Fett, je nachdem ob man
74 Keto isst oder nicht Kohlehydrate.

75 **I: Okay, ich schreibe meine Masterarbeit nicht nur über Ernährung, sondern auch**
76 **Männlichkeit und deshalb würde ich gerne von dir wissen, wie du Männlichkeit de-**
77 **finierst.**

78 A: Boah, darüber hab ich mir noch nie Gedanken gemacht ehrlich gesagt.

79 **I: Gibt's irgendwelche Stichwörter, die da als erstes so in den Kopf kommen?**

80 A: Keine Ahnung. [1 Wort unv.] für mich für Männlichkeit. Ich finde das ist so Klischeefrage
81 irgendwie. Ist echt schwer zu beantworten [haha]

82 **I: Stimmt ja, ich mein du könntest auch eventuell, wie die Gesellschaft Männlichkeit**
83 **definiert.**

84 A: Ja ja, von der von der Gesellschaft aus find ich's so das neutral, objektiv betrachtet
85 natürlich eher so Dominanz, äh was fällt mir da noch ein. Hierarchie, solche Sachen,
86 kommt mir da in den Sinn.

87 **I: Gibt es auch irgendwelche körperlichen Aspekte, die dir bei Männlichkeit einfal-**
88 **len?**

89 A: Ähm, [7s Pause] körperlichen Aspekte, jetzt nichts Spezifisches.

90 **I: Mhm. [4s Pause] wurdest du früher oft wegen deiner Männlichkeit konfrontiert?**
91 **Zum Beispiel in deiner Jugendzeit?**

92 A: Nein, nicht wirklich. Das Problem war in die Richtung, weil ich schon immer für mein
93 Alter extrem groß war, also ich hab mit 14 so im Kopf hab, haben Leute oft dacht das ich
94 schon 18 bin. Äh vielleicht spielt das da auch eine Rolle, dass ich dazu einen anderen
95 Zugang eventuell hab. Ja.

96 **I: Ok. Du hast ja gesagt, dass du einen Monat vegan warst, wurdest du da irgendwie**
97 **konfrontiert mit dem typischen Klischee naja, du bist ein Mann du musst Fleisch**
98 **essen.**

99 A: Ach so na nie.

100 **I: Hast du in deinem Freundeskreis eventuell Männer, die Veganer sind oder Vege-**
101 **tarier?**

102 A: Wüsst ich jetzt niemanden. Nein

103 **I: Ok, welche Rolle spielt eigentlich Männlichkeit bei deiner Identität?**

104 A: Das ist auch wieder sowas, eigentlich gar nichts. Ich bin wie ich bin und ich hab da noch
105 nie in meinem Leben ehrlich gesagt drüber nachgedacht über sowas. Eventuell in der Pu-
106 bertät vielleicht, aber sonst, nein.

107 **I: Kennst du dieses Klischee prinzipiell, dass Männer Fleisch konsumieren müssen,**
108 **um stark zu sein oder dieses Klischee einfach abzudecken?**

109 A: Mhm also das Klischee nicht ehrlich gesagt.

110 **I: Mhm, oder eventuell schon in der Werbung gesehen, das vielleicht Mann mit**
111 **Fleisch abgebildet wird. Oder ist dir das noch nie so aufgefallen?**

112 A: Mhm, Oh aktiv nicht ist es so, ist es so, dass vermehrt Männer mit Fleischkonsum as-
113 soziiert werden in der Werbung.

114 **I: Ja an sich schon. Das sie**

115 A: Ah Okay jetzt, wenn wir jetzt, wär mir jetzt noch nie so aktiv aufgefallen ehrlich gesagt.

116 **I: Ok, ok. Könntest du dir vorstellen, irgendwann mal vegetarisch oder vegan zu**
117 **leben?**

118 A: So vollständig ähm nicht, aber wenn's sein muss, ja.

119 **I: Wie meinst du, wenn es sein muss?**

120 A: Naja wenn's nicht anderes gibt.

121 **I: Ach so okay**

122 A: Ist es auf jeden Fall möglich [haha]

123 **I: Findest du das Fleisch zu einer gesunden Ernährung dazugehören?**

124 A: Ja, auf jeden Fall.

125 **I: Okay. Was glaubst du, was zum Beispiel vegane Männer oder vegetarische Män-**
126 **ner für einen gesellschaftlichen Stellenwert haben?**

127 A: [4s. Pause] normal, [haha] das ist so wie jeder andere Mensch auch.

128 **I: Ok, glaubst du gibt es einen Unterschied vielleicht bei Mann und Frau, ob das jetzt**
129 **eine Frau ist, die vegetarisch ist oder ein Mann?**

130 A: Inwiefern von der?

131 **I: Vor der Gesellschaft gesehen?**

132 A: Von der Gesellschaft gesehen her. Hm. [4s. Pause] Ich kann mir denken, dass das
133 vielleicht, dass Frauen, dass das nicht so dermaßen hinterfragt wird wie bei Männern,

134 wenn sie sowas machen, in diese Richtung. Ich mein, ich kenn es eh auch von mir wenn
135 ich jetzt faste oder so, äh da kann ich mir schon vorstellen, das sich genauso Veganer und
136 Vegetarier fühlen, weil du bekommst dauern immer dieselben Argumente mit: Boa ich
137 könnt nie einen Tag ohne Essen leben oder so, warum machst du das überhaupt, das ist
138 ja ungesund. Weiß nicht diese klassischen Kommentare, das kann man sicher 1 zu 1 mit
139 Vegan oder Vegetarischen Ernährungsstil auch umsetzen. Das ist schon teilweise mühsam.
140 Am Anfang machts noch Spaß zu erklären, warum man das macht aber nach ner
141 Zeit geht einen das so richtig auf die Nerven sich da dauernd zu rechtfertigen.

142 **I: Also musstest du wie du 1 Monat vegan warst immer rechtfertigen.**

143 A: Eigentlich nicht. Ich hab das auch nie zum Thema gemacht ehrlich gesagt.

144 **I: Okay oder beim Familienessen war das dann ein Thema.**

145 A: Hm, ich glaub zu derzeit gabs sowas nicht, aber andersrum Ketogenität ist oft ein
146 Thema und das ist auch immer mühsam das Leute nie akzeptieren wollen, dass man halt
147 keine Kohlehydrate isst. Nicht, nicht aus dem Grund heraus ähm, dass man so einen hohen
148 Fleischkonsum hat und das es schlecht für die Umwelt ist und bla bla bla, sondern
149 einfach daraus das man in der Gesellschaft wahrscheinlich nicht so- teilhaben kann, wie
150 ein normaler Mensch im Prinzip, weil man halt auch eigentlich nichts trinkt oder kohlehydratige
151 Sachen zu sich nimmt, muss sich auch immer rechtfertigen, warum man grad nicht
152 trinkt Alkohol oder halt gewisse Sachen nicht isst.

153 **I: Mhm. Ist es dann schwer beim Essen gehen oder?**

154 A: Ja extrem also eigentlich fast nicht möglich und das ist auch der Grund, warum ich das
155 gerade auch nicht durchziehen kann weil es geht immer am besten, wenn man irgendwie
156 nichts von der Gesellschaft das hab ich gemerkt, weil wie ich meinen ich meinen Bachelor,
157 da war ich auch in Island zu meiner Bachelorarbeit für äh 5 Monate und da ging das halt
158 super weil da hast du niemanden gekannt und da ist man am Anfang ja generell ein bisschen
159 allein und da hat man das richtig gut durchziehen können und da hab ich mich halt
160 nur auf die Arbeit fokussiert und da ging das perfekt aber zurück in Österreich das ist echt
161 bissal [haha]

162 **I: Ja das versteh ich. Ja gibt es irgendwelche konkreten Situationen, wo du jemals
163 mit deiner Männlichkeit sonst konfrontiert worden bist, eventuell oder fällt dir da gar
164 nichts ein?**

165 A: Na, fällt mir jetzt nix ein.

166 **I: Trainierst du eigentlich in einer? Aso, Tschuldigung.**

167 A: Hm?

168 **I: Trainierst du eigentlich in einer größeren Gruppe oder immer alleine?**

169 A: Eigentlich alleine .

170 **I: OK. Und wie du diesen einen Monat vegan warst, war das bei der Familie auch**
171 **kein Thema.**

172 A: Wie bitte?

173 **I: Wie du bei deiner Familie zum Beispiel zu Besuch warst oder so war das jetzt auch**
174 **kein Problem, das du jetzt einen Monat vegan warst.**

175 A: Nein, nein gar nicht.

176 **I: Und bei dir im Freundeskreis gibt es auch niemanden, der eventuell vegan oder**
177 **vegetarisch lebt.**

178 A: Wusst ich niemanden.

179 **I: Okay, okay. Ja, das waren eigentlich eh schon alle meine Fragen [haha] möchtest**
180 **du noch irgendwas zu dem Thema Männlichkeit oder Fleischkonsum sagen?**

181 A: Ich bin gespannt, wie sich das Entwickeln wird, weil gerade Insekten auch immer inte-
182 ressanter werden [mhm] und für mich persönlich wäre es auch super Alternative, würd ich
183 sofort auf den Zug aufspringen. Hab eh auch schon drüber nachdacht mir die selbst züch-
184 ten, äh so Mehlwürmer [haha].

185 **I: Ja die sollen ja voll viele Proteine haben oder so, Eiweiß.**

186 A: Ja voll. Generell das Proteinprofil soll da auch extrem gut sein und äh von, vom Ener-
187 giewert also wie viel Energie man reinsteckt und das was man rausbekommt ist das ja am
188 effizientesten im Gegensatz jetzt zu Rindfleisch, Hühnerfleisch, Schweinefleisch und so
189 weiter [mhm] Ja, wird auf jeden Fall interessant werden, wie sich das Etablieren wird. Aber
190 ko, ist auf jeden Fall am Kommen.

191 **I: Spannende, an das hab ich noch gar nicht gedacht an Insekten. Bei ketogen, da**
192 **verzichtet man komplett auf Kohlehydrate, oder?**

193 A: Ja, also im Prinzip ist es so, dass du circa je nach Konstitution von deinem Körper auf
194 20 Gramm dich mal einstellst Kohlehydrate das ist wahrscheinlich weniger als ein Bissen
195 in eine Banane und äh das ziehst du halt durch äh, bis du halt auf einen direkten Fettstoff-
196 wechsel dich umstellst und ja, Symptome davon sind am Anfang auf jeden Fall Kopfweh
197 bei der Umstellung. [ok], aber wenn man das mal durchgeschafft hat vom Körpergefühl
198 her, für mich persönlich fühl ich mich am besten, wenn ich in dem Zustand bin, das eigent-
199 liche Problem ist halt immer diese man hat schon noch Lust auf Süßzeug, besonders am
200 Anfang und es ist dann auch gesellschaftlich auch wieder was, wenn man irgendwie spon-
201 tan Essen geht, kannst ja gar nichts im Prinzip essen, außer vielleicht ein Steak oder so.
202 [haha]

203 **I: Oder so einfach nur das Hauptmenü ohne Beilage bestellen ist dann auch eine**
204 **Option, oder?**

205 A: Ja, genau alles ohne Beilage und dann hat man trotzdem noch Hunger, weil's halt nicht
206 genug ist.

207 **I: Okay, darfst du da aber Fruchtzucker essen also Obst oder ist das dann auch?**

208 A: Na, na gar nix das [wow] wäre schon zu viel. Also im Prinzip Steak mit Brokkoli oder
209 Lachs, Lachsteak mit Brokkoli und fertig oder Pute.

210 **I: Okay, okay.**

211 A: Mit Brokkoli [haha] das ist so mein Standardding gewesen früher. Hab selber auch so
212 Bluttest, also selber getestet, das so „getimet“ mit der Gesundenuntersuchung und das ist
213 echt cool gewesen man hat so in den „Triacylglycerin“ gesehen im Blutwert so, extrem
214 positive Effekte gehabt, bei mir zumindest. Also vor und nachher Bild war heftig und da
215 hab ich 80% war eigentlich Fett

216 **I: Wow 80%?**

217 A: Von dem was ich. Ja, also ich hab auch Olivenöl so getrunken [haha]

218 **I: Olivenöl getrunken? Wow.**

219 A: Ja oder im Kaffee halt Butter rein und mixen und trinken und solche Geschichten. Ja
220 das ist schon extrem.

221 **I: Ok, 80% Fett wundert mich dann nicht.**

222 A: Ja, aber das war das Selbstexperiment auf jeden Fall.

223 **I: Ja, dann danke vielmals für das Interview.**

224 A: Ja, kein Problem.

225 **I: Dann wünsche ich dir noch einen schönen Abend und.**

226 A: Ja, okay ja.

227 **I: Danke vielmals.**

228 A: Tschüß Baba

229 **I: Ja, Tschüss.**

1 **Michael B.**

2

3 **I: Ja, danke erstmal, dass du dir Zeit genommen hast für das Interview.**

4 A: Gerne

5 **I: Ähm, So ich nehme jetzt auf, ja, dann beginnen wir gleich mal mit dem Interview,**
6 **und zwar tu dich mal vorerst vorstellen, wie alt du bist was du so machst.**

7 A: Ich bin der Michael aus dem 14ten Bezirk, ich bin selbstständig, hab einen Imbiss im
8 1sten Bezirk und bin der Vater von einer Tochter

9 **I: Und wie alt bist du?**

10 A: 33

11 **I: Okay, wenn man jetzt so über Ernährungsformen spricht, wie würdest du sagen,**
12 **dass du dich jetzt ernährst? Gibt's da irgendwelche keine Ahnung Tabus wo du jetzt**
13 **sagst das isst du nicht, oder?**

14 A: Eher ungesund, weil durch meinen Beruf bin ich mit Leberkäse und Würsten, also mit
15 eher Fertigprodukten konfrontiert und einfach. Es ist praktisch na, du kannst bis direkt an
16 der Quelle und bedienst dich eigentlich an den Sachen, die du verkaufst und das ist ei-
17 gentlich nicht, wie soll ich sagen, ned das beste nicht ausgewogen und ist eigentlich nur
18 schnell - schnell na.

19 **I: Also deine Ernährungsform besteht also auch aus Fleisch.**

20 A: Ja größtenteils, am Wochenende probiere ich mit meiner Lebensgefährtin und mit mei-
21 ner Tochter natürlich auch ausgewogen zu essen. Da meine Lebensgefährtin Vegetarierin
22 ist (mhm okay), find ma da immer einen Kompromiss, das ma für die Tochter und für mich
23 auch Fleisch dabei haben aber nur in geringen Mengen und aber auch die Variation von
24 vegetarisch dabei ist damit man sich da ein bissl einen Ausgleich schafft.

25 **I: Mhm.**

26 A: Ja, das ist halt meistens nur am Wochenende, unter der Woche eher ess i eher die
27 Schlemmerei beim Leberkäse und so.

28 **I: Okay, verstehe, ähm Sie haben gesagt Ihre Frau oder Freundin ist Vegan äh Ve-**
29 **getarierin?**

30 A: Ja.

31 **I: Ist es auch ein Streitpunkt oder Konfliktpunkt in der Beziehung?**

32 A: Eigentlich nicht, aber man schaut das man da einen Kompromiss findet. Beim Essen
33 gehen wird's halt ein bisschen kompliziert, weil manche Wirtshaus oder Restaurants nur
34 sehr geringe Mengen an vegetarischen Essen oder veganen Essen zur Verfügung stellen,
35 deshalb muss man sich da (zusammenreden) aber das schaffen wir schon

36 **I: Okay, hast du schon selber mal drüber nachgedacht, vegetarisch oder vegan zu**
37 **leben?**

38 A: Vegetarisch, ja, vegan ich glaub da habe ich mich zu wenig schlau gemacht, weil ich
39 glaub da muss man sich schon noch mal einlesen, damit man da ausgeglichen sich er-
40 nährt. Bin jetzt nicht mit der Materie so vertraut, aber ich denke, dass man da das ganze
41 Spektrum abdeckt an Vitaminen und is a bissl weiß (ich nicht) du hast da mehr Erfahrung

42 **I: Aso ja, also planen Sie oder planst du in Zukunft prinzipiell auch vegan oder ve-**
43 **getarisch zu werden?**

44 A: Also die Überlegung war jetzt wurde noch nicht in den Raum gestellt, aber es kann
45 leicht sein, ja das sich das so ergibt, weil die Tendenz grundsätzlich jetzt eigentlich, dass
46 alle mehr aufs Essen schauen und auf die Ernährung schauen, und es geht in die Richtung
47 na, durch den Co 2 Ausstoß von den Rindern und so weiter, dass man sagt Okay weniger
48 Viehzucht usw. und das Meer sich mit pflanzlichen Produkten ernährt, das ist die Richtung
49 und ja. Schau ma mal, lass uns überraschen.

50 **I: Okay, ich schreib ja meine Masterarbeit prinzipiell über Veganismus und auch**
51 **eben in Zusammenhang mit Männlichkeit. Deswegen würde mich jetzt interessieren**
52 **wie würdest du persönlich Männlichkeit definieren?**

53 A: Gute Frage Ja. Habe mich mit dem Thema noch nicht so befasst aber. Ja, ich glaub
54 das bezieht sich eher auf die Klischees, die ma von der Schule, von den Medien so vor-
55 gelebt bekommt ne, maskulin groß maskulin, vielleicht muskulös also eigentlich das klas-
56 sische Schema, was du so siehst in der Werbung, oder bei den Models oder was halt
57 vorgelegt wird, aber ich glaub das hat nur damit zu tun, dass du eben von den Medien
58 beeinflusst wirst und das wird halt suggeriert. Und du kennst es eigentlich nicht anders na.

59 **I: Okay, das sind jetzt größtenteils körperliche Merkmale, also groß stark gibt es**
60 **auch jetzt welche Merkmale, die jetzt nicht körperlich wären bei Männlichkeit oder**
61 **fällt dir da noch was ein?**

62 A: Also ich würd sagen wenn man aufs berufliche eingehen kann man das eigentlich ned
63 so sagen das man sagt okay ein Mann muss die Führung übernehmen, weil das is find ich
64 ein Altersklischee, das kann man nimmer [unv. 2s] das ist so ein Inseldenken, das kann a
65 Frau genauso machen die Führung übernehmen, das hat nichts mit gewisser Männlichkeit
66 oder so das kann man dann find ich ned definieren, also in der Hinsicht glaube ich beim
67 Vorleben und bei den Charaktereigenschaften würde ich mich da überhaupt nicht festle-
68 gen.

69 **I: Okay. Siehst du dich selber also mit einer großen Männlichkeit, oder?**

70 A: Mja. Ich habe eigentlich damit überhaupt nicht befasst, also das ist ja kein Thema und
71 weiß nicht, ich muss ehrlich sagen im Beruf ist das kein Thema, weil du behandelst ja die
72 Leute alle gleich ob das a Frau is oder a Mann is und sonst am Wochenende ist es auch
73 kein Thema wennst am Spielplatz gehst oder i mein, da musst du ja ich glaube, die Zeiten
74 sind vorbei, das man sich da präsentieren muss oder irgendwas darstellen muss. Natürlich
75 stellt, will man, hat man ein gewisses Selbstvertrauen, aber ich glaub das hat weder mit
76 dem Geschlecht noch mit was anderem zu tun, oder? Ist meine Meinung

77 **I: Okay, es gibt ja dieses Meinungsbild, dass Männer Fleisch essen müssen oder**
78 **sollten wegen Proteine Eiweiß. Was sagst du dazu?**

79 A: Müssen, es wird halt von sagen wir es so von der Mittel vom Mittelstand und vom unter
80 von der unteren Mittelklasse von der Arbeiterschicht eigentlich so vorgelebt von Genera-
81 tion zu Generation na da is halt die Hausmannskost. Da bekommst du das mit, aber das
82 jetzt speziell ein Mann jetzt das. Vielleicht bei den Leuten die ins Fitness Center gehen
83 das die eher auf Eiweißprodukte aus Milchprodukte schauen oder was oder ja Steaks
84 essen. Keine Ahnung, ja, aber ich glaube, dass das dreht sich total heute ist die Zeit das
85 alle schauen, okay, das kann man genauso über das Getreide aufnehmen, Sojaprodukte
86 usw. Also und dieses Barbecue dieses, dieses amerikanische ein Mann ist ein Riesen-
87 Steak oder weiß nicht was oder. Ich glaub die Zeiten sind auch vorbei oder ich mein ab
88 und zu isst man ein Steak, aber das hat glaub ich nichts mit der Männlichkeit zu tun, das
89 isst a Frau genauso.

90 **I: Ja, dieses Meinungsbild existiert ja, hättest du eine Ahnung, woher das ungefähr**
91 **kommen könnt? Oder wo der Entstehungspunkt gewesen ist, oder?**

92 A: Keine Ahnung, [unv. 2s] Steinzeit, Feuer machen, das gejagte mit nach Hause bringen,
93 am Griller hauen und dann hast weiß nicht keine Ahnung, das ist auch so ein Klischee
94 oder? Aber ich weiß nicht, woher das kommt ja, das wird halt so dargestellt. Aber ich glaub

95 es kann a Frau genauso a Steak essen, das hat ja nichts damit zu tun, oder ein Fleisch
96 essen.

97 **I: Findest du, man sollte diesem Klischee entgegenwirken, dass man da vielleicht**
98 **etwas ändert, oder?**

99 A: Ich glaub das sollte jeder für sich selber entscheiden, wenn er sagt okay ich esse kein
100 Fleisch oder ich hab mich schon näher beschäftigt, wie die Tiere gehalten werden und so
101 weiter und sag ok das ist nicht okay, oder ich kann damit gar nichts anfangen, dann muss
102 ich für mich selber entscheiden, ob das jetzt ob ich das gut find oder nicht. Grundsätzlich
103 was man hört ist jetzt eigentlich, werden die Tiere nicht so optimal gehalten na, und das,
104 fangen eh schon viele Leute an zu denken

105 **I: Mhm. Findest du selbst Männer männlicher, wenn sie Fleisch konsumieren?**

106 A: [haha] Hab mi mit dem (noch nicht) so beschäftigt, aber ich merke nur, wenn ich Fleisch
107 ess, ich find's nicht das so männlich ist wenn man, weil wenn man viel Fleisch isst hat man
108 auch andere Ausdünstungen und ich glaube nicht, dass das so männlich oder so attraktiv
109 wirkt, das man sagt: boa super, oder? Das ist eher das geht in die andere Richtung, also
110 das mit dem hab ich die Erfahrung gemacht aber sonst ja.

111 **I: Gibt es irgendwen jetzt einen Kollegen oder in der Arbeit jemanden, einen Mann,**
112 **der in deinem Umfeld vegetarisch oder vegan lebt?**

113 A: Einer probiert, ja der is der arbeitet bei der Polizei geht auch relativ oft ins Fitnesscen-
114 ter, also schaut auf seinen Körper und der hat auch durch die Lebensgefährtin eben den
115 Weg zur veganen Ernährung gefunden und der probiert sich daran zu halten und er sagt
116 eigentlich, es geht eigentlich ganz gut. Kann sie mit den ganzen Produkten identifizieren
117 und er is zufrieden ja er fühlt sich sogar wohler, weil durch die vegane Ernährung is er
118 einfach nicht so schnell müde, also du bist nicht so niedergeschlagen nach dem Essen, er
119 sagt er ist, er fühlt sich viel fitter, er regeneriert auch sehr viel sehr viel schneller also, er
120 sieht eigentlich nur die positiven Seiten du musst dich halt damit befassen, und dir deine
121 Menüs zusammenstellen, aber nach einer Zeit hast a Gefühl dafür und dann sagt er ei-
122 gentlich geht's besser als vorher

123 **I: Und ist es also, wie hast du da selber darauf reagieren also?**

124 A: Ja total überrascht, weil das eigentlich ein Fleischtiger war der war nur der hat sich nur
125 sein Faschiertes, eben durch das Trainieren hat er sich das alles seine Protein Portion
126 zusammengestellt und vorgekocht und hat sich in der Früh schon das Faschierte

127 portioniert. Also so richtig also wirklich muss ich ehrlich sagen grausig, der hat dann wirk-
128 lich nur Fleisch gegessen den ganzen Tag vier Portionen lang faschiertes und also Ge-
129 müse gar nicht dabei und diese es hat mich gewundert, dass er diese 180 Grad Wende
130 geschafft hat, Ja, und es tut ihm gut.

131 **I: Der hat einfach von einem Tag auf den anderen?**

132 A: Durch die Freundin hat er durch seine Lebensgefährtin

133 **I: Also der hat auch sehr darauf geachtet die Fitnessaspekte da einzubauen mit**
134 **Fleisch, Proteine, Eiweiß, ok, und mit dem trainierst du gemeinsam? Oder hast trai-**
135 **niert?**

136 A: Ja nicht regelmäßig aber ja

137 **I: Was trainierst du genau? Also machst du viel Sport?**

138 A: Ja, würde ich schon sagen, also viel Sport, ab und zu laufen gehen paar Mal ins Fitness
139 Center, manchmal mehr plaudern manchmal weniger plaudern im Fitness Center, also ich
140 schau schon das ich mich fit halt. Das mit der Ernährung ist halt immer da war, in der
141 Anfangszeit war es eigentlich immer so da hast 4, 5 mal in der Woche trainiert und da wars
142 egal (was du) gegessen hast weil mit 18 Jahren der Körper der verbrennt das da merkst
143 keine Nebenerscheinungen wennst dich nur von Fleisch ernährst oder so weiß ned der
144 Großteil von Ernährung Fleisch Basis ist, aber natürlich mit dem Alter probierst auch auf
145 deine Ernährung zu schauen und da is halt die Tendenz (das du) sagst ok gut eigentlich
146 heißt ja hats ja früher daheim geheißen die Hauptspeise is das Schnitzel und die Neben-
147 sachen also die Beilagen das sind weiß i ned Gemüse usw. und Kohlenhydrate, jetzt geht
148 es ja in die andere Richtung, dass man sagt okay, das Fleisch sehr geringe Menge und
149 du konzentrierst dich aufs Gemüse und auf die anderen Sachen, na, also aber ich glaub,
150 das liegt an der Gesellschaft auch, oder am Umfeld vielleicht ich weiß nicht.

151 **I: Achtest du bei deiner Ernährung auch sehr darauf, dass du also Proteinreich isst?**

152 A: Wie gesagt in der Arbeit ist es halt ein bisschen problematisch, weil da musst wenn
153 Gäste kommen, schaut (das du) schnell isst, und da bietet sich halt an, (das du) a Leber-
154 kässemmel isst oder irgendwas wirklich ungesundes, also da hast das weiße Mehl und
155 die Semmel und dann noch ein Leberkäse die Draufgabe na, da könnt man das könnt man
156 schon ausbauen.

157 **I: Okay. Und am Wochenende geht es dann eher drauf.**

158 A: Ja ja, natürlich bedachtes ordentliches Frühstück, Müsli oder was und dann schaut ma
159 halt, das ma sich mit der Lebensgefährtin (zusammenspricht) und das man entweder wo-
160 hin Essen geht, wo man ausgewogen sich ernähren kann oder dass man halt was kocht,
161 kochen wär halt das Beste weil weißt auch was drin ist.

162 **I: Mhm. Was glaubst du, wie in der Gesellschaft so Veganismus unter Männern oder**
163 **Vegetarismus gesehen wird?**

164 A: Ich finde in der letzten Zeit oder in den letzten Jahren auf jeden Fall positiver früher
165 wurde es so abgetan ja, das ist, das ist ja Modeerscheinung und das kann man ned ernst
166 nehmen, aber ich würd das gar nicht so unterschätzen, das is a super Einstellung und ich
167 glaub man kann eigentlich, wenn man sich damit befasst und wenn man das wirklich ähm
168 breit also sich besser informiert, dann kann man da schon ausgewogen sich ernähren und
169 ich find's a gute Idee ja

170 **I: Wie bist du so aufgewachsen, also ich mein im Umfeld mit Veganer oder Vegeta-**
171 **riern wahrscheinlich wenig.**

172 A: Gar nicht.

173 **I: Wie war da immer so dein Meinungsbild dazu?**

174 A: Ja wie gesagt, also ich bin jetzt 33 und in der Kindheit das klassische Essen in Wien
175 die Hausmannskost, ich glaub das werden viele eh wissen, da gibt's halt die Fleischlaberl
176 und die Schnitzel und der Schweinsbraten also das ist das sehr fleischlastig Gemüse ist
177 eigentlich eine Randerscheinung und eigentlich nur, stört mehr oder weniger am Teller.
178 Ja, das war eigentlich du wirst eigentlich daraufhin getrimmt, das ist gang und gäbe (das
179 du) Fleisch ist ne und da war eigentlich ein Vegetarier ein Exot na. Wie ich, wie ich in
180 jungen Jahren Vegetarier, kann mich gar nicht erinnern, dass im Familien oder Freundes-
181 kreis kann auch sein, dass das, weiß i ned in der Arbeiterklasse eher verbreitet war, dass
182 da Fleisch gegessen wird weil es geheißen hat, wennst hart arbeitest, musst a Fleisch
183 essen, da wären wir wieder beim Stereotypen wennst ein Mann bist dann gehst arbeiten
184 schwer arbeiten und dann musst a Fleisch essen damit'st a Kraft hast, aber das ist ja alles,
185 ist ja alles an den Haaren herbeigezogen.

186 **I: Ok, und wie ist dein jetziges Meinungsbild so zu fleischloser Ernährung?**

187 A: Ja wie schon angesprochen, ja ich finde es gut, wenn man, wenn man alle Aspekte
188 berücksichtigt, das heißt also wennst wirklich schaut dasd, auch die Vitamine kriegst die,
189 die schwerwiegend im Fleisch sind, weiß nicht Eisen oder B12 oder weiß nicht was na

190 Eisen kannst natürlich auch aus anderen, ich glaub du kannst die ganze Palette abdecken
191 aber es wird wahrscheinlich halt wahrscheinlich schwerer werden, Keine Ahnung, ja ich
192 geh davon aus, weiß nicht aber wenn man sich glaub ich informiert, dann ist es auch nicht
193 so a großes Problem. Man muss sich halt schlau machen und dahinter setzen und dahinter-
194 terklemmen und bisschen recherchieren.

195 **I: Sicher eh. Also prinzipiell schätz ich Ernährungsformumstellung ist immer Infor-**
196 **mationen suchen und Aufwand.**

197 A: Aufwand na.

198 **I: Du hast ja vorher noch von dem Freund gesprochen, der jetzt vegan lebt, gabs da**
199 **auch andere Reaktionen von Freunden oder seids ihr da immer nur zu zweit unter-**
200 **wegs?**

201 A: Ja natürlich gibt's andere Reaktionen, aber wie gesagt, das ist jetzt so eigentlich, dass
202 das eigentlich mehr die Leute interessiert als die, als dass, die das abtun weißt, das ist
203 dann ah ok wie machst das, ich mein wie baust das in deinen Lebensstil ein weil als Polizist
204 bist ja auch viel unterwegs. Wie machst du (es) mim Essen, wo gehst hin oder wo kann
205 man hingehen? Und oder stellst das Menü zam oder wie funktioniert das? Eigentlich ist
206 mehr Interesse, als dass man das abtut und ich glaub, das wird von das ist jetzt immer so
207 dass das jetzt positiv aufgenommen wird . Aber es ist natürlich auch, dass man sagt, okay,
208 gut Nein. Es gibt natürlich auch Leute, die sagen na, ich würde gern ich ess gern mein
209 Steak und ich schau halt wo das herkommt das Fleisch. Da gibt es halt die Hardliner, die
210 sagen na okay, ohne Fleisch gehts gar ned. Aber grundsätzlich ist es nimmer so, dass
211 man das abtut. Das Thema ist gang und gebe und ich finde das eigentlich immer mehr
212 positiv aufgenommen wird und das das schon Standard wird, weil wennst dich in den Le-
213 bensmittelgeschäften umschaust du hast eine ganze Reihe wos eigentlich nur Fleischfreie
214 oder vegane Produkte gibt. Man konzentriert sich da jetzt auch drauf, es gibt eine Ziel-
215 gruppe, und die Leute wollen das, glaube ich und die interessieren sich auch dafür.

216 **I: Spielt Männlichkeit eine Rolle bei dir in der Gruppe, also gibt es da irgendwelche**
217 **Klischees, die bedient werden?**

218 A: In der Arbeit mehr als in meinem Freundeskreis, in der Arbeit habe ich ein Publikum
219 was sagen wir 50 plus is, da merkt man schon, dass wenn eine Männerrunde ist, dann
220 muss müssen halt ein paar sich präsentieren herausstechen und überhaupt, wenn Frauen
221 dann noch dabei sind, gibt es immer Männer, die müssen dann halt, dann wird es über-
222 haupt eigenartig die verändert sich total also das das kann man nicht beschreiben, das die

223 wollen sich hervorheben also das dürft ein Urinstinkt sein anscheinend, aber in ein Freun-
224 deskreis ist gar nimmer so weil ich glaub wennst bei Freunden schaut eigentlich in Au-
225 genhöhe bist auf Augenhöhe und da is das eigentlich ned so, das ma sich herausheben
226 muss denk ich zumindest, also ich mir kommt das zumindest so vor

227 **I: Mhm, Ähm, ich schätz die werden auch wahrscheinlich Fleisch konsumieren die**
228 **Männergruppen, oder?**

229 A: Gut, dass sag mas so. Die Minibandbreite ist halt eher fleischlastig, das einzige Ge-
230 müse, das einzige was ein bissl ja sind die Pfefferoni glaub i und die Gurkerln also haha.

231 **I: Okay. Gibt's eigentlich irgendwie fällt dir eine konkrete Situation ein wo du jemals**
232 **mit Männlichkeit konfrontiert worden bist also vielleicht auch in jüngeren Jahren,**
233 **oder?**

234 A: Natürlich ja, beim Fußballverein ist es. Gerade in jungen Jahren ist es interessant na
235 da schaut ma wo stehst wo stehst mehr oder weniger, wo bist du in der Gruppe? Aber das
236 ich glaub das ist, ich glaube, das ist so in der Schule genauso. Aber ich glaube ned, dass
237 das jetzt so a mit Fäusten ausgemacht wird, da wird einfach schauen okay, wer lasst sich
238 was gefallen und ob das mit Männlichkeit zu tun hat ja, weiß ich nicht, das ist glaub ich
239 ein Urinstinkt oder, das man sich irgendwie einordnet, ich weiß nur die Tiere machen das
240 ja genauso na, da wird auch geschaut ok wer steht wo und ich glaub es bringt, vielleicht
241 hört sich das jetzt bissl komisch an, aber es bringt auch irgendwie eine Ruhe in die Gruppe
242 weil jeder weiß wo er hingehört und wo er steht und dadurch hast du ein Gefüge, genau
243 wie in der Tierwelt einfach, im Rudel is auch wenn jeder weiß wo er hingehört, dann is hast
244 du eigentlich keine Unruhe drin. Weiß nicht ob das auf was man das zurückführen kann,
245 mir kommts nur so vor.

246 **I: Ok, interessant. Ja, jetzt wären wir eigentlich eh schon fast fertig mim Interview,**
247 **würde dir noch irgendwas zum Thema Männlichkeit einfallen oder willst du noch**
248 **irgendwas dazu sagen? Oder zu Veganismus?**

249 A: Ich, also zum Thema Männlichkeit ich glaube, dass das schwimmt, jetzt sowieso in
250 der Zeit, weil wenn man sich jetzt zum Beispiel die Conchita Wurst anschaut. Wie? Wie
251 definierst du Männlichkeit, was will man, wie präsentiere ich mich? Oder ich glaub, das ist
252 jetzt eigentlich, es kommt jetzt eigentlich nur drauf an wie fühlst du dich selber wohl, weil
253 ich glaub das sich die Conchita Wurst genauso als Mann teilweise sieht oder männlich
254 sieht auch wenn sie keine Stereotypischen, stereotypisches Gewand anzieht oder was
255 auch immer also ich weiß nicht, das ist jetzt ein bisschen, wie soll ich sagen, es

256 verschimmt, es diese glaub i diese alten Klischees, die werden immer mehr aufgeweicht.
257 Das ist kann man glaub ich nicht mehr so spezifisch sagen, denke ich zumindest [unv. 2s.]

258 **I: Okay und ah eine Frage hät ich noch. Würdest du sagen, dass Fleischkonsum bei**
259 **dir zu deiner Identität gehört?**

260 A: Schwierig ja, aber ich denke schon. Weils eben zu meiner Vergangenheit gehört, also
261 zu meinem Aufwachsen. Du wirklich zum Nachdenken habe ich begonnen mit 25, 26 da
262 war das das erste Mal Thema aber ich, natürlich wenn du mit dem aufwachst die Oma
263 macht ein Schweinsbraten und dann gibt es Schnitzel in Schmalz rausbacken also, das
264 kannst du nicht, das sind so Sachen, die Kindheitserinnerungen, dass was als Kind, was
265 dir geschmeckt hat, das kannst irgendwie ne des glaub ich schmeckte da dann, wennst
266 groß bist auch noch, weiß nicht ob mans so krass sagen kann aber natürlich aber es heißt
267 ja nicht, dass das man sich da ned ein bisschen anders orientieren kann.

268 **I: Mhm. Was hast du jetzt genau gemeint mit 24, 26 bist du das erstmal konfrontiert**
269 **worden mit dem Thema also was war da die Konfrontation?**

270 A: Richtige ja na dann das erste Mal, dass du eigentlich mit Leuten zusammenkommst
271 und mit denen Besprichst denke ich Sportler beim Fußball. Wie funktioniert das? Das ist
272 jetzt Vegetarier und am Anfang wurde das ja belächelt und, ja geh, als Sportler brauchst
273 Fleisch und da brauchst die Proteine und das ist aber, dass das Ganze eigentlich dein
274 Körper mehr belastet eben durch weil die Verdauung länger braucht als beim Gemüse
275 oder bei veganer Ernährung ist ganz klar und ja aber man braucht halt. Ja, aber man
276 braucht halt. Man muss erst einmal in die Materie eintauchen und sich mit dem Beschäfti-
277 gen und vielleicht selber ausprobieren na längerfristig (nicht) nur 2 Wochen und dann sind
278 wir wieder im alten Schema, aber ich glaube ja, das ist sicher, ist ja auch bewiesen.

279 **I: Mhm aber du hast ja eh schon viele Informationen wird es dann jetzt noch immer**
280 **belächelt von dem Kollegen von dir, oder gibt es da noch die typischen Sprüche so**
281 **na ja?**

282 A: Ja, es sie, ich glaub, ich weiß nicht ob das jetzt mit dem Alter zusammenhängt aber wie
283 gesagt, es gibt, meine Großeltern werden das nimmer verändern und gehen, vielleicht
284 eher in die Mediterrane Küche, dass man sagt okay, man orientiert sich mehr an Kohlen-
285 hydrate und Olivenöl und sowas und ned so vielleicht so viel Fleisch aber Fleisch, das
286 man das ganz weg bringt ist unwahrscheinlich und die meine Gäste die kommen, die kom-
287 men ja wegen eben wegen den Produkte die kommen wegen der Leberkäsesemmel und
288 wegen den Würsten und ich glaub, die kann man a ned Umpolen also.

289 **I: Glaubst du wäre das jetzt schlimm, wenn du jetzt zum Beispiel von einem Tag zum**
290 **anderen auf einmal kein Fleisch mehr verkaufen würdest also für deine Kunden. Es**
291 **gibt ja sicher Stammkunden auch, oder?**

292 A: Klar wird sich das auswirken.

293 **I: Wären die dann wahrscheinlich schockiert?**

294 A: Natürlich ja. Die wären ja orientierungslos dann im Hofburg-Stüberl, uh darf man Wer-
295 bung machen haha ja das kann man ja rausschneiden haha. Nein aber ja natürlich wär's,
296 die können gar nichts damit anfangen also mein Publikum, das die sind darauf fokussiert
297 und die kommen ja wegen dem na aber es wär sicher a Option, dass man sagt okay, man
298 geht in die Richtung und bringt ein, zwei Produkte mal schauen wie das ankommt na. Die
299 Frage ist, ob ein Veganer oder Vegetarier in einen Imbiss reingeht und wo eigentlich man
300 damit rechnen, dass da eben wirklich fleisch-lastige Kost ist das ist halt die Frage. Geht
301 der überhaupt rein und, ja das müsst man sich anschauen ja.

302 **I: Spielt Männlichkeit bei dir eigentlich eine wichtige Rolle in deinem Leben. Also**
303 **zählt das auch zu deiner Identität dazu ich mein klar das ist natürlich ein Teil von**
304 **dir.**

305 A: Wie gesagt, ich glaube, das ist wirklich vielleicht nur, war damals nur wichtig in jungen
306 Jahren, wo man sich vielleicht beim fortgehen präsentieren will oder jemand beeindrucken
307 will, aber wennst eine Familie hast eigentlich und ich muss dir ehrlich sagen wennst halb-
308 wegs ausgeglichen bist glaub ich musst eigentlich nichts mehr beweisen oder früher war
309 das so man muss sich beweisen, als Mann musst du dich beweisen und musst halt was
310 darstellen oder natürlich will man was darstellen, aber ich glaub es ist nicht mehr so. Du
311 hast da den, wie soll ich sagen, den vielleicht den Druck nimmer, das (du) in der Gruppe
312 wenn da 10 Singles unterwegs sind natürlich willst du dich herausheben und herausste-
313 chen oder so, aber so [unv. 2s] also ich glaub das wennst den a Familie hast und ausge-
314 glichen bist das du das eigentlich nimmer so a Thema ist, vielleicht kommst ab und zu raus
315 beim Autofahren, wennst narrisch wirst oder aber weiß nicht ob das die Männlichkeit
316 wennst auf einmal während dem Auto fahren einen Rappel kriegst, ja schwierig.

317 **I: Okay. Gut dann bedank ich mich für das Interview.**

318 A: Gerne

1 **Phillip A.**

2

3 **I: Okay, ja, dann beginnen wir gleich könntest du dich vielleicht mal vorerst kurz**
4 **vorstellen, also wie alt du bist, was du so machst?**

5 A: Ah, ja klar also. Name ist wurst, gell? Ich bin der Phillip

6 **I: Ja, das ist egal.**

7 A: Ich bin 27 Jahre alt, ich, ich bin eigentlich ursprünglich Holländer und Deutscher, aber
8 ich wohne eigentlich schon, seit dem ich 6 Jahre alt bin wohne ich schon in Österreich ich
9 bin auch immer in englische Schulen gegangen, also Deutsche sind mir noch immer ne
10 schwierige Sprache, aber jetzt studiere ich Kultur und Sozialanthropologie ähm und ne-
11 benbei mach ich immer wieder mal also ich hab lange im Starbucks gearbeitet und jetzt
12 zur Zeit mache ich so Freiwilligenarbeit für Kinder mit Flüchtlingshintergrund.

13 **I: Oh Cool, wo machst du das? Also bei welcher Organisation?**

14 A: Die Organisation heißt Nightingale. Äh, es ist also ich glaub organisiert von der SPÖ
15 Kinderfreunde ist glaub ich die obere Organisation und Leitung genau.

16 **I: Sehr cool ok, ich schreibe meine Masterarbeit über Ernährung und würde dich**
17 **gern fragen, was du für eine Ernährungsform hast, also konsumierst du Fleisch oder**
18 **bist du Vegetarier?**

19 A: Ja, also ich, ich konsumiere Fleisch, äh ich bin ich bin, ich hab keine bestimmte Diät die
20 ich folge. Also ja ich ess eigentlich sehr viel also ja, das ist eher eine Geschmackssache
21 was ich nicht ess oder was ich schon ess.

22 **I: Okay, okay. Hattest du schon mal geplant, vegetarisch oder vegan zu?**

23 A: Äh [3s. Pause] Also geplant nicht würde ich nicht sagen Nein, aber ich hab sicherlich
24 haben vegane und vegetarische Freunde ihren Einfluss auf mich gehabt, aber ich war da
25 immer. Ein bisschen zu stur, oder zu bockig, äh das selber wirklich mal auszuprobieren,
26 aber ich muss schon sagen, dass viele Argumente und viele Gründe, die Veganer und
27 Vegetarier mir so über die Jahre erzählt haben doch rasoniert haben bei mir und das mein
28 Fleischkonsum sich sicherlich seitdem stark nach hinten gezogen hat also ich hab viel
29 weniger Fleisch konsumiert seitdem ich habe auch mit einer Veganerin eine Zeitlang zu-
30 sammen gewohnt und also zu Hause zur Zeit würde ich kein Fleisch mehr essen eigentlich
31 oder jedenfalls nicht einkaufen äh passiert sehr selten auch ich mag keine Milch, also

32 vegetarisch also ja, Eier esse ich schon also vegetarisch [1s. Unv.] zu sein, aber ja beim
33 Bestellen, oder wenn ich beim im Restaurant bin oder jetzt zur Zeit bin ich bei meinen
34 Eltern zu Hause, wenn mein Vater dann Schnitzel macht, dann esse ich das natürlich
35 schon. Aber ist es mir viel bewusster geworden auch die Themen und so weiter, also früher
36 habe ich sicherlich mindestens 2 Mahlzeiten pro Tag mit Fleisch gegessen und nicht mal,
37 weil ich unbedingt Fleisch esse oder weil ich, weil ich das jetzt so wichtig fand oder so
38 etwas, sondern einfach weil es in Österreich so leicht ist Fleisch zu bekommen, jede Mahl-
39 zeit hat Fleisch drinnen, das muss man sich erstmal bewusst werden irgendwie und das
40 das das allmählich hat das schon irgendwo klick bei mir gemacht aber so ganz vegan oder
41 vegetarisch bin ich noch nicht.

42 **I: Okay, würdest du in Zukunft planen, vegetarisch zu werden?**

43 A: Ähm [3s. Pause] Ich würde ich würde schon zusagen, dass ich, dass ich es noch immer
44 weiter verringern will, wieviel ich konsumiere von vegetarischen, also von Milchprodukten,
45 aber auch von Fleischprodukten oder Eier und so. Das Ding ist aber, dass ich solche Sa-
46 chen nie ganz ausschließen will äh, weil es halt dann auch, also ja ich kann es nicht ganz
47 genau beschreiben, aber wenn jetzt zum Beispiel ich beim Abendessen von meinen Eltern
48 bin und die haben jetzt groß gekocht und da ist schon dieses Fleisch am Tisch und ich
49 weiß, dass mein Vater es jetzt nicht anders machen würde, aber würde ich das jetzt mit-
50 essen, weil es dann sonst auch wieder irgendwo verschwendet wird, natürlich auch eine
51 leichte Ausrede irgendwo aber ähm. Ja, ich weiß nicht, ich glaube, auch wenn wir jetzt
52 auch weiter in die Forschung gehen, von ich weiß nicht, wie das heißt, wenn dieses im
53 Labor gezüchtete Fleisch oder so etwas stell ich mir jetzt nicht sehr lecker vor, aber kann
54 gut sein, dass es gut schmeckt. Da hätte ich dann auch moralisch weniger dagegen, also
55 ich weiß nicht wie das natürlich im Labor gemacht wird und so und ob das jetzt viel Energie
56 kostet, das sind halt auch Sachen zum Bedenken aber ich will. Solche Sachen nie so ganz
57 ausschließen, weil wenn man sich zu sehr auf etwas also das ist meine Erfahrung, jeden-
58 falls wenn man sich zu sehr auf so solche Sachen festsetzt, dann wird man auch irgendwo
59 blind zu Subtilität, also so kleine Unterschied also so Feinheiten, Haar Feinheiten und
60 wenn man jetzt sagt okay ich ess absolut kein Fisch, kein Ei oder was auch immer. Dann
61 ja, ich weiß nicht, ich hab das schon bei Veganer, vegane Freunde von mir mitbekommen,
62 dass die dann auch sehr das fast so (eine) politische Sache dabei wird und ähm da seh
63 ich dann halt auch meine Schwierigkeiten. Ich hab jetzt auch wieder Videos gesehen, dass
64 das alles doch ein bisschen übertrieben ist von diesen veganen, wie heißt das, Botschaf-
65 ten von wieviel Wasser gebraucht wird, dass das auch Übertreibungen sind, weil vieles
66 davon von Regenwasser gewonnen wird, und das würden wir sowieso nicht abfangen.

67 Also solche Sachen halt. Ich weiß jetzt nicht so genau, aber es ist ich glaub das es immer
68 ganz schwierig ist solche Sachen mit einem Trend irgendwie, das das volle Bild so zu
69 füllen und deswegen würde ich da ich würde mich aber überzeugen, was noch viel, viel
70 weniger zu konsumieren, was das angeht das auf jeden Fall ja.

71 **I: Ok, ok. Du hast gesagt, dass du in deinem Freundeskreis selber auch Veganer**
72 **hast, sind das dann eher weibliche Personen oder auch männliche.**

73 A: Ja, ja Tschuldigung Veganerinnen ja, ja, also es sind Großteils weiblich, aber es ist halt
74 auch in der KSA, es sind halt also in der Kultur- und Sozialanthropologie sind halt die
75 meisten weiblich und das sind halt ist schon mein Umfeld zurzeit hat halt viel mit der Anth-
76 ropologie zu tun. Ja also ich hab ich hab halt auch mal viele Freunde sind dann halt ein
77 bisschen mehr, wie soll ich sagen, Arbeiter, so „Hackler“ und also denen zu sagen du sollst
78 kein Fleisch essen, das ist, das wird nicht so schnell funktionieren und bei manchen schon,
79 weil manche sind ja auch sehr sehr offen dazu, aber so generell ich weiß nicht vielleicht
80 ist auch ne Jungs Mädchen Sache also ja das das einfach Jungs also ich bin auf jeden
81 Fall ein bisschen sturer und so um solche Trends jetzt einfach mitzumachen, weil jedes
82 Mal das ist bei mir kommt dann eher, dass das Gefühl heraus, dass ich's dann mir grad
83 deswegen nicht machen will, weil jeder es macht. Aber das ist halt ein bisschen zickiges
84 Verhalten von mir, weil ja, aber es sind Großteiles weibliche Freunde von mir, also Freun-
85 dinnen von mir, die komplett vegan sind vegetarisch glaube ich ist ganz durchgemischt bei
86 mir.

87 **I: Ah okay gut, also kennst du prinzipiell auch Männer die jetzt auf Fleisch verzich-**
88 **ten?**

89 A: Ja, schon weniger, aber weniger also Fleisch Fleisch eigentlich ja, na ja, beide meine
90 Mitbewohner sind zum Beispiel vegetarisch also oder fast vegetarisch fast vegetarisch,
91 also zuhause essen wir kein Fleisch.

92 **I: Okay, okay. Betreibst du selber einen Sport?**

93 A: Ja, äh, zählt Tischtennis haha [3s unv.]

94 **I: Ja schon also.**

95 A: Ja, Tisch(tennis), na auch nicht immer.

96 **I: Aber Kraftsport, oder?**

97 A: Nein, ich bin ich bin ziemlich fauler, ich mal gerne und solche Sachen. Ich bin ich sitze
98 eigentlich sehr gern allein irgendwo und mach mal meine Sachen Sport wenig, sehr wenig.
99 Ich will jetzt aber mehr machen, auf jeden Fall.

100 **I: Okay, okay. Ich schreib meine Masterarbeit einerseits über Ernährung und ande-**
101 **rerseits auch über Männlichkeit, deshalb würde ich gerne von dir wissen, wie du**
102 **Männlichkeit definierst.**

103 A: Ah, ich glaub solche Sachen kann man ja wirklich also, dass ich also ich muss ganz
104 ehrlich sagen so für die Anthropologie bin ich wahrscheinlich ziemlich konservativ, äh ist
105 nicht unbedingt beliebt also jetzt nicht unbedingt zur ÖVP oder so, das auf keinen Fall,
106 aber ich würde mich schon als irgendwie ich dieses Non-binär und so ich versteh's halt
107 nicht so gut. Das bedeutet nicht, dass, wenn jetzt jemand herkommt, zu mir und sagte ich,
108 ich bin so und so und ich würde das gerne brauchen, dass man das respektiert, würde ich
109 das natürlich sehr gut verstehen oder jedenfalls nach nachempfinden können das, wenn
110 man leidet oder so. Aber dass die Ideologie dahinter verstehe ich persönlich ganz und gar
111 nicht und ich, ich hab das schon so meine mein Verständnis von Mann und Frau. Zu defi-
112 nieren, was Männlichkeit ist, ist aber gleichzeitig wiederum sehr, sehr schwierig und es ist
113 letztendlich es gibt keinen wirklichen Punkt, der es wirklich zu jetzt es gibt, nichts, was
114 alleinstehend etwas zu männlich oder weiblich macht. Aber es liegt glaube ich eher immer
115 in der Relation zueinander und wenn wir diese Kategorien verwenden, die wir haben, also
116 die, die männlich, weiblich, dann ist es halt in der Relation zueinander, dass man das
117 männliche zu weiblichen erkennen kann. Ich will ja keine Ahnung. Ja, stereotypisch gese-
118 hen, ich glaub männlich wird dann wohl stärker sein wird äh ich würde sagen, dass es
119 weniger vielleicht ein Stereotyp, aber auch viel mehr einzelgängerisch sein. Das sieht man
120 halt auch im Verhalten von, von weniger Tratsch, also direkter, es geht, da geht's nicht
121 darum, dass das jeder mit dir einverstanden sein muss, sondern dass du einfach dein Ding
122 machst. Wenn dus gescheit machst dann kriegst du den Ruhm von Frauen und von Män-
123 nern und sonst nicht und paar läuft glaub ich noch immer sehr stark über die soziale
124 Ebene, dass man mehr miteinander kommunizierte, mehr die Geschichten erläutert, wie
125 sie passiert sind und so weiter vielleicht wenn man körperlich nicht so stark steht, braucht
126 man halt die soziale Stärke oder so etwas keine Ahnung. Bisschen natürlich alles so. Darf
127 man alles nicht so nicht so fixiert nehmen, aber gleichzeitig, weil ich glaub das sind halt
128 auch sehr viele essentialistische Muster, die wir noch immer stark übernommen haben,
129 um die wir noch immer umklammern und das weiß ich halt auch nicht, ob das alles so
130 stimmt. Also, vieles davon wird sicherlich sozial von einer sozialen Orientierung kommen,
131 also sozialisiert sein, aber das ist halt auch so meine Schwierigkeiten mit dem

132 Sozialkonstruktivismus und halt auch wo dieses Non-Binäre herausgewachsen ist. Ich
133 glaube halt eigentlich schon, dass jedes sozialisierte Muster doch auf etwas aufbaut, und
134 das es eine materielle Situation und die eine der materiellen Situation ist halt auch der
135 biologische Körper und in der Hinsicht spielte diese essentialistischen Argumente sehr,
136 sehr subtil trotzdem mit und ich würde sie halt nicht so absolut nehmen und da bin ich also
137 das ist halt glaub ich auch der der große Fehler den wir gemacht haben im ess-, in dieser
138 Phase mit diesen naturalistischen Phase, dass wir all diese biologischen Phänomene als
139 zu absolut gesehen haben und da kann man nichts dran ändern. Jetzt machen wir es halt
140 mit also in den Sozialwissenschaften machen wir das halt jetzt nur noch mit dem Sozialen
141 und ich glaub das ist halt auch ein Fehler. Ich glaub da muss da irgendwo so ne Mischung
142 stattfinden zwischen dem materiellen, biologischen und dem sozialen, dem erlernten und
143 solchen Sachen also da ist ne Mischung glaube ich dazwischen. Ja, also es ist ich kann
144 keine Definition wirklich für männlich und weiblich, dass ja, aber es ist halt auch vieles
145 angelernt und vieles biologisch. Ich weiß es nicht.

146 **I: Okay. Okay. Es besteht ja prinzipiell dieses Meinungsbild von vielen Leuten, dass**
147 **Männer Fleisch konsumieren sollen, um genug Proteine oder Eiweiß zu erhalten.**
148 **Wie siehst du das?**

149 A: Das kann gut sein, dass es nicht in meinen Kreisen so stark also ich hab dir das schon
150 erzählt mit der, mit der, mit der, dass ich viele Freunde, auch in eher Arbeitergesel-, also
151 Lebenssituationen, also die arbeiten dann keine Ahnung. Einer ist ein, war ein Waisenkind,
152 der jetzt bei der Wiener Linien arbeitet, der andere ist jetzt Metalbauer, also das, aber es
153 sind dann halt auch die die Frauen in diesen Kreisen, die dann genauso sich weigern, jetzt
154 vegetarisch oder vegan zu sein. Ich glaube, das ist viel nicht unbedingt mit dem männlich
155 und weiblich, sondern auch mit dem Bildungsgrad zu tun hat auch also beides. Das hat
156 auch sicherlich was mit männlich und weiblich zu tun. Ich glaube, das das mehr so ne
157 Sturheit ist und nicht ne Sturheit von Männer brauchen Fleisch, sondern wir sind aufge-
158 wachsen mit Fleisch und ich hab jetzt keinen Bock, weil jetzt Leute um mich herum sagen,
159 also so ist es jedenfalls für mich gewesen [1s. unv.] nicht da einfach so eher ich ess halt
160 meine Schnitzelsemmel lass mich in Ruhe und das nichts damit zu tun, dass ich jetzt an
161 meinem Kalorienhaushalt oder was man gedacht hab, ist das mir insgesamt nie wichtig
162 und ich und ich kenne halt auch nicht viele Freunde, die jetzt so Extremsportler sind, dass
163 sie sich also ich kenn nur extrem Sportler, die sich so sehr mit Ernährung auseinanderset-
164 zen unter Männern. Ich kenne Frauen viel also bei Frauen ist das in meinem Umfeld je-
165 denfalls viel öfter der Fall, dass sie sich um Ernährung und wie Ernährung funktioniert und
166 solche Sachen sorgen machen oder jedenfalls sich damit befasst haben. Also bei Männer

167 ist krieg ich das halt weniger mit außer man ist ein Spitzensportler also dann glaube ich
168 persönlich, dass das mehr aus Sturheit kommt und aus ich lasse mir nichts sagen ja, also
169 Sturheit ja.

170 **I: Sturheit jetzt von den Männern gesehen her das sie sagen [Ja]. Ok.**

171 A: Also das seh ich halt stärker bei Männern vertreten diese Art von Verhalten, das man
172 stur sein eigenes Ding macht, auch wenn alle Leute um sich herum um ihn herum schon
173 anfangen, vegetarischer zu werden, das war ja bei mir jedenfalls der Fall, also je mehr ich
174 mich auch in diesen KSA-Kreisen, also ich hab jetzt auch weniger Fleisch gegessen, aber
175 ich hab wirklich auch ein Stück mehr vegane Freunde usw. die das noch immer verpönen
176 wie ich esse und das ist mir irgendwann, also ist mir schon am Anfang an war ich immer
177 sehr bockig was das angeht, obwohl ich dann andere Freunde kenne Freundinnen kennen
178 die dann halt viel schneller so ja, aber dann wird sie mich vielleicht nicht mögen oder so
179 wo ich mir halt so etwas halt also ich glaube, dass es eine Trostsache ist. Das ist eher das
180 Zeichen von Stärke es geht weniger ums Fleisch, sondern eher das das Zeichen von
181 Stärke in der Hinsicht, also von dieser männlichen Stereotype liegt glaub ich mehr in ich
182 sag was ich denke oder ich mach, was ich meine und das lebt man aus, indem man gegen
183 dem ist oftmals gegen den ist, was neu ist, was wir erzählt wird, wie man es machen soll
184 oder so.

185 **I: Okay, dieses Klischee Männer Fleisch konsumieren ja, das gehört halt irgendwie,**
186 **was glaubst du, warum es dieses Klischee überhaupt gibt?**

187 A: Boa warum es dieses Klischee überhaupt gibt, also ja, wie schon gesagt ich glaube
188 nicht, dass es so stark ein Klischee ist, dass Männer jetzt unbedingt Fleisch essen, weil
189 es Fleisch ist und sie unbedingt Fleisch brauchen, sondern eher, weil es ihnen so ange-
190 wohnt ist. Ich meine, wenn ich mir in Holland anschau, also ich bin ja halb Holländer dort
191 ist Fleischkonsum einfach ein Stück weniger und dafür haben wir viel mehr Fischkonsum.
192 Ist jetzt auch ich meine, das ist ja alles auch schon so modernisiert, dass das auch nicht
193 mehr so ne große großen Unterschied macht man kriegt überall Fleisch, aber dort sehe
194 ich das halt weniger, dass das so ne Sache ist, dass man jede Mahlzeit mit Fleisch drauf
195 haben will und auch die Männer haben das dann nicht also ich glaub nicht, dass dieses
196 Klischee Bild sich unbedingt so aufbaut, dass es das männliche ist, was halt unbedingt
197 Fleisch braucht, sondern eher das es einfach eine Angewohnheit ist. Entschuldigung, was
198 war die Frage genau? Klischeebild?

199 **I: Warum es dieses Klischee überhaupt gibt dieses Bild von Mann und Fleisch es-**
200 **sen.**

201 A: Ja, ich glaub weils angelernt ich glaube halt weils angelernt ist und weil Männer es
202 langsamer ablegen wollen etwas. Würde ich jetzt mal sagen ja.

203 **I: Du hast grad vorher angesprochen auch, dass Fleisch Männer nicht männlicher**
204 **macht, oder? Oder habe ich das richtig verstanden?**

205 A: Das Fleisch nicht männlicher macht?

206 **I: Ja, also ich, gehst du von dem Konzept aus?**

207 A: Ich, ich gehe nicht davon aus, dass es dich männlicher macht, wenn du Fleisch isst. Ich
208 meine, es kommt drauf an, was man als männlich definiert auch und ich meine, das hast
209 du gefragt und ich hab ich wollte die Frage auch ein bisschen ausweichen, aber ich kann
210 mir schon vorstellen, dass das das bestimmte Phänomene also bestimmte Sachen die
211 Männer sich selber als Männer so definieren lassen, sagen wir mal, dass das bestimmte
212 Verhaltens Muster sind die dann halt auch zusammenkommen mit dem Fleisch also das
213 vielleicht schon, ich kann mir vorstellen, dass ja ein Tier töten, ist mir wurscht, einfach
214 dieses dieser so cool zu sein, oder ich weiß nicht was ich würds jetzt nicht als cool be-
215 zeichnen, aber so sich so zu präsentieren: ja ist mir wurscht. oder keine Ahnung was das
216 auch ein Leben jetzt stirbt oder sowas oder dass man die Umwelt zerstört, so einzelgän-
217 gerisch zu sein und wenn man dieses Einzelgängerische oder dieses was ich jetzt trotzig
218 oder stur nenn oder was auch immer, wenn man das wirklich so also: ok so soll ein Mann
219 sich auch präsentieren, man muss stark sein, man muss da zeigen sorry, ey hier sind
220 meine Grenzen und nicht weiter und ich höre niemanden zu ich mach mein Ding, ich weiß
221 nicht was, dann könnte ich mir schon vorstellen, dass auch, wenn jemand dir sagt aber du
222 tötest grad ein Tier damit, das dann das männliche Verhalten halt ist ja jetzt hol ich mir
223 erst recht ein Schnitzel mal und das das deswegen dann, dass es männlicher macht, weil
224 du dein männliches Art von Verhalten halt „repeatest“, wie heißt das wiederholst und
225 dadurch es verstärkst aber nicht, weil jetzt irgendetwas im Fleisch drinnen ist, was jetzt
226 Testosteron fordert oder irgendsowas also, das weiß ich nicht.

227 **I: Glaubst du, dass das Konzept mit dem Stolz und so auch zusammenhängt, warum**
228 **in deinem Freundeskreis weniger Männer vegan sind als Frauen?**

229 A: Ja, würde ich schon sagen, ja.

230 **I: Okay. Wurdest du selbst jemals wegen deiner Männlichkeit konfrontiert?**

231 A: [Haha] andauernd ja, ja [haha]

232 **I: Fallt dir da irgendeine konkrete Situation ein, oder?**

233 A: Ja also in der Schulzeit wurde ich schon ziemlich viel gehänselt und war auch das
234 normale Spiel der normale Spitzname für mich war dann halt „Gaylord“ zum Beispiel, weil
235 ich langen Augenwimpern hatte und ich mochte halt Schauspielen und solche Sachen
236 malen. Also sowieso die Frage, ob ich schwul bin, habe ich so oft in meinem Leben gehört
237 und das ist halt doch irgendwie sehr oft, wenn man sich ein bisschen femininer, was halt
238 auch fraglich ist was ist feminin, weil ich find es keine Ahnung. Ich mochte einfach kreati-
239 vere Sachen einfach sehr viel mehr als Sport und das hat halt in den Schulen, wo ich zum
240 Beispiel also früher war, hat das immer eher ein ja an ein weichliches feminineres Attribut
241 gehabt, was mich persönlich auch nicht also ich meine, es hat mich schon gestört, gehän-
242 selt zu werden, aber diese schimpfe jetzt waren, fand ich wirklich nicht die Sachen, die
243 mich jetzt persönlich beleidigen, hat mich nie so gestört, auch damals nicht, und damals
244 war ja noch schwul genannt zu werden, um einiges schlimmer als heutzutage haben wir
245 eine viel stärkere Offenheit für solche Sachen als damals. Es hat mich damals auch schon
246 nicht so wirklich gestört also mehr, dass ich einfach keine Freunde hatte und so aber diese.
247 Ja, keine Ahnung. Ich hab mich aber auch nie so verbunden gefühlt mit diesen ganz ste-
248 reotypischen, männlichen Bildern also niemals war ich da sehr ähm, aber das könnte auch
249 wieder so ne Trotzigkeit sein, weil wenn man mir irgendwie sagt so solltest du dich verhal-
250 ten, dann will ich das schon nicht mehr machen.

251 **I: Und was zählt das zu diesem Stereotype Männlichkeit oder was meinst du genau**
252 **damit?**

253 A: Also die Stereotypen sind wahrscheinlich: Aktiv, sportlich, auch eine gewisse Art von
254 Willigkeit zu Gewalt und das würde ich jetzt nicht mehr sagen, dass du unbedingt gewalt-
255 tätig sein musst, weil das doch auch sehr oft ein Zeichen von Schwäche ist, aber dass du
256 in deinem Verhalten schon zeigst ich trete nicht zurück, wenn jetzt Gewalt nach vorne
257 kommt, sagen wir mal also das, dass man da irgendwie tapfer stehen bleibt also dieses
258 ich glaube einfach, wenn man es ja so, dass das Helden Motiv glaube ich ist der der rich-
259 tige Mann also ja ob das eine vom einen kommt oder umgekehrt weiß ich nicht. Ich glaub,
260 dass das bedingt sich bedingt aneinander in der Hinsicht ist es nicht nur sozialkonstrukt-
261 ivistisch das ist nicht nur dass, dass der das Helden Motiv erst geschrieben worden ist und
262 deswegen ist das männliche Stereotype jetzt so, sondern auch umgekehrt. Das Helden
263 Motiv wurde so geschrieben, weil wir eine bestimmte Art von männlichen Verhalten haben.
264 Ich glaube, dass [2s Unv.] Wechselwirken. Aber ich hab mich da nie so ich also so Alpha-
265 Männchen war ich nie und wird ich hoffentlich nie sein.

266 **I: Ok, wirst du heutzutage auch noch wegen deiner Männlichkeit konfrontiert?**

267 A: Ja, ich also, ich meine in der KSA gibt's das Konzept von Männlichkeit schon fast nicht
268 mehr, aber ich merke es schon in anderen Arten und Weisen, wo ich jetzt mich zum Bei-
269 spiel viel schneller jetzt mit Männlichkeitskonzepten verbinde, ist ja grad in dieser in dieser
270 zum Beispiel in der KSA hatten wir jetzt im 4 Stock im neuen Institutsgebäude gab es eine
271 Zeit lang, ich glaube 2 Jahre lang, gab es halt mit Graffiti, also das war jetzt nicht offiziell
272 aber trotzdem wurden alle Männerklos wurden zu Non-Binary Klos gemacht und alle Frau-
273 enklos sind weiterhin Frauenklos geblieben, wo ich mir dann halt schon denk naja Männer
274 sind in dieser Institution sind sie die Minderheit und wenn das immer so mit Minderheiten-
275 schutz in Verbindung geht, dann sollten wir eher die weiblichen Klos zu den Non-Binary-
276 Klos machen oder sowas, mich störts jetzt nicht, also [1s. Unv.], kann man gerne auch
277 dort das das Klo teilen, aber da sind dann schon solche Konzepte gekommen, wo es halt
278 schon diese Anti-Maskulinitätssache auch einfach alle Männer draufgelegt wird [4s. Unv.],
279 wo ich mich dann plötzlich solidarisch gegenüber dieses männliche Motiv empfinde, weil
280 es halt zu sehr als toxisches Bild infrage stellt in meinen Augen, wo ich doch auch viele
281 positive Sachen drin sehe die ich selber nie so ausleben. Ich bin jetzt nicht so ein Drauf-
282 gänger oder so, aber trotzdem ich sehe das auch bei jetzt zum Beispiel bei meinen „Hack-
283 ler“-Freunden. Das ist ein schwieriges Leben, im Gegensatz zu mir. Ich bin ja ein verwöhn-
284 ter, kleiner Junge, weißt du so also mir gehts gut ich hab zu Hause gibt's Geld und ich bin
285 zu Privatschulen gegangen und solche Sachen. Also ich durfte auch, ich durfte auch in
286 Blumenwiesen aufwachsen sagen wir mal und ähm diese deswegen habe ich auch diese
287 Härte, sagen wir mal nie so gebraucht, aber wenn ich dann meine anderen Freunde an-
288 schaue, die wirklich unter ganz anderen Verhältnissen aufwachsen, da denk mir schon so
289 ok manche von diesen von diesen härteren Mustern, mir liegen sie nicht, aber ich verstehe
290 schon, warum sie an den Tag gelegt werden müssen. Diese Leute jetzt um für sie selber
291 etwas zu erreichen eines Tages genauso wie wenn man sich Flüchtlinge anschaut, das
292 sind die Jungs auch, also dieses ganz gewalttätige bin ich nicht dafür, aber wenn die da
293 nicht aufgenommen werden von unserem Staat, das ist, das sie zu solchen Sachen grei-
294 fen, ist doch auf der Hand liegend irgendwo und das meine ich halt, weißt du so ist halt
295 die Situationen sind halt nicht gleich und deswegen müssen wir halt nach Mitteln greifen,
296 die manchmal nicht so schön sind aber das bedeutet also ja ich jetzt soll ich verliere mich
297 jetzt ein bisschen in meinen Worten eben dieses toxische maskuline zum Beispiel ist eine
298 totale Übertreibung in eine Richtung und so wird zur Zeit auch in der KSA das wird schon
299 so richtig angenommen als eine normale :Wir wissen das alle schauen, das ist eine nor-
300 male Sache, dass das wird fast gar nicht mehr in Frage gestellt das zum Beispiel auch
301 eine Freundin von mir, die hat Dreadlocks , er hat weißt du so eine komplette Hippie Mäd-
302 chen, die wollte über den Sexismus gegenüber Männer an der Universität schreiben,

303 durfte sie nicht und die Professoren hat gesagt die Professorin, ich weiß nicht mehr welche
304 es war ich, glaube die Frau Weikert, hat gesagt, dann versteht sie Sexismus nicht und Ja,
305 das hat mich auch sehr gewundert.

306 **I: Hä, okay, war die Themenwahl so unpassend, oder?**

307 A: Na also, sie hat gemeint also ja also ihre Themenwahl war Sexismus gegenüber Män-
308 nern an der KSA-Institution Wien und das dürfte sie halt nicht schreiben. Also der erste
309 Professor das war ein Mann, der hat gesagt, dass dieses Thema berühre ich nicht und
310 dann ist sie zu einer Professorin gegangen und die hat gesagt, dann versteht sie Sexismus
311 falsch.

312 **I: Ok, war das eine Bachelorarbeit, oder?**

313 A: Das war eine Bachelorarbeit, also sie hats dann eh über was anderes geschrieben,
314 aber das sagt halt für mich schon irgendwie dieses das auch ein bisschen aus und da
315 merke ich halt diesen dieser Anspruch an, weil das war ja die Frage so wie Maskulinität
316 ähm hab ich dann noch immer, was war genau die Frage, Entschuldigung.

317 **I: Ob du noch heutzutage mit Männlichkeit konfrontiert wirst?**

318 A: Ja, ich werd halt auf diese Art und Weise konfrontiert, also ich seh's nicht so ganz
319 persönlich, weil ich mich nicht so mit diesem maskulinen, stereotypischen Bild außer sel-
320 ber identifiziert, aber ich mach mich mehr zu diesem männlichen Bild, indem es so stark
321 kritisiert wird, wo ich ein Problem damit hab, also das ist so ein bisschen ja.

322 **I: Okay, okay, verstehe. Was glaubst du, was für einen gesellschaftlichen Stellenwert vegane Männer haben also in unserer Gesellschaft?**

324 A: Ja, also zum Glück bei der KSA sind die sehr akzeptiert, also fast schon der, der
325 Mainstream, würde ich sagen oder jedenfalls, dass sie sich darüber Gedanken machen,
326 ähm aber wenn man jetzt zum Beispiel in die WU geht oder so etwas, glaube ich schon,
327 dass das dann eher als oder im Internet wird, das dann halt "Soyboy" genannt oder so und
328 sind dann eher die Softies, also das ist schon eher die diese Bild davon. [3s. Pause] Ja
329 ähm ich weiß es nicht ich äh ich glaube schon, dass es noch einen starken Stereotyp dazu
330 gibt. Ich mir ist es aber auch aufgefallen, dass es halt vor allem diese Schimpfwörter ver-
331 wendet werden, wenn man dann zu sehr diesen veganen Argumentationsstrang an die
332 große Glocke hängt. Was jetzt aber nichts Falsches ist, weil wenn man da wirklich davon
333 überzeugt ist und so, dann sollte man das ja natürlich auch irgendwie aussprechen und
334 dafür stehen, wofür man also, woran man glaubt. Also ich sehe da auch nicht nichts

335 Falsches damit und dass es so schnell bekritisiert wird ist eher ja also in der Hinsicht schon
336 noch bekritisiert, aber jetzt ich glaube, dass sich Veganismus schon ein bisschen norma-
337 lisiert hat in dem Sinne, dass wenn du das einfach so als persönliche Konsumverhalten
338 machst, aber jetzt nicht das groß politisch oder sonst ideologisch an die große Glocke
339 hängst, dass die meisten das doch sehr akzeptieren.

340 **I: Ja, glaubst du, dass die Männer mehr Probleme damit haben, wenn sie sich da**
341 **den Veganismus, dass sie sich erklären, dass sie da vegan sind, als Frauen.**

342 A: Ja, glaube ich schon, ja.

343 **I: Und warum glaubst du ist das so?**

344 A: Also warum ist schwierig zu sagen, aber ja, weil's halt ja vielleicht, weil es in dieses
345 stereotypische Bild von Männern nicht reinpasst und da sind natürlich auch wenn du jetzt
346 wie schon gesagt in die so WU schaust oder so andere bisschen mehr konservativere
347 Richtungen von der von der von Studienrichtungen oder so etwas wo sag mal die meisten
348 Leuten nen Anzug anhaben, ähm dort würde ich schon glauben, dass auch die Definitio-
349 nen von was ein Mann sein sollte, auch viel leichter zu beantworten sind also ich glaub,
350 diese Leute würden das viel leichter beantworten als jetzt ich und da damit in her geht
351 dann auch die Kritik gegenüber diesen den "Sojajungen" oder was auch immer.

352 **I: Okay ja, was ist dieses "Sojajunge" oder was bedeutet das genau?**

353 A: "Soyboy" das sind halt ja das sind ist ein Schimpfwort im Internet für, wenn du ein ve-
354 ganer Junge der dann halt ein Boy, also Junge bezieht sich dann halt auch, dass er nicht
355 noch nicht erwachsener Mann ist oder noch nicht seine Männlichkeit so gefunden hat oder
356 was und noch nicht maskulin ist. Er ist noch vorpupertierend sag ich mal, ich glaube, dass
357 das noch drinsteckt

358 **I: Ah okay.**

359 A: Deshalb durch den Soja Konsum zu viel Estrogen bekommen hast oder ich glaub, das
360 ist so ein bisschen was der der „running joke“ ist, aber gibt's ja mehrere solche Schimpf-
361 wörter zu, ja es ist vom Verhalten her würde ich sagen sind sie so, wenn du das den
362 Internetbegriff "Snowflake" kennst?

363 **I: Nein, was heißt das?**

364 A: Es ist "Snowflake", das sind Leute, die sehr schnell getriggert werden und durch Sa-
365 chen, die nicht politisch korrekt sind oder so etwas und da gehört halt auch Environmen-
366 talism dazu also ist jetzt nicht nur das Sexualitätssachen, sondern auch Environment,

367 würde ich sagen und so und schnell, ja das persönlich nehmen, wenn irgendwie auch noch
368 ein bisschen frech bist solche Sachen und im Internet. Das Internet ist halt sehr frech und
369 wenn man sich dort aufregt, dann kriegt man schnell mal was [haha] was gemeines zurück
370 geschrieben, glaub ich.

371 **I: Das stimmt. Ja**

372 A: [2s. Unv.] und ja.

373 **I: Wir nähern uns eh schon langsam dem Ende des Gespräches, würd dir noch ir-**
374 **gendwas zu dem Thema Vegetarismus oder Veganismus, Männlichkeit einfallen,**
375 **was du unbedingt sagen möchtest.**

376 A: Ah unbedingt [haha]. Ja, ich, ich würde schon sagen, dass da ich hoff das kann sich
377 noch, das kann sich noch ein bisschen ändern. Äh, ich hoff, ich hoffe, dass es aber gleich-
378 zeitig nicht zu einem ideologischen Spiel wird vom wie wir das jetzt auch sehen mit der
379 Politik, was so wie sich das Ganze so sehr trennt, dass man einfach einander nicht mehr
380 zuhört und in der Hinsicht hoff ich, dass die Veganen unter uns, dass die sich irgendwie
381 doch ein bisschen mehr Geduld vornehmen und es nicht immer verpönen für ihr Fleisch-
382 konsum. Eigentlich hoff ich ja von dem von den Fleischfressern unter uns, sagen wir mal,
383 ein bisschen mehr, ähm ja in meinen Augen Zukunftsblick wird sich in Länge nicht mehr
384 so rentieren und wenn jetzt auch noch mehrere Länder dazu kommen, die jetzt auch nicht
385 mehr in der povertyline sind. Also so, wenn China anschaut oder sonstige Länder, wenn
386 die jetzt auch noch mal so viel Fleisch konsumiert, wie wir es machen, dann werden wir
387 extrem große Probleme haben. Also da gibt's ja ganz viele Statistiken von das es mehr
388 Hühner pro Jahr umgebracht werden, als es Menschen jemals gab oder so etwas

389 **I: Voll ja mhm.**

390 A: Frag mich nicht wie sehr man das nachlegen kann, wie viele Menschen es überhaupt
391 jemals gab weil da muss man dann irgendwann auch eine Trennung machen zwischen
392 Affen und Men- keine Ahnung, aber trotzdem sind halt schon irgendwie besorgniserre-
393 gende Zahlen und

394 **I: Ja auf jeden Fall**

395 A: Ich glaube schon, dass es sich über die Länge nicht mehr so halten kann und zu den
396 Leuten, die das wegen ihrer Männlichkeit nicht machen können, würde ich dann doch mal
397 sagen so naja es gibt auch viele männliche, männliche Stereotypen die sagen du sollst
398 Kinder schauen und sonstige Sachen und ein guter Vater sein und eine soziale Rolle

399 spielen für das, die, dass die Zivilisation sich auch morgens erhalten kann, das macht man
400 halt glaub ich nicht, wenn man jeden Tag 4 Portionen Fleisch isst oder was auch immer.

401 **I: Mhm, stimmt.**

402 A: Ja, das muss ich mir selber aber auch sagen, so ist es nicht, ich muss das mir selber
403 auch immer wieder sagen. Also es passiert dann schon schnell wieder, dass ich, dass ich
404 dann auch wieder ins Fleisch öfter Fleischkonsum rutsche, [Ja] ja, aber zum Beispiel ja
405 also auch zum Beispiel zur Frage, ob ich ganz vegan werden will oder werden würde oder
406 vegetarisch, wenn ich krank bin, zum Beispiel dann esse ich ne Hühnersuppe und [mhm
407 okay] weil sind dann halt eigensinnige Gesundheitssachen sind mir dann doch wichtiger.
408 Vielleicht kriege ich das auch durch Pillen nehmen oder ich weiß nicht was aber ja, keine
409 Ahnung. Alles zu sehr ausrechnen, das ist halt auch irgendwie das nimmt man viel meiner
410 Meinung nach auch das Menschliche irgendwo weg und mein Leben bedeutet auch der
411 Tod für andere. Das ist halt leider so. Und das also ja Hühnersuppe, wenn ich krank bin,
412 werde ich werde ich nicht verzichten jedenfalls nicht für lange.

413 **I: Okay, wie denkst du eigentlich persönlich über Männer die Veganer sind? Also**
414 **wie ist dein Gedankengang?**

415 A: Wie ich drüber denke? [Ja] [4s Pause] Ja, das also, wenn ich jetzt nur den Fakt weiß,
416 dass diese Person jetzt ein Veganer ist. Macht mich weder Freuds mich groß, noch macht
417 mich's traurig oder so. Ich habe da jetzt nicht so stark Gefühle dabei. Ich denke mir schon
418 gut, dass er sich damit auseinandersetzt, aber es hat dann doch irgendwie was ich über
419 diese Person denk hat doch viel mehr mim Charakter zu tun von wie er's dann tut und wie
420 er sonst so drauf ist also [mhm okay] [2s unv.] Es ist nicht nebensächlich, weil ich's schon
421 wichtiges Thema irgendwo finde, aber ich kann es halt, ich find's schon richtig, aber letzt-
422 endlich kann ich da auch nicht großes Urteil darüber geben, weil ich's ja selber auch nicht
423 schaff also ähm ja, es ist für mich nicht ein Deal-Breaker oder dass er jetzt oben drüber
424 oder unten durch ist bei mir, aber ja find ich schon gut.

425 **I: Und weil du das sagst wegen der Hühnersuppe, also findest du schon, dass man**
426 **also Männer Fleisch konsumieren müssen für eine gesunde Ernährung?**

427 A: Also ich würde auch eine Frau eine Hühnersuppe machen, wenn sie krank ist und es
428 haben will also [2s. Unv.] ähm das hat weniger für mich mit dem männlichen zu tun.

429 **I: Okay, aber zählt zum Teil einer gesunden Ernährung dazu für dich.**

430 A: Äh, ich denk mir ja schon also das eigentlich ein wichtiger Punkt ich glaub solange man
431 sich nicht wirklich mit Ernährung auseinandersetzt, ist es wahrscheinlich in der ein gesun-
432 des Teil deiner Ernährung. Man kann es sicherlich auch anders die die Nährstoffe auch
433 irgendwie anders bekommen, aber dann muss man halt glaub ich schon konzentriert sich
434 mal lange damit auseinandergesetzt haben mit ok wo krieg ich meine Proteine her, wo
435 krieg ich mein Vitamin D, was auch immer, wo krieg ich diese bestimmten, Kalzium, und
436 dann ist auch noch, wie es verarbeitet wird vom Körper, also zum Beispiel, wenn du rohes
437 Gemüse isst, dann braucht der Körper doch mehr Energie, um diese mehr rauszuholen
438 als wenig gekocht und mit Fleisch ist es dann halt auch so. Ich sehe das halt so Fleisch
439 ist irgendwie so doch ein fast wie eine Vitamin-Bombe oder so was. Kann man auch an-
440 ders bekommen, aber wenn man sich, wenn man nicht weiß wie, dann ist es wahrschein-
441 lich nicht so gesund, um jetzt einfach nur noch Brot zu essen und mit nichts drauf außer
442 oder Karotten essen oder so etwas, da muss man viel vielseitiger essen. Man muss sich
443 vielmehr damit auseinandersetzen von wie ich diese bestimmten Nährstoffe, die beim
444 Fleisch drinnen sind, weil beim Fleisch ist ja nicht nur Protein drin, da ist richtig eh ganz
445 viel von Nährstoffe drinnen, die dann auch noch verarbeitet sind zum gewissen Maßen
446 und leicht für den eigenen Körper verarbeitbar sind, weil sie schon mal durch den Magen
447 aufgenommen wurden und dort ins Fleisch reingesetzt wurden. Ich bin jetzt kein, ich kenne
448 mich nicht so genau aus, deswegen werde ich jetzt auch noch nicht so vegan sein, aber
449 es sind dann halt Sachen, wie wenn jemand 5 Jahre jetzt in den Wald leben würden, dann
450 würd das Veganerverhalten wahrscheinlich nicht das gesündeste sein für diese Person.
451 Ähm vor allem wenn diese Person dann auch nochmal krank wird für 2 Wochen oder so
452 etwas während diesen 5 Jahren im Wald. In der Hinsicht glaube ich das es also ich wohn
453 halt nicht im Wald ich wohne in einer Stadt also ich kann auch jeden Tag in den Supermarkt
454 gehen und ich hab diese Vielfalt an verschiedenen Gemüsesorten, die auch aus teilweise
455 aus Brasilien kommen oder so etwas, also ich könnte Vegan leben, aber ich muss mich
456 halt damit auseinandersetzen also ich glaube schon, dass es gesünder ist Fleisch zu es-
457 sen, wenn man sich nicht damit auseinandergesetzt hat ähm, sobald man sich auseinan-
458 dergesetzt hat, kann man sicherlich irgendwie das äh diese Sachen kompensieren, die
459 man durchs Fleisch bekommt, ja.

460 **I: Okay. Okay, super, ja sonst hät ich ja eh keine Fragen mehr.**

461 A: Ja cool, dazu will ich auch noch sagen so ich bin kein überhauptkein Ernährungswis-
462 senschaften, ich kenn mich überhaupt nicht aus [2s. Unv.] nur am Vermuten.

463 **I: Ja, ja das ist eh klar, also das ist eh. Dann danke vielmals für das Interview und**
464 **deine Zeit. Dann wünsch ich dir noch einen schönen Tag und Dankeschön. Tschüss**
465 **baba.**