

Psychologische Einflussfaktoren auf die Entscheidung für oder gegen eine vegane Ernährung

Motive, Wissen und andere Barrieren

Bachelor Thesis an der Hochschule für Angewandte Psychologie
2018

Autorin: Danila Iseli

Begleitende Person: Prof. Dr. Katrin Fischer

Praxispartnerin: Vegane Gesellschaft Schweiz (VGS)

Abstract

Diese Bachelorarbeit befasst sich mit psychologischen Einflussfaktoren auf die Entscheidung für oder gegen die vegane Ernährung. Es wurden drei Hypothesen untersucht, welche davon ausgehen, dass sich die Ernährungstypen allesessend, flexitarisch, vegetarisch und vegan hinsichtlich (1) Wissen über ernährungsspezifische Auswirkungen auf Gesundheit, Umwelt und Nutztiere, (2) Beurteilung der Schmackhaftigkeit tierischer und pflanzlicher Produkte und (3) Beurteilung des sozialen Umfeldes als Barriere unterscheiden. Auch ernährungsbezogene Motive, Vertrautheit mit dem Thema und weitere Barrieren wurden untersucht. Zu diesem Zweck wurde eine Online-Umfrage mit 960 Teilnehmenden (44% allesessend, 17% flexitarisch, 10% vegetarisch, 25% vegan, 4% Andere), durchgeführt. Für Hypothesen 1 und 2 ergaben sich signifikante Unterschiede zwischen den Ernährungstypen: Die veganen Befragten beantworteten am meisten Wissensfragen korrekt (1); die allesessenden Befragten beurteilten die Schmackhaftigkeit tierischer Produkte am höchsten und die pflanzlicher Produkte am niedrigsten, mit der gegenläufigen Tendenz für die veganen Befragten (2). Das soziale Umfeld (3) erwies sich als weniger starke Barriere.

Anzahl Zeichen des Berichts (inkl. Leerzeichen, ohne Anhang): 124'952

Schlüsselwörter: Ernährung, vegan, pflanzenbasiert, psychologische Einflussfaktoren, Wissen, Barrieren, Motive

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung	1
1.1 Ausgangslage	1
1.2 Ziel der Arbeit.....	3
2 Theoretische Grundlagen	5
2.1 Begriffsdefinition.....	5
2.2 Theoretische Befunde	6
2.2.1 Dissoziation.....	7
2.2.2 Dissonanzreduktion.....	7
2.2.3 Weitere Barrieren	8
2.2.4 Wissen über Zusammenhänge	9
2.2.5 Motive für eine pflanzenbasierte Ernährung	11
2.2.6 Zusammenfassung.....	11
2.3 Fragestellung und Hypothesen	12
2.4 Abgrenzung.....	15
3 Methodisches Vorgehen	16
3.1 Forschungsdesign	16
3.2 Fragebogenentwicklung Online-Umfrage.....	16
3.2.1 Wissensfragen (H1)	17
3.2.2 Beurteilungsfragen (H2 und H3)	18
3.2.3 Weitere Items: Motive, Schwierigkeit, Vertrautheit.....	19
3.2.4 Soziodemografische Fragen	20
3.2.5 Aufbau des Online-Fragebogens: Reihenfolge, Instruktionen	21
3.3 Datenerhebung	22
3.3.1 Vorbereitung und Pretest	22
3.3.2 Durchführung	22
3.3.3 Stichprobe	23
3.4 Datenauswertung	25
4 Ergebnisse	26
4.1 Reliabilitätsanalyse	26
4.2 Deskriptive Analysen und Hypothesentestung.....	27
4.2.1 Soziodemografische Merkmale.....	28
4.2.2 Wissen (H1)	29
4.2.3 Schmackhaftigkeit (H2)	31
4.2.4 Soziales Umfeld als Barriere (H3).....	32

4.3 Weitere Ergebnisse	33
5 Interpretation und Diskussion der Ergebnisse	36
5.1 Haupterkenntnisse	36
5.2 Handlungsempfehlungen	39
5.3 Kritische Würdigung und Grenzen der Arbeit.....	41
5.4 Ausblick.....	41
6 Literaturverzeichnis	43
7 Abbildungsverzeichnis	50
8 Tabellenverzeichnis	50
9 Anhang.....	51
A: Fragebogen (Online-Format)	51
B: Wissensitems inkl. korrekte Antworten und zugehörige Studien	68
C: Items zu den ernährungsbezogenen Motiven	72
D: E-Mail Anschreiben zur Stichprobenrekrutierung.....	73
E: Kreuztabelle Vergleich Ernährungstyp und Ernährungsverhalten	74
F: Reliabilitätsanalyse	75
G: Überprüfung der Voraussetzungen für die Signifikanztests	77
H: Deskriptive Auswertungen	80
I: Signifikanztests	85

1 Einleitung

Die Ernährung: Sie ist ein aktuelles Trendthema, welches die Gemüter bewegt und zugleich ein Sachverhalt, der so alt ist wie die Menschheit selber. Ernährungsstile oder Diäten werden als Ersatzreligion verschrien, zur Lösung persönlicher Probleme eingesetzt oder gar als Weltverbesserungsansatz gepriesen. Was aber beeinflusst uns Menschen heutzutage bei unseren Ernährungsentscheidungen? Oder salopp gefragt, warum essen wir, was wir essen? Eine solch umfassende Frage kann diese Arbeit freilich nicht beantworten, wohl aber kann sie bestimmte Aspekte davon genauer untersuchen. Das Ziel dieser Bachelorarbeit ist die Auseinandersetzung mit psychologischen Faktoren, die Veränderungen des Ernährungsverhaltens beeinflussen. Konkret soll erforscht werden, welche Faktoren dazu führen, dass ein kleiner Prozentsatz der (westlichen) Bevölkerung jegliche tierischen Produkte aus ihrer Ernährung streicht und was gleichzeitig die Mehrheit der Bevölkerung davon abhält, ebendiesen Schritt auch zu machen.

Im Folgenden wird die Ausgangslage dieser Bachelorarbeit beschrieben. Dabei werden historische Veränderungen im Ernährungsverhalten und deren Auswirkungen beleuchtet um die Relevanz des Themas aufzuzeigen. Anschliessend wird das Ziel, inklusive der übergeordneten Fragestellung der Bachelorarbeit, präzisiert. Zum Schluss folgt eine Erläuterung und Begründung des gewählten Vorgehens sowie der Gliederung der Arbeit.

1.1 Ausgangslage

Unsere Ernährung hat sich über die letzten hundert Jahre stark verändert. Insgesamt hat der Anteil an Ballaststoffen, Vollkornprodukten, Obst und Gemüse abgenommen, der Anteil an Lebensmitteln tierischen Ursprungs sowie stark verarbeiteter Produkte hat zugenommen (BFS, 2010; Popkin, 2006). Weltweit hat sich der Fleischkonsum seit 1960 fast verdoppelt, ebenso der Konsum von Milch und Eiern (Oppenlander, 2011; Sans & Combris, 2015). In der Schweiz hat sich gemäss Statistiken von Proviande mit Stand 2017 der Fleischkonsum (inklusive Fisch) seit 1949 im Vergleich zu heute fast verdoppelt, ist aber seit den 1980er Jahren tendenziell wieder rückläufig. Diese Entwicklungen – insbesondere hinsichtlich der Produktion und des Konsums von Nahrungsmitteln tierischen Ursprungs – werden vermehrt kritisch diskutiert, da sie auf verschiedenen Ebenen Probleme mit sich bringen. Sowohl aus gesundheitlicher, wie auch aus ökologischer Sicht, gibt es einen immer grösseren wissenschaftlichen Konsens über die negativen Konsequenzen des Ernährungsverhaltens unserer Gesellschaft (Graça, Oliveira & Calheiros, 2015).

Eine Vielzahl von Studien zeigt, dass der Konsum von Fleisch, Eiern und Milchprodukten das Risiko für Krebserkrankungen, Diabetes, Fettleibigkeit und Herz-Kreislaufkrankungen ernsthaft erhöht (z.B. Larsson, Bergkvist & Wolk, 2004; Richman, Kenfield, Stampfer,

Giovannucci & Chan, 2011; World Cancer Research Fund, 2007). So fanden Studien, dass der tägliche Konsum von einem Ei das Diabetes-Risiko sowohl bei Frauen als auch bei Männern erhöht (Djoussé, Gaziano, Buring & Lee, 2009; Radzevičienė & Ostrauskas, 2012). Weitere Studien zeigen, dass das Konsumieren von Milch und Milchprodukten das Risiko an Prostatakrebs zu erkranken erhöht (Y. Song et al., 2013; Tseng, Breslow, Graubard & Ziegler, 2005). Der Fleischkonsum wird unter anderem mit Herzerkrankungen und Diabetes in Verbindung gebracht (Micha, Michas & Mozaffarian, 2012; Pan et al., 2011). Im Gegensatz dazu kann der tägliche Konsum von Gemüse und Früchten, sowie das Ersetzen tierischer Proteine durch pflanzliche, beispielsweise vor Krebs- und Herzerkrankungen schützen (Fraser, 1999; Le & Sabaté, 2014; M. Song et al., 2016; World Cancer Research Fund, 2007).

Die ökologischen Auswirkungen sind nicht minder bedrückend. Wissenschaftliche Untersuchungen gehen davon aus, dass die Nahrungsproduktion mittels Nutztieren für Fleisch, Milch, etc. bis zu 50 Prozent aller Treibhausgasemissionen weltweit verursacht (Goodland & Anhang, 2009; Oppenlander, 2013). Je nach Berechnung wird davon ausgegangen, dass 30 bis 45 Prozent der gesamten Landmasse und 70 Prozent der landwirtschaftlichen Nutzfläche auf der Erde für die Aufzucht und Fütterung von Vieh genutzt wird (Steinfeld, et al., 2006; Oppenlander, 2013). Auf einem entsprechend viel kleineren Anteil Landfläche wird also Nahrung für den direkten Konsum für den Menschen angebaut. Verglichen mit der Produktion pflanzlicher Lebensmittel für den direkten Konsum durch Menschen, trägt auch der viel grössere Wasserverbrauch für die Produktion tierischer Lebensmittel dazu bei, dass es viel weniger effizient ist, Nährstoffe via tierische Produkte zu produzieren und zu konsumieren (Mekonnen & Hoekstra, 2012). Gemäss Berechnungen wird 100 Mal mehr Wasser für die Produktion von 1 kg tierischem Protein als für 1 kg Getreideprotein benötigt (Pimentel & Pimentel, 2003). Die Amazonaswälder spielen eine wichtige Rolle bei der Speicherung von Kohlenstoff; die stetig voranschreitende Abholzung führt aber zu massiven Treibhausgasemissionen und weiteren Schäden. 70 bis 80 Prozent der Regenwaldabholzung im Amazonasgebiet wird auf die Schaffung von Land für die Viehhaltung (inklusive Futteranbau für die Fütterung) zurück geführt (Steinfeld et al., 2006; Greenpeace, 2009). Massive Wasserverschmutzung, Verlust von Biodiversität und Zerstörung von fruchtbaren Böden sind nur einige weitere Probleme in Zusammenhang mit der Nutztierhaltung (Steinfeld et al., 2006).

Nebst den gesundheitlichen und ökologischen Auswirkungen hat unser Ernährungsverhalten auch Auswirkungen auf die Nutztiere. Die Missachtung von Tierrechten und das damit einhergehende Tierleid ist somit auch einer der Hauptgründe, weshalb Menschen auf Fleisch verzichten (Janssen, Busch, Rödiger & Hamm, 2016; Ruby, 2012). Das Ausmass und die Konsequenzen zeigen sich beispielhaft in den folgenden Zahlen: In der Schweiz wurden 2015 über 69 Millionen Tiere für den Konsum geschlachtet, das entspricht fast 200'000 Tie-

ren pro Tag (Proviande, 2015). In der Eierwirtschaft werden jährlich 2.3 Millionen männliche Küken in der Schweiz und 400 Millionen in Europa, direkt nach dem Schlüpfen getötet, da diese keinen wirtschaftlichen Nutzen bieten (Hirt, 2004). Die Lebensbedingungen von Nutztieren sind ein kontroverses Thema und könnten eine komplette separate Bachelorarbeit füllen, weshalb hier nicht weiter darauf eingegangen werden kann.

Angesichts der soeben geschilderten gesundheitlichen, ökologischen und tierrechtlichen Schwierigkeiten, die durch die Produktion und den Konsum tierischer Nahrungsmittel entstehen, stellt sich die Frage, warum nicht verstärkt auf eine Ernährung gesetzt wird, die auf tierische Produkte verzichtet. Die weltweite Nachfrage nach diesen Produkten wird gemäss Voraussagen der Food and Agriculture Organization der Vereinten Nationen (FAO) weiter ansteigen. Durch das bis 2050 prognostizierte Bevölkerungswachstum auf über neun Milliarden Menschen wird erwartet, dass in naher Zukunft fast doppelt soviel tierische Proteine konsumiert werden als noch 2006 (FAO, 2011; Steinfeld et al., 2006). Konsumentenentscheidungen können also einen massgeblichen Einfluss auf ökologische wie auch gesundheitliche Folgen haben (Gerbens-Leenes, Nonhebel & Ivens, 2002; Oppenlander, 2013; Siegrist, Visschers & Hartmann, 2015).

Vieles deutet darauf hin, dass die Umstellung auf eine pflanzenbasierte Ernährung eine sinnvolle Lösungsmöglichkeit darstellen würde um diese Probleme anzugehen. Wie aber aktuelle Zahlen zeigen, ernähren sich nur sehr wenige Personen pflanzenbasiert. Global gesehen variieren diese Zahlen. In der Schweiz wird davon ausgegangen, dass sich etwa 11 Prozent vegetarisch und 3 Prozent vegan ernähren (Swissveg, 2017). Dabei handelt es sich um Eigendeklarationen, weshalb unter Berücksichtigung nur derjenigen Fälle, welche keine Ausnahmen machen, diese Zahlen auf 6.8 respektive 1.5 Prozent sinken. In diesem sehr komplexen Spannungsfeld von Ernährungsentscheidungen und -verhalten will diese Bachelorarbeit der Frage nachgehen, welche Faktoren ausschlaggebend sind für eine Ernährungsumstellung in Richtung einer pflanzenbasierten Ernährungsform beziehungsweise weshalb die Mehrheit der Bevölkerung diesen Schritt – trotz starker Evidenz – nicht macht.

1.2 Ziel der Arbeit

Die Praxispartnerin für diese Bachelorarbeit ist die Vegane Gesellschaft Schweiz (VGS), eine Non-Profit-Organisation mit dem Ziel, den veganen Lebensstil zu fördern. Das Anbieten von Informationen an die Schweizer Bevölkerung stellt den Schwerpunkt der Arbeit der VGS – welche über 700 Mitglieder zählt – dar. Das Ziel der Zusammenarbeit mit der VGS ist ein Wissensgewinn darüber, was Menschen in der Schweiz zu einer Ernährungsumstellung bewegt oder aber was sie davon abhält. Dieses Wissen soll der VGS eine Grundlage für die zukünftige Gestaltung ihrer Informationen und Kampagnen bieten. Da die VGS für das Jahr

2018 ihre Zielgruppe auf junge, urbane und gut ausgebildete Personen spezifiziert hat, wird bei der Untersuchung ein besonderes Augenmerk auf diese Zielgruppe gelegt. In Absprache mit der VGS wurde folgende übergeordnete Fragestellung definiert:

Welche psychologischen Faktoren beeinflussen Veränderungen des Ernährungsverhaltens hin zu einer veganen Ernährung und was verhindert eine Umstellung, speziell bei jungen, urbanen, gut ausgebildeten Menschen?

Pflanzenbasierte Ernährungsformen sind Gegenstand unterschiedlicher wissenschaftlicher Forschungsansätze, wobei auch Motive und Barrieren bereits untersucht wurden. In der Literatur werden oft drei Hauptmotive für eine pflanzenbasierte Ernährung genannt: Ethische Bedenken bezüglich Haltung und Tötung von Nutztieren, gesundheitliche Bedenken sowie Bedenken betreffend ökologischen Auswirkungen. Weitere oft genannte Gründe sind religiöse Überzeugungen oder Ekel vor Fleisch (Ruby, 2012). Das bedeutet aber nicht, dass Personen die sich nicht pflanzenbasiert ernähren, nicht auch solche Bedenken teilen. Offensichtlich bestehen nebst diesen Motiven auch verbreitet Hürden, eine solche Ernährung anzunehmen. Dazu gehören unter anderem der Genuss von Fleisch, Bedenken bezüglich Einfachheit und Komfort, der Widerwille sein Ernährungsverhalten zu ändern sowie Bedenken, dass eine pflanzliche Ernährung nicht gesund sei (Corrin & Papadopoulos, 2017).

Das Vorgehen dieser Arbeit ist folgendermassen geplant: Zu Beginn ist eine begriffliche Abgrenzung wichtig. Sowohl im Alltagsgebrauch als auch in der Wissenschaft werden Begriffe bezüglich pflanzenbasierter Ernährungsstile oft uneinheitlich gehandhabt (Ruby, 2012). Um sich der Fragestellung zu nähern werden anschliessend in einem ersten Schritt aktuelle wissenschaftliche Befunde zum Thema Motive und Barrieren bezüglich (pflanzenbasierter) Ernährung gesichtet. Dafür werden mehrere Themenbereiche festgelegt, in welchen starke Barrieren erwartet werden. Für die empirische Untersuchung werden daraus Hypothesen abgeleitet, die mittels quantitativem Ansatz untersucht werden. Das methodische Vorgehen der quantitativen Untersuchung wird in Kapitel 3 geschildert. In Kapitel 4 werden die Ergebnisse präsentiert, gefolgt von der Interpretation und Diskussion in Kapitel 5.

2 Theoretische Grundlagen

Die fleischlose Ernährung ist nicht ein Phänomen das der heutigen Esskultur entsprungen ist, sondern wurde bereits zu Zeiten der griechischen Philosophen Plato und Pythagoras thematisiert und gelebt (Spencer, 1995). Das wissenschaftliche Interesse an diesem Thema ist aber in den letzten Jahrzenten markant gestiegen, was zu einer Vielzahl von Studien führte (Ruby, 2012). Dieses Kapitel bietet in einem ersten Schritt eine Begriffsdefinition der verschiedenen Ernährungstypen. Anschliessend folgt ein Überblick über verschiedene theoretische Befunde zu Faktoren, die das Ernährungsverhalten – insbesondere bezüglich Fleischkonsum oder Nicht-Fleischkonsum – beeinflussen. Motive, moralische Aspekte, Wissen und Barrieren werden dabei thematisiert. Anhand dieser theoretischen Ansätze werden in einem weiteren Schritt konkrete Hypothesen aus der übergeordneten Fragestellung abgeleitet. Abschliessend erfolgt eine kurze Abgrenzung der Arbeit.

2.1 Begriffsdefinition

Die Definition von Vegetarismus ist, sowohl in der wissenschaftlichen Literatur als auch im alltäglichen Gebrauch, nicht immer einheitlich. Unter diesem Begriff werden oft viele verschiedene Ernährungsstile zusammengefasst; von vegetarisch über pflanzenbasiert, flexitarisch, pescetarisch, bis hin zu vegan (Corrin & Papadopoulos, 2017). Vegetarisch bedeutet gemeinhin meist, dass kein Fleisch, Geflügel und Fisch konsumiert wird. Pescetarierinnen und Pescetarier ernähren sich vegetarisch, konsumieren aber Fisch. Einen Schritt weiter geht der Veganismus, welcher auf den Konsum jeglicher tierischer Nahrungsmittel verzichtet und auch über die Ernährung hinaus die Verwendung von Materialien tierischen Ursprungs (wie z.B. Leder) ablehnt (Vegan Society, 2014). Der Begriff *flexitarisch* ist eine Mischung aus den Worten *flexibel* und *vegetarisch* und bezeichnet Personen, die sich mehrheitlich vegetarisch ernähren und nur ab und zu Fleisch konsumieren (de Boer, Schösler & Aiking, 2017). Auch hierbei handelt es sich um einen wenig trennscharfen Begriff, da dieser auch verwendet wird, wenn lediglich nicht täglich Fleisch konsumiert wird. Als analytische Kategorie stellen sich dadurch natürlich gewisse Schwierigkeiten (de Boer et al., 2017). Da es aber auch wertvoll scheint, Hintergründe für einen geminderten Fleischkonsum zu erfassen, wird flexitarisch in dieser Arbeit dennoch als separater Ernährungstyp gewertet.

Pflanzenbasierte Ernährung ist ein weiterer nicht trennscharfer Begriff. In seiner einfachsten Bedeutung kann das heissen, dass pflanzliche Produkte in der Ernährung vorkommen, was aber schlussendlich fast jede Ernährungsform miteinschliesst. Oft wird der Ausdruck synonym mit flexitarisch oder semi-vegetarisch verwendet und bedeutet, dass der Konsum von Fleisch, Eiern und Milchprodukten reduziert wird (Lea, Crawford & Worsley, 2006). Pflanzenbasiert kann aber auch anstelle von vegetarisch oder sogar vegan gebraucht werden. In

dieser Arbeit – und insbesondere für die empirische Erhebung – wird der Begriff pflanzenbasiert aus diesem Grund nicht als eigenständiger Ernährungstyp gewertet.

Für die vorliegende Arbeit wird mit folgenden begrifflichen Definitionen gearbeitet:

- Vegan = Konsum keinerlei tierischer Produkte
- Vegetarisch = Verzicht auf Fleisch aber nicht per se auf Eier und Milchprodukte. Pescetarier/innen werden zu der vegetarischen Gruppe gezählt
- Pflanzenbasiert = Vegetarisch und vegan
- Flexitarisch = Mehrheitlich vegetarische Ernährung, nur gelegentlicher Fleischkonsum
- Alles-/Fleischiessend = Regelmässiger Konsum tierischer Produkte, inklusive Fleisch, Fisch, Eier und Milchprodukte

Verschiedene Studien zeigen, dass auch im Alltagsgebrauch erhebliche Inkonsistenzen bestehen. So kommt es immer wieder vor, dass sich Studienteilnehmende als vegetarisch selbstidentifizieren, gleichzeitig aber angeben, gewisse Mengen an Fleisch zu konsumieren (für eine Übersicht siehe Ruby, 2012).

2.2 Theoretische Befunde

Die Frage, warum wir was, wann, wie, wo und mit wem essen, oder anders gesagt, welche Faktoren das Essverhalten und unsere ernährungsbezogenen Entscheidungen beeinflussen, wird von den unterschiedlichsten Disziplinen – von der Psychologie über die Biologie bis zur Marktforschung usw. – bearbeitet. Kulturelle Einflüsse, Normen, Motivation, Kognition, Produktionssysteme, Marketing und Verkauf sind nur einige der Faktoren, welche alle eine grosse Auswirkung darauf haben können, was Menschen essen (Köster, 2009). Auf individueller Ebene haben ausserdem Geschmack, sensorische Reize und auch Gewohnheit einen grossen Einfluss (Steptoe, Pollard & Wardle, 1995). Die Prozesse hinter unserem Essverhalten und unseren ernährungsbezogenen Entscheidungen sind komplex, dynamisch und situationsbedingt. Sie beinhalten sowohl unbewusste als auch bewusste Anteile (Furst, Connors, Bisogni, Sobal & Winter Falk, 1996; Köster, 2009). Unser Verhalten basiert oft nicht auf rationalen sondern eher intuitiven Überlegungen (Köster, 2009). Viele Entscheidungen werden relativ automatisiert getroffen und verlangen kaum kognitiven Aufwand (Jungermann, Pfister & Fischer, 2005). So entwickelt sich bezüglich der Ernährung ein durch vielfältige Faktoren beeinflusstes Normverhalten, welches in den meisten Fällen nicht reflektiert werden muss.

Das vorliegende Kapitel befasst sich in einem ersten Schritt mit einem prägenden Faktor des Normverhaltens, der den Konsum tierischer Produkte normalisiert. Anschliessend wer-

den verschiedene Faktoren beschrieben, welche trotz Hinterfragung und Problematisierung des Normverhaltens dazu beitragen, dass das Verhalten nicht geändert wird. Dem gegenüber wird aber auch auf Gründe eingegangen, weshalb gewisse Personen ihr normgeprägtes Ernährungsverhalten ändern und den Weg einer pflanzenbasierten Ernährung einschlagen.

2.2.1 Dissoziation

Gemäss de Boer et al. (2017) ist der regelmässige Fleischkonsum ein gebräuchliches Essverhalten in unserer Gesellschaft das meist keiner Reflexion bedarf. Einige Autoren gehen davon aus, dass das Normverhalten „Fleischkonsum“ durch Prozesse der Dissoziation beeinflusst ist. Kunst und Hohle (2016) sprechen hierbei von kulturell verwurzelten Prozessen der Dissoziation, welche soziale Strukturen prägen. Dissoziation ermöglicht es, die Fleisch-Tier Verbindung fast gänzlich zu ignorieren, wodurch Empathie und Ekel verringert werden. Dissoziation kann dabei durch Institutionalisierung und Ritualisierung entstehen. Institutionalisierung meint gemäss Bastian und Loughnan (2017) beispielsweise, dass die Fleischproduktion durch geografisch nicht zentral gelegene Schlachthäuser vor dem Konsumenten verdeckt wird. Marketing, das heisst die Art und Weise der Präsentation von Fleisch, ist ein weiterer Aspekt. Damit einher geht auch der oft relativ hohe Verarbeitungsgrad von Fleischprodukten (z.B. Hackfleisch), welcher die Trennung von deren tierischem Ursprung vereinfacht (Kunst & Hohle, 2016). Auch die Sprache ist ein Mittel der Dissoziation. So spricht man zum Beispiel in der Schweiz von Pouletfleisch und nicht von Hühnerfleisch. Im Englischen spricht man davon, *beef* oder *pork* zu essen und nicht *cow*, oder *pig* (Bastian & Loughnan, 2017; Kunst & Hohle, 2016). Mit Ritualisierung sprechen Bastian und Loughnan (2017) die Tatsache an, dass Fleischessen stark ritualisiert ist – man denke zum Beispiel an den Truthahn zu Thanksgiving in Nordamerika, das Fondue Chinoise zu Weihnachten in der Schweiz, etc. Das führt dazu, dass der Fleischkonsum kaum hinterfragt wird und als zentral für die jeweilige Tradition angesehen wird. So wird die persönliche Identität – indem das Verhalten in die Normen und Ideale einer Gruppe eingebettet wird – geschützt (Bastian & Loughnan, 2017).

2.2.2 Dissonanzreduktion

Wenn aber Verhalten und Entscheidungen trotz Dissoziationsmechanismen in Frage gestellt werden, kann davon ausgegangen werden, dass Verhalten und Entscheidungen reflektiert werden müssen und nicht mehr automatisiert, sondern mit mehr kognitivem Aufwand verbunden sind (Jungermann, Pfister & Fischer, 2005). Dies kann durch die Konfrontation mit moralischen Bedenken ausgelöst werden. Bezüglich tierethischer Bedenken bieten Bastian und Loughnan (2017) ein Erklärungsmodell – das sogenannte Fleisch-Paradox – welches den psychologischen Konflikt beschreibt, der aus der gleichzeitigen Vorliebe für Fleisch und

Ablehnung von Tierleid entsteht. Hier kommt kognitive Dissonanz ins Spiel. Kognitive Dissonanz bezüglich Fleischkonsum kann, gemäss Bastian und Loughnan (2017), auf unterschiedlichen Wegen entstehen; einerseits durch die Gefährdung des eigenen positiven Selbstbildes aufgrund der Erkenntnis, dass das Konsumieren von Fleisch Tieren Leid zufügt; andererseits durch die Einsicht, dass man persönlich Verantwortung trägt für das Konsumieren von Fleisch.

Da kognitive Dissonanz ein unangenehmer Zustand ist, wird diese von den Betroffenen zu reduzieren versucht (Aronson, Wilson & Akert, 2014). Dissonanz kann durch eine Verhaltensänderung aufgelöst werden, in diesem Fall also durch den Verzicht auf Fleisch oder allgemein tierische Produkte. Andererseits gibt es gemäss Bastian und Loughnan (2017) verschiedene weitere Mechanismen, die in Zusammenhang mit Fleischkonsum zur Dissonanzreduktion zum Einsatz kommen können. So kann die entstandene Dissonanz dadurch reduziert werden, dass dem betreffenden Tier die Fähigkeit zum Leiden abgesprochen wird. Dies geschieht meist indem Nutztiere als sogenannte *food animals* kategorisiert werden, ganz im Unterschied zu Haustieren. Andererseits wird das Verhalten, also der Fleischkonsum, als gegeben und nicht als frei gewählt interpretiert; so wird es als *natürlich*, *normal* und *nötig* gerechtfertigt. *Natürlich* bedeutet, es liege in der Natur des Menschen Fleisch zu essen. *Normal* heisst, dass die grosse Mehrheit der Bevölkerung Fleisch konsumiere und es deshalb üblich sei. *Nötig* meint, dass das Konsumieren von Fleisch nötig für unsere Gesundheit und entsprechend für unser Überleben sei. Auf diesem Weg wird die persönliche Verantwortung für das Verhalten stark reduziert wahrgenommen (Bastian & Loughnan, 2017).

Es ist aber davon auszugehen, dass Menschen nicht jedes Mal, wenn sie das moralisch belastende Verhalten ausüben, auch den Prozess der Dissonanzreduktion durchlaufen. Bastian und Loughnan (2017) argumentieren, dass sich durch das wiederholte Reduzieren von Dissonanz Gewohnheiten formen, welche dazu führen, dass die Wahrnehmung des moralisch belastenden Verhaltens reduziert wird und somit gegen weitere Dissonanz schützt.

2.2.3 Weitere Barrieren

Untersuchungen, welche direkt nach den Barrieren für die Umsetzung einer pflanzenbasierten Ernährung fragen, versuchen weitere Einflussfaktoren aufzudecken (welche aber möglicherweise mit Dissonanzreduktions-Prozessen in Wechselwirkung stehen). Drei Studien aus Australien von Lea und Worsley (2001), Lea und Worsley (2003) und Lea, Crawford & Worsley (2006) haben sich diesem Thema genähert. Die Studie von 2001 hatte den Fokus auf Faktoren, welche sich auf den Fleischkonsum auswirken. Die Untersuchung ergab, dass die vegetarische Ernährung tendenziell als ungesund und Fleisch als notwendig und ge-

sundheitlich vorteilhaft wahrgenommen wurde, was einen wichtigen Einfluss auf den Fleischkonsum der Teilnehmenden hatte. Weitere wichtige Einflussfaktoren auf den Fleischkonsum waren fehlendes Wissen über die vegetarische Ernährung und die wahrgenommene Schwierigkeit einer solchen Ernährungsweise. Das soziale Umfeld, speziell die Anzahl vegetarischer Freunde, wirkte sich ebenfalls auf den Fleischkonsum aus.

Die Studien von Lea und Worsley (2003) und von Lea et al. von 2006 untersuchten die wahrgenommenen Vorteile und Barrieren einer pflanzenbasierten Ernährung. Bedenken bezüglich der Gesundheit und auch der Schmackhaftigkeit einer pflanzenbasierten Ernährung konnten auch in diesen Studien festgestellt werden. Jedoch zeigten sich auch andere Faktoren, wie fehlendes Ernährungswissen, die eigene Unlust oder die der Familie die Ernährung umzustellen und fehlende pflanzenbasierte Optionen beim Auswärtsessen, als wichtige Barrieren. Ausserdem stellte die Studie von Lea et al. von 2006 fest, dass die ökologischen Auswirkungen oft unbekannt sind. Rund die Hälfte der Befragten war unsicher, ob eine pflanzenbasierte Ernährung ökologische Vorteile bieten würde.

Hunter und Röö (2016) untersuchten die Absichten von schwedischen Konsumenten, den Fleischkonsum zu ändern oder zu reduzieren. Hierbei ergaben sich ähnliche Resultate wie in den drei australischen Studien. Die wichtigsten Barrieren der Studienteilnehmenden bezogen sich auf die positive Beurteilung der Schmackhaftigkeit von Fleisch gegenüber einer eher negativen Beurteilung pflanzenbasierter Mahlzeiten, das soziale Umfeld – insbesondere die Nachfrage von Familienmitgliedern nach Fleisch – die Nichtvertrautheit mit der vegetarischen Ernährung, Bedenken bezüglich Gesundheit und Gewohnheit.

2.2.4 Wissen über Zusammenhänge

Eine weitere mögliche Barriere stellt ein konkreter Wissensmangel über die Zusammenhänge zwischen eigenen Ernährungsentscheidungen und deren Auswirkungen dar. Eine Reihe von Studien setzt sich mit der Frage auseinander, ob und wie sehr Konsumenten ihr Ernährungsverhalten in einem Zusammenhang mit ökologischen Auswirkungen sehen. So führten Macdiarmid, Douglas und Campbell (2016) in Schottland eine Untersuchung durch, um das öffentliche Bewusstsein hinsichtlich Umwelteinflüsse der Ernährung zu erheben. Sie konnten bei den Teilnehmenden ein mangelndes Bewusstsein feststellen was die Verbindung zwischen Fleischkonsum und Klimaauswirkungen angeht. Sogar wenn den Teilnehmenden Informationen zu diesem Thema vorgelegt wurden, fanden die Autoren Widerstände gegenüber der Idee, den eigenen Fleischkonsum zu reduzieren. Es wurde zudem festgestellt, dass die Überzeugung vorherrscht, dass der persönliche Fleischkonsum im globalen Kontext der Klimaveränderungen nur einen minimalen Einfluss habe.

Zu ähnlichen Ergebnissen kamen verschiedene Studien aus der Schweiz. Es wurde untersucht, wie Konsumenten die Klimaauswirkungen von verschiedenen Produkten einschätzen.

Dabei wurden der Herkunftsort, der Transport, die Produktionsart, die Saisonalität und die Verpackung von Produkten variiert. Shi, Visschers, Bumann, und Siegrist (2016) stellten fest, dass beispielsweise die Auswirkung der Distanz der Herkunft des Produktes überschätzt wurde. Die Studien von Lazzarini, Visschers und Siegrist (2017) und von Lazzarini, Zimmermann, Visschers und Siegrist (2016) kamen beide zum Schluss, dass die Umweltauswirkungen von Produktverpackungen und Transport der Nahrungsmittel überschätzt wurden. Die Studie von Tobler, Visschers und Siegrist (2011) fand, dass Konsumenten den grössten ökologischen Nutzen im Vermeiden von übermässiger Verpackung sehen, wobei dies in Wirklichkeit nur eine kleine Rolle spielt.

Alle vier soeben erwähnten Studien aus der Schweiz kamen bezüglich Einschätzung der ökologischen Auswirkungen des Fleischkonsums zum gleichen Resultat: Die negativen Auswirkungen von Fleisch werden im Vergleich zu anderen Faktoren stark unterschätzt. Zwar zeigte sich in den etwas aktuelleren Studien von Lazzarini et al. (2016, 2017), dass den Konsumenten der Umwelteinfluss von Fleisch – im Vergleich zu anderen Lebensmitteln – bewusst sei, dass das Ausmass der Umweltauswirkungen aber unterschätzt werde. Die verschiedenen Studien gehen davon aus, dass möglicherweise Dissonanzreduktion eine Rolle spiele (Tobler et al., 2011), aber vor allem beschränktes oder fehlendes Wissen über das Thema ausschlaggebend sei (Lazzarini et al., 2016, 2017; Macdiarmid et al., 2016; Shi et al., 2016; Tobler et al., 2011).

Eine Studie, welche sich nicht mit ökologischem Wissen, sondern mit Wissen zu Gesundheit und Nahrung auseinandersetzt, konnte ebenfalls zeigen, dass Wissen einen entscheidenden Einfluss auf das Ernährungsverhalten hat. Pribis, Pencak, und Grajales (2010) untersuchten in den USA, von welchen Faktoren Einstellungen und Meinungen über die vegetarische Ernährung über verschiedene Generationen hinweg abhängen. Sie konnten feststellen, dass das Vorhandensein von Ernährungswissen zu einer positiven Haltung gegenüber dem vegetarischen Lebensstil führt und, dass umgekehrt der vegetarische Lebensstil möglicherweise zu mehr Ernährungswissen führt. Dabei wurde differenziert zwischen tatsächlichem Faktenwissen und traditionellen Meinungen. Eine positive Haltung gegenüber der vegetarischen Ernährung basierte in der Studie auf Faktenwissen und nicht auf unüberprüften Meinungen und Überzeugungen.

Wer mehr weiss handelt entsprechend diesem Wissen, würde man denken. Das würde die Annahme zulassen, dass Personen, welche mehr über die Zusammenhänge zwischen ihrem Ernährungsverhalten und dessen Auswirkungen wissen, ihr Verhalten diesem Wissen anpassen. Gemäss Schultz (2002) ist es tatsächlich so, dass Wissen und Verhalten bezüglich einer Thematik stark korrelieren. Untersuchungen haben jedoch gezeigt, dass dieser Zusammenhang nicht zwingend kausal ist, das heisst, dass mehr Wissen nicht zwingend zu

Verhaltensveränderungen führt (Schultz, 2002). Der Grund dafür, so Schultz (2002), mag darin liegen, dass Wissen nicht unbedingt ein Motiv für ein Verhalten liefert. Nichtsdestotrotz stelle aber ein Wissensmangel durchaus eine Barriere für Verhaltensveränderungen dar.

2.2.5 Motive für eine pflanzenbasierte Ernährung

Die bisherigen Ausführungen zeigten, dass es viele Konsumenten gibt, welche zwar sehr wohl Bedenken bezüglich Gesundheit, Umwelt und Tierwohl zum Ausdruck bringen, deren Verhalten aber oft nicht in Einklang mit diesen Bedenken ist (Graça et al., 2015). Was aber ist mit denjenigen Personen, welche ihre Dissonanz reduzieren, in dem sie ihr Verhalten tatsächlich ändern? Welche Gründe bewegen bestimmte Menschen dazu, spezifisch auf (gewisse) tierische Produkte in ihrer Ernährung zu verzichten? Studien zu Motiven für pflanzenbasierte Ernährungsformen finden, dass Faktoren wie Gesundheit und ethische Bedenken eine treibende Kraft sind (Ruby, 2012). Wie in Kapitel 1.2 bereits kurz angemerkt, sind die am häufigsten genannten Motive ethische Bedenken bezüglich der Nutztierhaltung, Umweltbedenken und Besorgnis um die eigene Gesundheit. Dies bestätigt auch eine aktuelle Studie nur mit veganen Teilnehmenden, welche auch feststellen konnte, dass meist nicht nur ein Motiv sondern eine Kombination aus mehreren Motiven ausschlaggebend ist (Janssen et al., 2016). Neben diesen drei Hauptmotiven werden auch religiöse Überzeugungen und Ekel vor Fleisch genannt (Ruby, 2012). Eine spannende Unterscheidung nehmen aber Rosenfeld und Burrow (2017) vor. Sie unterscheiden die Gründe für eine pflanzenbasierte Ernährung in Motive, Abneigungen/Aversionen und Einschränkungen. Das bedeutet, dass Gründe wie zum Beispiel Ekel und Geschmacksvorlieben nicht zu den Motiven, sondern als Aversionen klassifiziert werden. Beschränkte Wahlmöglichkeiten im Sinne von kontextuellen und Umwelt-Barrieren werden als Einschränkungen und ebenfalls nicht als Motive gewertet. Dazu gehören zum Beispiel Situationen, in denen keine tierischen Produkte erworben werden können und wo Freunde oder Familienmitglieder vorgeben, was gegessen wird. Diese Abgrenzung von Motiven erfolgt mit der Begründung, dass Motive – im Unterschied zu Einschränkungen und Aversionen – einen wichtigen identitätsstiftenden Beitrag leisten und bezüglich Ernährungsentscheidungen Sinnhaftigkeit fördern (Rosenfeld & Burrow, 2017).

2.2.6 Zusammenfassung

Abbildung 1 zeigt zusammenfassend die besprochenen Einflussfaktoren, welche zu einer Ablehnung oder zu einer Verhaltensveränderung hin zu einer pflanzenbasierten Ernährung beitragen können.



Abbildung 1: Überblick Einflussfaktoren (eigene Darstellung)

Dissoziation prägt das – durch den Konsum tierischer Produkte gekennzeichnete – Essverhalten, was dazu beiträgt, dass dieses nicht hinterfragt werden muss. Moralische Bedenken oder ein Wissensgewinn können eine Konfrontation mit der Problematik dieses Verhaltens anstossen und zu kognitiver Dissonanz führen. Dadurch können Prozesse zur Dissonanzreduktion ausgelöst werden, welche es ermöglichen, das aktuelle Verhalten aufrecht zu erhalten. Weitere Barrieren wie beispielsweise das soziale Umfeld, die Schmachhaftigkeit, die wahrgenommene Schwierigkeit einer Ernährungsumstellung sowie ein Wissensmangel tragen ebenfalls dazu bei, dass das Normverhalten aufrechterhalten werden kann. Es besteht aber auch die Möglichkeit, dass das Verhalten geändert wird, wobei es sich um einen bewussten, meist motivierten Entscheidung handelt.

2.3 Fragestellung und Hypothesen

Wie in Kapitel 2.2 aufgezeigt, gibt es eine grosse Bandbreite an Faktoren, welche einen Einfluss darauf haben können, ob sich jemand für eine pflanzenbasierte Ernährung entscheidet oder eine solche eher ablehnt. Um die übergeordnete Fragestellung dieser Bachelorarbeit beantworten zu können, wurden mehrere Hypothesen formuliert, basierend auf dem soeben beschriebenen wissenschaftlichen Wissenstand. Rufen wir uns aber zuerst noch einmal die übergeordnete Fragestellung in Erinnerung:

Welche psychologischen Faktoren beeinflussen Veränderungen des Ernährungsverhaltens hin zu einer veganen Ernährung und was verhindert eine Umstellung, speziell bei jungen, urbanen, gut ausgebildeten Menschen?

Es wird vermutet, dass sich vegane, vegetarische, flexitarische und allesessende Personen hinsichtlich verschiedener Aspekte voneinander unterscheiden lassen. Es gilt anzumerken, dass die meisten der im vorhergehenden Kapitel besprochenen Studien nicht spezifisch zwischen vegetarisch und vegan unterscheiden und teils sogar flexitarisch miteinschliessen. Dies erschwert natürlich die Formulierung von spezifischen Annahmen für diese drei Ernährungstypen.

Die in Kapitel 2.2.4 beschriebenen Befunde von Pribis et al. (2010) deuten darauf hin, dass die Wahl eines pflanzenbasierten Ernährungsstils zu mehr Ernährungswissen führen kann. Das lässt vermuten, dass es Wissensunterschiede zwischen den verschiedenen Ernährungsstilen geben könnte. Da die Hauptmotive für eine pflanzenbasierte Ernährung tierethische Bedenken, Gesundheit und Umwelt sind (Janssen et al., 2016; Ruby, 2012), wird ausserdem angenommen, dass es einen Zusammenhang zwischen diesen Motiven und dem Ausmass der Auseinandersetzung mit diesen Themen gibt. Wie eine Studie von Lund, McKeegan, Cribbin und Sandøe (2016) ergab, sind tierrechtliche Bedenken bei veganen Personen signifikant stärker vertreten als bei vegetarischen Personen. Daraus könnte abgeleitet werden, dass auch gesundheitliche und ökologische Bedenken bei vegan lebenden Personen am stärksten zum Tragen kommen. Basierend auf diesen Vermutungen wird folgende Hypothese aufgestellt:

H1: Veganer/innen, Vegetarier/innen, Flexitarier/innen und Allesesser/innen unterscheiden sich in ihrem **Wissen** bezüglich Auswirkungen des Ernährungsverhaltens auf Gesundheit, Umwelt und Nutztiere. Es wird erwartet, dass Veganerinnen und Veganer im Vergleich zu Flexitarier/innen, Vegetarier/innen und Allesesser/innen mehr über die Auswirkungen des eigenen Ernährungsstils auf Gesundheit, Umwelt und Nutztiere wissen.

Wie die Studien von Lea und Worsley (2003) und von Lea et al. (2006) zeigen, ist der Genuss von Fleisch eine der stärksten Barrieren gegenüber einer fleischlosen Ernährung. Auch Bedenken, dass eine pflanzenbasierte Ernährung nicht genug schmackhaft sei, konnten diese Untersuchungen feststellen. Diese Befunde lassen die Vermutung zu, dass Personen, welche regelmässig Fleisch konsumieren, tierische Produkte im Vergleich zu pflanzlichen Produkten (beziehungsweise zur rein pflanzenbasierten Ernährung) als schmackhafter einschätzen. Als Umkehrschluss könnte gefolgert werden, dass Personen, welche aufgrund eines motivierten Entscheides bewusst auf tierischen Produkte verzichten, deren Schmackhaftigkeit entsprechend niedriger beurteilen. Folgende Hypothese wird daraus abgeleitet:

H2: Veganer/innen, Vegetarier/innen, Flexitarier/innen und Allesesser/innen beurteilen die **Schmackhaftigkeit** verschiedener tierischer und pflanzlicher Produkte

unterschiedlich. Es wird erwartet, dass Veganer/innen die Schmackhaftigkeit tierischer Produkte am niedrigsten und pflanzlicher Produkte am höchsten beurteilen. Es wird umgekehrt erwartet, dass Allesesser/innen die Schmackhaftigkeit tierischer Produkte am höchsten und pflanzlicher Produkte am niedrigsten beurteilen. Für die Gruppe der Vegetarier/innen und der Flexitarier/innen werden uneinheitliche Ergebnisse erwartet.

Das soziale Umfeld, Familienmitglieder und Freunde, welche sich nicht pflanzenbasiert ernähren, waren sowohl in der Studie von Hunter und Röö (2016), als auch in derjenigen von Lea et al. (2006) eine wichtige Barriere. Ausserdem stellen nichtfleischessende Personen eine Minderheit in unserer Gesellschaft dar. Es wird angenommen, dass im Gegensatz zu allesessenden Personen, vegan lebende Personen ihr soziales Umfeld eher als niedrige Barriere empfinden, da diese den Schritt trotz vermutlich mehrheitlich fleischiessendem Umfeld gewagt haben. Basierend auf dieser Vermutung wird folgende Hypothese formuliert:

H3: Veganer/innen, Vegetarier/innen, Flexitarier/innen und Allesesser/innen beurteilen das **soziale Umfeld** (Familie, Partner, Freunde, Bekannte, etc.) als unterschiedlich grosse Barriere für die Umsetzung einer veganen Ernährung. Es wird erwartet, dass Veganer/innen diese Barriere als am niedrigsten, Vegetarier/innen und Flexitarier/innen mittel und Allesesser/innen am höchsten beurteilen.

Einige der diskutierten Studien beschreiben Unterschiede in ihren Ergebnissen bezüglich soziodemografischer Merkmale. Das Geschlecht, die Höhe des Bildungsniveaus, das Alter sowie die Höhe des Einkommens führten, je nach Studie, teils zu signifikanten Differenzen. Für die hier aufgestellten Hypothesen sind einerseits das Geschlecht und andererseits das Bildungsniveau von Relevanz. Hinsichtlich der anderen Merkmale kommen verschiedene Studien zu unterschiedlichen Ergebnissen, weshalb auf diese nicht im Detail eingegangen wird. Bezüglich Geschlecht und Wissen kamen Siegrist et al. (2015) zum Schluss, dass gut gebildete Frauen seltener Irrglauben anhängen. Anzumerken gilt aber, dass in ihrer Studie nicht direkt Wissen abgefragt wurde. Tobler et al. (2011) hingegen fanden keine Unterschiede zwischen den Geschlechtern bezüglich Unwissen. Das Bildungsniveau stellt hinsichtlich der Hypothese 1 womöglich ein relevantes Merkmal dar, obwohl dazu in der Literatur keine spezifischen Korrelationen gefunden wurden. Lea et al. (2006) fanden, dass in ihrer Studie die Frauen die Schmackhaftigkeit einer pflanzenbasierten Ernährung besser beurteilten als die Männer und dass Frauen bei der Ernährung mehr Wert auf Gesundheit legen als Männer. Das Bildungsniveau wird entsprechend bei den Auswertungen der Hypothese 1 berücksichtigt, das Geschlecht bei der Hypothese 2. Ausserdem soll überprüft werden, ob es

tatsächlich die jungen, gut ausgebildeten, urbanen Menschen sind – die von der Praxispartnerin definierte Zielgruppe – die sich am ehesten für die vegane Ernährung interessieren.

2.4 Abgrenzung

Für die Beantwortung der Fragestellung musste eine Auswahl aus der Fülle theoretischer Ansätze getroffen werden. Es gibt eine Vielzahl von weiteren Einflussfaktoren auf Ernährungsentscheidungen und -verhalten, welche in dieser Arbeit nicht abgedeckt werden können. Da für diese Arbeit eine Auswahl getroffen werden musste, wurden Ansätze gewählt, mit welchen ein relativ breites Spektrum für die Beantwortung der Fragestellung erfasst werden konnte. Ausserdem wurde darauf geachtet, dass die Ergebnisse aus der Hypothesenprüfung für die Praxispartnerin greifbar und womöglich Inputs für die künftige Umsetzung von Kampagnen liefern würden. Bezüglich Aspekte der Persönlichkeit oder persönlicher Ideologien, welche aus Sicht der Praxispartnerin wohl eher wenig beeinflussbar sind, wird hier eine Abgrenzung vorgenommen.

3 Methodisches Vorgehen

Das Kapitel der Methodik beschäftigt sich mit der Umsetzung der gewonnenen theoretischen Erkenntnisse in eine eigenständige Untersuchung. Einleitend wird zu diesem Zweck das gewählte Forschungsdesign vorgestellt. Darauf folgt die Beschreibung der Fragebogenentwicklung mit Erklärungen zu den einzelnen thematischen Itemblöcken. Die Datenerhebung wird anhand der Vorbereitung, der Durchführung und der Stichprobenrekrutierung, inklusive Stichprobenbeschreibung, vorgestellt. Abschliessend werden genauere Angaben zum Vorgehen bei der Datenauswertung gemacht.

3.1 Forschungsdesign

Für die Untersuchung der Fragestellung und der daraus abgeleiteten Hypothesen wurde ein quantitatives Verfahren in Form eines Online-Fragebogens gewählt. Für diesen Entscheidung gab es mehrere Gründe. Da ein Vergleich der verschiedenen Ernährungstypen angestrebt wurde, war eine zahlenmässig eher grosse Stichprobe nötig. Ausserdem bot es sich an, die Hypothesen mittels geschlossener Fragen zu operationalisieren, was – zusätzlich zu einer hohen Standardisierung der Umfrage – für ein quantitatives und gegen ein qualitatives Vorgehen sprach. Die Ernährungsgruppen wurden dabei als unabhängige Variable definiert, die Konstrukte innerhalb der jeweiligen Hypothesen als abhängige Variable. Um eine möglichst grosse Reichweite und einen einfachen Zugang zur Umfrage zu gewährleisten, wurde auf das Online-Format gesetzt.

Da es bei der Konstruktion des Fragebogens nicht darum ging, ein Messinstrument zu kreieren, welches für weitere Untersuchungen eingesetzt werden würde, konnten die Gütekriterien Reliabilität und Validität nur bedingt berücksichtigt werden. Wohl aber wurde Wert darauf gelegt, dass eine möglichst hohe Objektivität – insbesondere Durchführungsobjektivität mittels schriftlicher Instruktionen – gewährleistet werden konnte (Bühner, 2011).

3.2 Fragebogenentwicklung Online-Umfrage

Um die in Kapitel 2.3 definierten Hypothesen zu überprüfen wurden Frageitems generiert, die eine Beantwortung der Hypothesen ermöglichen sollten. Ausserdem wurden mehrere Items konstruiert, mit welchen allgemeine ernährungsbezogene Motive, wahrgenommene Schwierigkeiten und die Vertrautheit mit dem Thema pflanzenbasierte Ernährung überprüft werden sollte. Zusätzlich wurden einige soziodemografische Items eingebaut. In den folgenden Unterkapiteln wird genauer darauf eingegangen, wie bei der Itemkonstruktion für die einzelnen Themenbereiche vorgegangen und wie der Online-Fragebogen aufgebaut wurde. Der Fragebogen kann in Anhang A in seiner Online-Darstellungsversion eingesehen werden.

3.2.1 Wissensfragen (H1)

Wie in Kapitel 1.1 ausgeführt, hat das Ernährungsverhalten weitreichende Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit, auf die Umwelt und auf die Haltung von Nutztieren. Diese drei Bereiche stellen auch die drei Hauptmotive dar, für Veränderungen des Ernährungsverhaltens hin zu einer pflanzenbasierten Ernährung. Entsprechend wurden Wissensfragen für diese drei Themenbereiche gesammelt. Als Grundlage für die Beurteilung der Richtigkeit der Antworten wurden jedem Wissensitem wissenschaftliche Studien zugrunde gelegt. Speziell die Recherche für die Items zum Thema Gesundheit soll kurz erläutert werden. Ohne medizinische Ausbildung kann es sehr schwierig sein, die Ergebnisse einer medizinischen Studie kritisch zu interpretieren. Aus diesem Grund wurde für die Recherche der medizinischen Studien die Webseiten www.pcrm.org (Physicians Committee for Responsible Medicine) und www.nutritionfacts.org zur Hilfe gezogen. Dabei handelt es sich um nichtkommerzielle, wissenschaftsbasierte öffentliche Dienste zweier Non-Profit-Organisationen mit dem Ziel, die aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnisse (immer peer-reviewed) zu Ernährung und Gesundheit aufzubereiten. Die dort berichteten Studien wurden anschliessend mittels Google Scholar auf Verfügbarkeit überprüft und thematisch sortiert. Basierend auf den gefundenen Studien wurden die Gesundheitswissensfragen abgeleitet. Wichtig bei der Formulierung aller Wissensitems war, dass diese eindeutig beantwortbar waren (Bühner, 2011). Eine Übersichtsliste zu den Wissensitems, den korrekten Antworten und den dazugehörigen Studien findet sich in Anhang B.

Um die Hypothese 1 zu überprüfen, welche von einem Wissensunterschied ausgeht, war die Wahl eines Itemformats nötig, das eine klare Unterscheidung in korrektes, falsches oder fehlendes Wissen zulies. Die Wissensitems wurden bewusst relativ anspruchsvoll gestaltet, was heisst, dass für die korrekte Beantwortung der Fragen ein gewisses Mass an Auseinandersetzung mit Ernährungsthemen bezüglich Gesundheit, Umwelt und Nutztierhaltung nötig war. Dadurch sollte festgestellt werden können, ob die verschiedenen Ernährungstypen tatsächlich über unterschiedliche Levels an Wissen über die Auswirkungen des Ernährungsverhaltens verfügten.

Zu diesem Zweck wurden entsprechend sogenannte Richtig-Falsch-Aufgaben erstellt. Gemäss Bühner (2011) weisen solche Items normalerweise nur zwei Antwortmöglichkeiten auf. Da es aber im gegebenen Kontext relevant war, nicht nur zwischen richtigen und falschen Antworten, sondern auch zwischen falschen Antworten und gar nicht vorhandenem Wissen unterscheiden zu können, wurde eine dritte Antwortmöglichkeit hinzugefügt. Die Antwortskala umfasste also die Ausprägungen *Stimmt* (1), *Stimmt nicht* (2) und *Weiss nicht* (3). Bühner (2011) führt im Unterschied zum Ratingformat einige Nachteile des Richtig-Falsch-Formats an, unter anderem einen erhöhten Anteil an Zufallsantworten und eine verstärkte Ja-sage-

Tendenz. Ausserdem bestand aufgrund der Online-Durchführung die Gefahr, dass Teilnehmende die korrekten Antworten mittels Suchmaschinen recherchieren würden und somit die Ergebnisse verfälschen würden. Um diese Nachteile bestmöglich zu neutralisieren, wurden die Befragten mittels Instruktion vor den Wissensfragen einerseits darauf hingewiesen, wie bei der Beantwortung vorzugehen sei und andererseits gebeten, dass die Antworten nicht gegoogelt werden sollten. Die Instruktion kann dem Fragebogen in Anhang A entnommen werden.

3.2.2 Beurteilungsfragen (H2 und H3)

Die Hypothesen 2 und 3 beschäftigen sich mit Beurteilungen von Aspekten, welche bei der Änderung des Ernährungsverhaltens entscheidend sein können. Für diese Beurteilungen wurde eine vierstufige Ratingskala gewählt von *trifft gar nicht zu* (1) bis *trifft völlig zu* (4). Ratingskalen liefern gemäss Bühner (2011) differenzierte Informationen, wobei es aber abzuwägen gilt, wie viele Abstufungen sinnvoll für die Fragestellung sind. Im vorliegenden Fall wurden Aussagen gewählt, welche als zutreffend oder nicht zutreffend beurteilt werden sollten. Ein grösserer Differenzierungsgrad als fünf Antwortkategorien schien hierbei nicht angemessen, da dadurch die verbalen Abstufungen zu nahe beieinander gelegen oder nicht mehr eindeutig interpretierbar gewesen wären. Um Antworttendenzen zu einem mittleren, neutralen Urteil zu verhindern, wurde beschlossen, auf eine solche Mittelkategorie zu verzichten (Bühner, 2011). Auch die Kategorie *Weiss nicht* wurde weggelassen, da Antworten in einer solchen Kategorie als fehlende Werte hätten gewertet werden müssen. Dadurch wurden die Teilnehmenden gezwungen, eine Tendenz anzugeben. Da es sich im Unterschied zu den Wissensfragen um weniger anspruchsvolle Items handelte, schien dies den Befragten gegenüber ein zumutbares Vorgehen.

Hypothese 2 beschäftigt sich mit der Schmeckhaftigkeit tierischer und pflanzlicher Produkte. Ein Beispiel für ein Item war das Folgende: „Wie sehr, wenn überhaupt, trifft folgende Aussage auf Sie zu: Mich vegan zu ernähren wäre schwierig, weil ich den Geschmack von Käse mag“. In diesem und einigen weiteren Fällen war es nötig, Items gruppenspezifisch, insbesondere für die vegane Stichprobe, zu formulieren. Das soeben erwähnte Item wurde in dieser Form den nicht-veganen Stichproben präsentiert. Einige Items wurden so formuliert, dass ein Vergleich zwischen verschiedenen Geschmäckern beziehungsweise Produkten enthalten war. Dies deshalb, weil Studien zum Ernährungsverhalten gezeigt haben, dass Nahrungsmittel oft in Beziehung zu anderen Nahrungsmitteln kategorisiert und beurteilt werden (Connors, Bisogni, Sobal & Devine, 2001).

Für die Hypothese 3, zum Thema Beurteilung des sozialen Umfeldes als Barriere, wurden Items erstellt, die an die Studien von Lea und Worsley (2001) und Lea, Crawford und Worsley (2006), welche bereits in Kapitel 2.2.3 besprochen wurden, angelehnt sind. Um ein

mit den anderen Frageblöcken einheitliches Antwortformat sicherzustellen, wurde trotz des Umstands, dass in den erwähnten Studien eine fünfstufige Ratingskala verwendet wurde, die bereits definierte vierstufige Skala beibehalten. Auch in diesem Fall wurden die Items für die verschiedenen Stichproben unterschiedlich formuliert. Der allesessenden, flexitarischen und vegetarischen Stichprobe wurden die Items wiederum in hypothetischer Form präsentiert. Für die vegane Stichprobe wurden die Items so formuliert, dass sie nach tatsächlichen Barrieren fragten.

3.2.3 Weitere Items: Motive, Schwierigkeit, Vertrautheit

Zusätzlich zu den Frageblöcken, welche sich spezifisch auf die drei aufgestellten Hypothesen beziehen, wurden einige weitere Items generiert, welche zusätzliche Aspekte abdecken, die für die übergeordnete Fragestellung von Relevanz sein können.

Einerseits wurden Items zu allgemeinen ernährungsbezogenen Motiven, auch *Food Choice Motive* genannt, in den Fragebogen aufgenommen. Diese entstammen mehrheitlich dem von Steptoe, Pollard und Wardle (1995) entwickelten Food Choice Questionnaire. Zwei Items wurden dem auf Steptoe et al. (1995) basierenden Fragebogen von Lindemann und Väänänen (2000) entlehnt, welcher um eine ethische Komponente ergänzt ist. Ein weiteres Item wurde einer von Lyerly und Reeve (2015) stammenden aktuellen Weiterentwicklung des Fragebogens von Steptoe et al. (1995) entnommen. Insgesamt konnten so sieben verschiedene Motive erfasst werden: Sensorischer Reiz, Zugang/Preis, Einfachheit, Vertrautheit, Gesundheit, Umwelt und Tierwohl. Inspiriert durch die Studie von Lea, Crawford und Worsley (2006) wurden fünf zusätzliche Items von der Autorin entwickelt, um die Konstrukte Vertrautheit, Gesundheit und Umwelt zu ergänzen. Anhang C enthält eine Übersichtstabelle mit den Quellen, welchen die Items entstammen.

Ausserdem wurden einige Items generiert, mit welchen die Beurteilung der wahrgenommenen Schwierigkeit der Umsetzung einer Ernährungsumstellung abgefragt werden sollten. Die vierstufige Antwortskala der Hypothesen-Items wurde auch für diese beiden Frageblöcke übernommen.

Ergänzend wurden Items formuliert, welche einen Einblick ermöglichen sollten, wie stark die Befragten mit dem Thema pflanzenbasierte Ernährung bereits in Berührung gekommen sind. Zu diesem Zweck wurden vier Items erstellt, die nach dem sozialen Umfeld fragten. Einerseits wurde die Frage gestellt, ob es im engen oder erweiterten sozialen Umfeld Personen gebe – die sich vegetarisch oder vegan ernähren – mit denen man sich über das Thema Ernährung unterhalten habe. Andererseits wurde erhoben, ob die Teilnehmenden aktuell mit vegetarisch oder vegan lebenden Personen im gleichen Haushalt wohnten. Mit zwei weiteren Items wurde überprüft, ob die Befragten überhaupt schon einmal pflanzliche Alternativprodukte ausprobiert hatten. Zusätzlich wurde je nach angegebenem Ernährungs-

typ gefragt, ob sich die Teilnehmenden vorstellen könnten, die flexitarische, die vegetarische und die vegane Ernährung auszuprobieren. Für jede Option stand ein dichotomes Antwortformat (*Ja/Nein*) zur Verfügung. Die allesessende Stichprobe erhielt alle drei Items, die flexitarische Stichprobe wurde nach der vegetarischen und veganen Ernährung gefragt, die vegetarische Stichprobe erhielt nur das Item zur veganen Ernährung und die vegane Stichprobe erhielt keines dieser Items.

3.2.4 Soziodemografische Fragen

Um die Teilnehmenden anhand gewisser Kriterien differenzieren zu können, wurde nach einigen soziodemografischen Angaben gefragt. Essentiell war die Frage nach dem Ernährungstyp. Dabei konnten die Teilnehmenden eine Selbsteinschätzung abgeben, ob sie sich als allesessend/fleischessend, flexitarisch, vegetarisch oder vegan einstufen (siehe Kapitel 2.1 für Definitionen). Ausserdem wurde eine Kategorie Andere mit einem offenen Textfeld angeboten, falls jemand keine dieser Kategorien als für sich zutreffend empfand. Den jeweiligen Kategorien wurde eine kurze Beschreibung angefügt, um den Befragten die Einschätzung zu erleichtern. Dieses Item diente als Filterfrage, das heisst, dass je nach gegebener Antwort im Verlaufe des Fragebogens Items spezifisch für den gewählten Ernährungstyp präsentiert wurden. Wie in Kapitel 2.1 geschildert, kann die Angabe zum Ernährungstyp teils markant vom angegebenen Ernährungsverhalten abweichen. Um zu überprüfen, ob solche Abweichungen auch in der vorliegenden Untersuchung vorhanden waren, wurde zusätzlich zu der Frage nach dem Ernährungstyp eine Variable zum Ernährungsverhalten eingefügt. Dieses Item fragte spezifisch nach dem Essverhalten, d.h. ob regelmässig, selten oder nie Fleisch konsumiert werde und ob andere tierische Produkte konsumiert werden.

Die flexitarische, vegetarische und vegane Stichprobe wurde zusätzlich mittels zweier Items befragt, wie lange sie sich bereits so ernährten und was ihre Hauptmotive für diese Ernährungsweise seien. Für die Hauptmotive wurde, basierend auf den Empfehlungen von Jansen et al. (2016), ein Mehrfachwahlformat gewählt. Gemäss der Unterscheidung von Rosenfeld und Burrow (2017) in Motive, Abneigungen und Zwänge wurden entsprechende Antwortoptionen eingebettet. Es wurden also zusätzlich zu den Motiven Gesundheit, Umwelt, Tierwohl die Optionen religiöse Überzeugungen, Abneigung gegenüber tierischen Produkten und soziale Einschränkungen eingefügt. Ausserdem sollte die Antwortoption „Es liegt aktuell im Trend und ich probiere gerne Neues“ diejenigen Teilnehmenden ansprechen, welche weder starke Motive noch Einschränkungen oder Abneigungen haben.

Weiter wurden alle Teilnehmenden nach Geschlecht, Geburtsjahr, höchstem Bildungsabschluss, aktueller Tätigkeit, monatlichem Nettoeinkommen, Nachwuchs, Häufigkeit sportlicher Betätigung und Wohnkanton gefragt. Für die aktuelle Tätigkeit wurde ein

Mehrfachantwort-Format gewählt, da beispielsweise Studierende gleichzeitig erwerbstätig sein können.

Da die Zielgruppe der Praxispartnerin junge, gut ausgebildete und *urbane* Personen umfasst, wurde mit einem zusätzlichen Item versucht, die Urbanität der Teilnehmenden einzustufen. Der Begriff der Urbanität ist aus der wissenschaftlichen Literatur nur schwer eindeutig definierbar und kann sich auf sehr unterschiedliche Aspekte beziehen, sei dies nun rein geografisch oder mehr soziologisch betrachtet. In Absprache mit der Praxispartnerin wurde Urbanität für diese Untersuchung eher als geografisch-räumlicher Bezug definiert, mit der Annahme, dass Personen mit grösserem Bezug zu städtischen Regionen im Unterschied zu solchen mit stärkerem ländlichen Bezug offener und interessierter für andere (sprich vegane) Ernährungsweisen seien. Da der Wohnort alleine kein guter Indikator für einen solchen Bezug darzustellen schien, wurde entschieden, danach zu fragen, wo sich die Teilnehmenden mehrheitlich aufhielten. So konnte der Wohnort, Arbeitsort, Studiort aber auch Orte des Freizeitaufenthaltes miteinbezogen werden. Es wurden vier Antwortkategorien gebildet: *in Grossstädten*, *in kleineren Städten*, *in der Agglomeration* und *in ländlichen Regionen*. Je Kategorie wurden einige Ortschaften als Beispiele angegeben, um den Teilnehmenden die Zuordnung zu erleichtern. Aus diesen vier Antwortkategorien sollten die Befragten eine Rangreihe bilden indem die Werte 1 (*dort verbringe ich am meisten Zeit*) bis 4 (*dort verbringe ich am wenigsten Zeit*) vergeben wurden.

3.2.5 Aufbau des Online-Fragebogens: Reihenfolge, Instruktionen

Für den Aufbau des Fragebogens schien es sinnvoll, die soeben vorgestellten Frageblöcke jeweils am Stück zu präsentieren. Das heisst, die Fragen zu Hypothese 1 wurden beispielsweise nicht mit den Fragen zu Hypothese 2, etc. vermischt. Da für die Umfrage eine relativ grosse Anzahl Items vorgesehen war, wurde mit einer eher längeren Bearbeitungsdauer gerechnet. Je länger eine Umfrage dauert, desto eher nimmt die Motivation der Teilnehmenden ab, was zu ungenauer Itembeantwortung oder sogar Abbruch der Befragung führen kann (Bühner, 2011). Umso wichtiger war es, die Motivation der Teilnehmenden mittels geschicktem Fragebogaufbau möglichst hoch zu halten.

Für den Einstieg in den Fragebogen, nach der Willkommenseite, mussten aus technischen Gründen die zwei Items zum Ernährungstyp und Ernährungsverhalten gewählt werden. Wie bereits erwähnt, diente die Variable Ernährungstyp als Filter für spätere Items. Deshalb war es nötig, diese Zuordnung am Anfang der Umfrage zu machen. Anschliessend folgte der Frageblock zu den allgemeinen ernährungsbezogenen Motiven. Die Entscheidung für den thematischen Einstieg fiel auf diesen Frageblock, da es sich hierbei um relativ einfach zu beantwortende Fragen handelte. Die Wissensfragen (H1), welche relativ anspruchsvoll waren, folgten als nächstes. Dies deshalb, weil erwartet wurde, dass für die anspruchsvolleren

Items mehr Konzentrationsleistung notwendig war, was am Anfang der Bearbeitung eher gegeben sein sollte. So konnte auch gewährleistet werden, dass im Verlaufe der Befragung die Itembearbeitung wieder einfacher wurde, um so die Motivation der Teilnehmenden möglichst hoch zu halten. Auf die Wissensfragen folgte der Frageblock zur Beurteilung der Schwierigkeit der Umsetzung einer Ernährungsumstellung, gefolgt von den Frageblöcken zu den Hypothesen 2 und 3. Den Abschluss bildeten die Items zur Vertrautheit mit dem Thema und die soziodemografischen Items. Insgesamt ermöglichte dieser Fragebogenaufbau, dass thematisch relativ breit eingestiegen werden konnte, das Thema der veganen Ernährung im Verlaufe der Befragung, im Sinne eines Trichters, aber immer mehr angenähert wurde, wobei zu guter Letzt mit den soziodemografischen Fragen ein leichter Abschluss gewährleistet werden sollte.

3.3 Datenerhebung

In den folgenden Abschnitten wird das weitere Vorgehen nach der Fragebogenkonstruktion erläutert. Für die Datenerhebung musste die Durchführung technisch vorbereitet und geplant werden. Auch das Sampling stand bei diesem Schritt im Vordergrund. Wie die Umfrage online erstellt, vor der Veröffentlichung getestet, die Stichprobe rekrutiert und die Umfrage schlussendlich durchgeführt wurde, wird in den folgenden drei Abschnitten beschrieben.

3.3.1 Vorbereitung und Pretest

Nachdem der Fragebogen fertig konstruiert war, musste dieser in Onlineform gebracht werden. Hierzu wurden alle Angaben in das Online-Tool Unipark eingefügt. Wichtig war hierbei die Programmierung der bereits besprochenen Filterfragen. Optisch wurde darauf geachtet, dass pro Fragebogenseite jeweils nur so viele Fragen dargestellt wurden, dass diese bei der Darstellung auf einem Desktop zwar den Bildschirm ausfüllten, aber möglichst wenig gescrollt werden musste.

Um die Funktionalität der Online-Umfrage zu überprüfen, wurde im Vorfeld der eigentlichen Durchführung ein Pretest mit fünf Personen durchgeführt. Im Vordergrund stand dabei das Überprüfen der Verständlichkeit der Fragen, der Zeitaufwand für das Ausfüllen, das korrekte Funktionieren der Filterfragen und die allgemeine technische Funktionalität. Zu diesem Zweck wurden Personen mit unterschiedlichem Ernährungsstil gewählt. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse flossen in eine letzte Überarbeitung der Umfrage ein.

3.3.2 Durchführung

Die fertiggestellte Umfrage wurde während zwei Wochen im März 2018 online geschaltet und für Teilnehmende freigegeben. Für den Versand an die Studierenden wurde ein E-Mail-Anschreiben vorbereitet, mit kurzer Erläuterung, worum es in der Umfrage geht, die unge-

fähre Dauer und bis wann die Umfrage auszufüllen sei. Für das Ausfüllen der Umfrage wurden 15 Minuten veranschlagt. Ausserdem wurde darauf hingewiesen, dass die Umfrage auch weiter gestreut werden dürfe. Sowohl in diesem Anschreiben, wie auch auf der Willkommenseite des Fragebogens, wurde bewusst darauf verzichtet, die Praxispartnerin zu benennen und auch die genaue Fragestellung mitzuteilen. Dies deshalb, weil das Thema der veganen Ernährung sehr kontrovers diskutiert wird und bei vielen Personen nach wie vor negativ behaftet ist und auf Ablehnung stösst (Breshnahan, Zhuang & Zhu, 2016; MacInnis & Hodson, 2017). Das E-Mail-Anschreiben an die Studierenden findet sich in Anhang D.

3.3.3 Stichprobe

Bei der Rekrutierung der Stichprobe für die Umfrage war das Ziel, möglichst viele Teilnehmende der verschiedenen Ernährungstypologien zu rekrutieren. Ausserdem wurde versucht, entsprechend der von der Praxispartnerin formulierten Zielgruppe, möglichst viele junge, gut ausgebildete Personen zu erreichen. Ein wichtiger Verteilkanal stellte die Mailingliste der Praxispartnerin dar, welche zum Zeitpunkt der Umfrage 6170 E-Mail-Adressen umfasste. An diese wurde als Teil eines Newsletters eine Einladung zur Teilnahme an der Umfrage samt Link versandt. Zusätzlich wurde eine weitere Einladung zur Umfrage auf der Facebookseite der VGS – welche über 11'000 Follower hat – veröffentlicht. Um zusätzlich insbesondere junge, gut gebildete Personen zu erreichen, wurden die verschiedenen Hochschulen der Fachhochschule Nordwestschweiz angeschrieben, mit der Bitte, die Umfrage an ihre Studierenden weiterzuleiten. Von den insgesamt neun Hochschulen erklärten sich drei einverstanden: die Hochschulen für Angewandte Psychologie, Life Sciences sowie die verschiedenen Institute der Pädagogischen Hochschule. Mittels von der Autorin vorbereitetem E-Mail-Schreiben wurde die Umfrage an die Verteiler dieser Hochschulen versendet. Zu guter Letzt wurde die Umfrage auch im privaten Umfeld der Autorin verteilt, mit der Bitte, die Umfrage weiter zu streuen. Dieses Vorgehen hatte zur Folge, dass die genaue Reichweite der Umfrage nicht bekannt ist und entsprechend auch keine Rücklaufquote berechnet werden konnte.

Insgesamt wurde der Link 2'949 mal angeklickt, 1'630 davon haben die Umfrage nicht begonnen (also die Willkommenseite wieder geschlossen), 359 Personen haben die Umfrage während der Bearbeitung abgebrochen und **960** Personen haben die Umfrage komplett ausgefüllt. Abbildung 2 zeigt die Verteilung der Ernährungstypen.

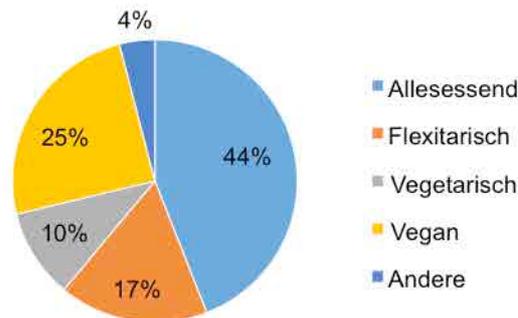


Abbildung 2: Stichprobe, Ernährungstyp

Die Mehrheit der Befragten (44%, $n=423$) gab an, allesessend beziehungsweise fleisches- send zu sein. Knapp 25% ($n=238$) gaben an, sich vegan zu ernähren, 17% ($n=163$) gab an flexitarisch und gut 10% ($n=98$) vegetarisch zu sein. 38 Personen (4%) wählten die Katego- rie Andere. Das Alter der Teilnehmenden lag zwischen 16 und 76 ($M=32.42$, $SD=11.59$). Gut 75% der Befragten waren weiblich ($n=727$), 24% männlich ($n=231$), zwei Personen wählten die Kategorie Sonstige. Das Bildungsniveau der Stichprobe war durchschnittlich relativ hoch. 42% der Befragten gaben an, einen Fachhochschul- oder Universitätsabschluss zu haben, bei rund 32% war eine Maturität der höchste Bildungsabschluss (gymnasial, Berufs- oder Fachmaturität). Bei knapp 15% der Teilnehmenden war ein Berufslehraabschluss die höchste Ausbildung, bei gut 8% eine Höhere Fachschule und nur bei ungefähr 2% war es die obliga- torische Schulzeit. Der Anteil Studierender an der Gesamtstichprobe ist mit $n=536$ gross. Das heisst, dass fast 56% aller Teilnehmenden zum Zeitpunkt der Umfrage Studentin oder Student war. Ungefähr die Hälfte der befragten Studierenden gab an, in irgendeiner Form erwerbstätig zu sein. Das Lohnniveau der Gesamtstichprobe ist entsprechend tief, rund 45% gaben an, monatlich weniger als CHF 2'000.- zu verdienen. Knapp 82% der Befragten gab an, kinderlos zu sein. 21% der Teilnehmenden waren im Kanton Aargau wohnhaft, knapp 15% im Kanton Zürich, zwischen 10 und 13% verteilten sich jeweils auf die Kantone Solo- thurn, Basel-Landschaft und Basel-Stadt, gut 8% waren im Kanton Bern wohnhaft, 3% leb- ten im Ausland und die restlichen 22% verteilten sich zu jeweils weniger als 5% auf die anderen Kantone der Schweiz. Rund Dreiviertel der Stichprobe gab an, ein bis mehrmals pro Woche Sport zu betreiben.

Diese kurze Beschreibung der Stichprobe lässt bereits darauf schliessen, dass diese nicht repräsentativ für die Schweizer Bevölkerung ist. Das stellt im Rahmen dieser Bachelorarbeit zwar kein Problem dar, sollte aber beim Betrachten und Interpretieren der Ergebnisse be- dacht werden.

3.4 Datenauswertung

Für die Auswertung wurden die in Unipark erhobenen Daten in die Statistiksoftware SPSS Version 22 exportiert. Berücksichtigt wurden dabei nur die vollständig ausgefüllten Umfragen ($N=960$). In einem ersten Schritt wurden, wo nötig, gegenläufig gepolte Items umcodiert. Anschliessend wurde der Datensatz auf Unstimmigkeiten oder Auffälligkeiten gesichtet. Insbesondere bei den offenen Antwortformaten wurden ein paar fehlerhafte Eingaben festgestellt. So musste auf die Auswertung der Fragen „Wie lange ernähren Sie sich bereits flexitarisch/vegetarisch/vegan?“ aufgrund eines technischen Fehlers verzichtet werden, da eine Grosszahl der Angaben unmögliche Werte, welche das Alter der Teilnehmenden überschritt, enthielten.

Da die Variable Ernährungstypologie dazu diente, die Gesamtstichprobe in die ernährungsspezifischen Stichproben zu unterteilen, war es wichtig, die Variablen Ernährungstypologie und Ernährungsverhalten genauer zu analysieren. Es wurde betrachtet, wie gut die Antworten der 922 Teilnehmenden, welche bei der Ernährungstypologie nicht Andere gewählt, sondern sich für einen Ernährungstyp entschieden hatten, mit deren Antworten zu ihrem Ernährungsverhalten übereinstimmten. Mittels Kreuztabelle (siehe Anhang E) konnten einige Unstimmigkeiten ermittelt werden. So zeigte sich in einem Fall, dass bei der Ernährungstypologie Vegetarisch angegeben wurde, beim Ernährungsverhalten aber die Ausprägung „Ich esse regelmässig Fleisch (mehrmals wöchentlich)“ gewählt wurde. Da aber bei diesem und auch bei einigen weniger gravierenden Fällen, der Ursprung nicht mit Sicherheit auf eine Fehleingabe seitens der Teilnehmenden zurückzuführen war, wurden diese, auch aufgrund der sehr kleinen Anzahl, im Datensatz beibehalten. Diejenigen Fälle, welche bei der Ernährungstypologie die Ausprägung Andere ($n=38$) gewählt hatten, wurden aufgrund ihrer Heterogenität nicht als eigenständige Gruppe ausgewertet. Eine Beschreibung zu diesen 38 Fällen findet sich in Kapitel 4.3.

Die anschliessenden stichprobenspezifischen Auswertungen fanden einerseits deskriptiv und andererseits inferenzstatistisch statt. Die dabei gewählten Verfahren werden in Kapitel 4 erläutert.

4 Ergebnisse

Das Ergebniskapitel gliedert sich in drei Teile. Als erstes wird die Reliabilitätsanalyse der Konstrukte dargestellt. Anschliessend folgt die Besprechung der erhobenen Konstrukte. Für eine bessere Verständlichkeit und Zusammenhangsdarstellung werden die Ergebnisse jeweils – je Konstrukt – sowohl deskriptiv als auch sogleich inferenzstatistisch berichtet. In einem dritten Teil werden weitere Ergebnisse besprochen, welche nicht auf den aufgestellten Hypothesen beruhen.

4.1 Reliabilitätsanalyse

Vor dem Beginn der eigentlichen Auswertung, wurden die gemessenen Konstrukte hinsichtlich ihrer Reliabilität überprüft. Hierfür wurden die internen Konsistenzen mittels Cronbach's Alpha ermittelt. Als Richtwert für eine noch akzeptable Reliabilität gilt ein $\alpha > .7$ (Bühner, 2011). Die Cronbach's Alpha der Konstrukte liegen zwischen $\alpha = .616$ und $.911$. Tabelle 1 zeigt die Reliabilitäten.

Tabelle 1: *Reliabilitätsanalyse*

Konstrukt	Cronbach α
Gesundheitswissen (H1)	.856
Umweltwissen (H1)	.802
Nutztierwissen (H1)	.720
<i>Wissen Total (H1)</i>	<i>.911</i>
Schmackhaftigkeit tierische Produkte (alle ausser Vegan) (H2)	.748
Schmackhaftigkeit tierische Produkte (Vegan) (H2)	.616
Schmackhaftigkeit pflanzliche Produkte (H2)	.880
Soziales Umfeld (alle ausser Vegan) (H3)	.726
Soziales Umfeld (Vegan) (H3)	.720

Das Konstrukt *Schmackhaftigkeit tierische Produkte* für die vegane Stichprobe erreichte eine niedrige Reliabilität ($\alpha = .616$). Die Analyse der Histogramme zeigte, dass die Items linkssteil sind und die Schwierigkeitsindizes nur über dem niedrigsten Wert (>1) vorkommen. Das bedeutet, dass im vorliegenden Fall die Items psychometrisch leicht waren (Bühner, 2011). Die deskriptiven Statistiken zeigten, dass bei zwei Items die Breite der Antwortkategorien nicht ausgenutzt wurde. Die mittlere Itemkorrelation lag im mittleren Bereich ($MIC = .293$) und die Trennschärfekoeffizienten der fünf Items unterschieden sich nicht gross. Es kann geschlossen werden, dass in diesem Fall die überprüften Items für die vegane Stichprobe

psychometrisch zu leicht formuliert waren. Inhaltlich betrachtet macht dies Sinn, denn es wurde nach der Schmackhaftigkeit von Produkten gefragt, auf welche in der veganen Ernährung im Normalfall verzichtet wird. Eine Begründung dafür kann darin gesehen werden, dass die Wahl der veganen Ernährung mit einer motivierten Ablehnung dieser Produkte einhergeht, weshalb deren Schmackhaftigkeit möglicherweise abgewertet wird. Andererseits besteht auch die Möglichkeit, dass durch den längerfristigen Verzicht auf diese Produkte eine sensorische Abneigung gegen diese entwickelt wurde. Diese beiden Thesen wären allerdings zu prüfen. Da allen Stichproben die inhaltlich gleichen Items präsentiert werden sollten, wurde trotz relativ niedriger Reliabilität an diesen Items für die vegane Stichprobe festgehalten.

Die ausführlichen Ergebnisse der Reliabilitätsanalyse können in Anhang F nachgeschaut werden.

4.2 Deskriptive Analysen und Hypothesentestung

Die deskriptiven Analysen geben erste Hinweise auf mögliche Unterschiede zwischen den Stichproben. Um allerdings feststellen zu können, ob die Unterschiede nicht rein zufällig zustande gekommen sind, müssen diese auf Signifikanz überprüft werden. Zu diesem Zweck musste ein weiterer Datenaufbereitungsschritt vorgenommen werden. Um die aufgestellten Hypothesen überprüfen zu können wurden Variablen berechnet, in welchen die Werte derjenigen Items, welche zu einem hypothesenrelevanten Konstrukt gehören, aufsummiert wurden. Im Falle der Wissensitems mussten hierfür zwei Variablen erstellt werden; eine, welche den Anteil korrekt beantworteter Fragen abbildete und eine, welche den Anteil an *Weiss-nicht*-Antworten darstellte.

Da die so erstellten Variablen als intervallskaliert hätten behandelt werden können, hätten sich einfaktorielle Varianzanalysen zur Überprüfung auf Signifikanz angeboten. Als Voraussetzungen für einfaktorielle Varianzanalysen gelten Normalverteilung der Werte der Stichproben und Varianzhomogenität über die Stichproben hinweg (Zöfel, 2003). Da im vorliegenden Fall beide Voraussetzungen stark verletzt wurden (siehe Anhang G), wurde auf den H-Test nach Kruskal und Wallis zurückgegriffen, welcher bei ordinalskalierten oder nicht normalverteilten Variablen angewendet werden darf (Zöfel, 2003). Da der H-Test noch keine Aussage darüber zulässt, welche Gruppen sich konkret voneinander unterscheiden, war ausserdem eine paarweise Anwendung des U-Tests nach Mann und Whitney nötig (Zöfel, 2003). Für die Signifikanztests gelten Werte von $p \leq .05$ als signifikant, $p \leq .01$ als sehr signifikant und $p \leq .001$ als höchst signifikant (Zöfel, 2003).

Die vollständigen deskriptiven Ergebnisse finden sich in Anhang H. Alle durchgeführten H- und U-Tests können in Anhang I eingesehen werden.

4.2.1 Soziodemografische Merkmale

Bevor mit den gruppen- bzw. stichprobenweisen Auswertungen begonnen wurde, musste geprüft werden, ob sich die vier Stichproben hinsichtlich einiger soziodemografischer Merkmale signifikant unterschieden. Insbesondere die Variablen Geschlecht und Höchster Bildungsabschluss waren hierfür relevant, da diese beiden Variablen auf die Beantwortung der Hypothesen 1 und 2 einen Einfluss haben konnten, wie die Ausführungen in Kapitel 2.3 zeigten. Für die Überprüfung auf signifikante Unterschiede wurde der H-Test nach Kruskal und Wallis durchgeführt. Mittels anschließenden paarweisen U-Tests nach Mann und Whitney konnte eruiert werden, welche Stichproben sich im Einzelnen signifikant voneinander unterschieden. Die Ergebnisse aus den H-Tests zeigten, dass sich die Stichproben hinsichtlich Geschlecht und Bildungsniveau höchst signifikant (je $p < .001$) unterschieden.

Mittels U-Test konnte festgestellt werden, dass sich bezüglich der Variablen Geschlecht die allesessende Stichprobe hochsignifikant von allen anderen Stichproben unterschied ($p = .002$; $p = .001$; $p < .001$). Konkret hiess das, dass in dieser Gruppe signifikant weniger Frauen vertreten waren als in allen anderen Gruppen. Knapp 68% Frauen im Vergleich zu je über 80% in den anderen Stichproben.

Hinsichtlich des Bildungsniveaus zeigten die paarweisen U-Tests, dass bei der veganen Stichprobe der höchste Bildungsabschluss signifikant tiefer war als bei den allesessenden und flexitarischen (je $p < .001$) Stichproben. Mit einem Wert von $p = 0.69$ war der Unterschied zwischen der veganen und der vegetarischen Stichprobe knapp nicht signifikant. Ausserdem hatte die vegetarische Stichprobe ein signifikant tieferes Bildungsniveau als die flexitarische ($p = .026$) Stichprobe.

Da sich zwar signifikante Unterschiede hinsichtlich Geschlecht und Bildungsniveau zwischen den Stichproben ergaben, diese aber die Beantwortung der Hypothesen per se noch nicht gefährdeten, wurde in einem ersten Schritt mit den vollständigen Stichproben ausgewertet. In einem zweiten Schritt wurden, wo nötig, die Stichproben stratifiziert. Das bedeutet, dass mithilfe von SPSS Zufallsstichproben gezogen wurden, um in allen Stichproben gleiche Verteilungsverhältnisse – beispielsweise bezüglich Geschlecht – zu erhalten. Da nur zwei Personen kein spezifisches Geschlecht angegeben hatten, wurde bei einer geschlechtsspezifischen Auswertung nur auf Frauen und Männer eingegangen. Die Auswertungen mit den stratifizierten Stichproben werden jeweils bei den betroffenen Hypothesen berichtet.

Zusätzlich zum Bildungsniveau und Geschlecht wurden die Stichproben auch hinsichtlich Alter und Einkommen auf Signifikanz getestet. Bezüglich Alter gab es keine signifikanten Unterschiede ($p = .176$), bezüglich Einkommen hatte die vegane Stichprobe ein signifikant höheres monatliches Nettoeinkommen als alle anderen Stichproben ($p = .001$; $p < .001$; $p = .005$). Tabelle 2 zeigt alle Ergebnisse aus den H-Tests.

Tabelle 2: Soziodemografische Merkmale, H-Test nach Kruskal und Wallis

Soziodemografisches Merkmal	Chi-Quadrat	df	Asymp. Sig. (<i>p</i>)
Geschlecht	27.170	3	.000
Höchster Bildungsabschluss	31.388	3	.000
Alter	4.947	3	.176
Einkommen	16.951	3	.001

Auffällig war ausserdem, dass der Anteil der aktuell Studierenden bei der veganen Stichprobe mit knapp 27% am kleinsten war, verglichen mit den knapp 60% bis 69% bei den anderen drei Stichproben.

Um einzuschätzen, ob die Teilnehmenden eher städtisch oder ländlich geprägt sind, wurden sie gebeten anzugeben, wo sie sich mehrheitlich aufhalten, wobei sowohl Arbeit als auch Freizeit, Studium und Wohnen miteinbezogen wurde. Es konnten die Plätze eins bis vier für Grossstadt, Kleinstadt, Agglomeration und Land vergeben werden. Der Einfachheit halber wird pro Stichprobe nur auf Platz eins eingegangen. Tabelle 3 zeigt, dass bei den Stichproben Flexitarisch, Vegetarisch und Vegan Grossstadt am häufigsten auf Platz eins lag, bei der allesessenden Stichprobe überwog knapp Land mit 30% gegenüber Grossstadt mit 29%.

Tabelle 3: Urbanität

Urbanität	% Platz 1 „dort verbringe ich am meisten Zeit“			
	Allesessend	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
Grossstadt	29	33	44	36
Kleinstadt	24	27	10	25
Agglomeration	17	13	19	16
Land	30	27	27	23

Agglomeration landete bei allen ausser der vegetarischen Stichprobe am seltensten auf Platz eins.

4.2.2 Wissen (H1)

Bei den Wissensitems zeigten die Auswertungen der deskriptiven Statistiken in allen drei Wissensbereichen relativ grosse Unterschiede zwischen den vier Stichproben. Tabelle 4 zeigt die drei untersuchten Wissensbereiche. Aufgeteilt nach Stichproben sind die Anteile der korrekt beantworteten Fragen und in Klammern der *Weiss-nicht*-Angaben aufgelistet.

Tabelle 4: Wissen, korrekte Antworten (und Weiss-nicht-Angaben) in Prozent

Wissenskonstrukt	% korrekt geantwortet (% weiss nicht)			
	Allesessend	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
Gesundheit	38.1 (24.9)	51.4 (23.8)	59.5 (17.2)	83.0 (10.6)
Umwelt	51.5 (26.6)	65.4 (20.7)	76.2 (14.5)	90.9 (6.1)
Nutztiere	57.9 (26.9)	66.2 (23.4)	79.0 (15.9)	91.3 (7.5)
Total	45.5 (25.8)	58.0 (23.3)	69.4 (16.7)	86.7 (8.8)

Dabei zeigte sich in allen drei Wissensgebieten jeweils ein Anstieg der korrekt beantworteten Fragen von der allesessenden hin zur veganen Stichprobe. Abbildung 3 verdeutlicht nochmals, dass es – mit Blick auf alle Wissensfragen zusammen – relativ grosse Unterschiede zwischen den Stichproben gibt, wobei die vegane Stichprobe im Vergleich zur allesessenden fast doppelt so viele Fragen korrekt beantwortete. Gegenläufig zu den korrekt beantworteten Fragen nimmt der Anteil der *Weiss-nicht*-Angaben über die Stichproben hinweg ab. Bei der allesessenden und der flexitarischen Stichprobe beträgt dieser noch ungefähr einen Viertel, bei der vegetarischen Stichprobe ist es noch ungefähr ein Sechstel und bei der veganen Stichprobe liegt der Wert unter zehn Prozent.

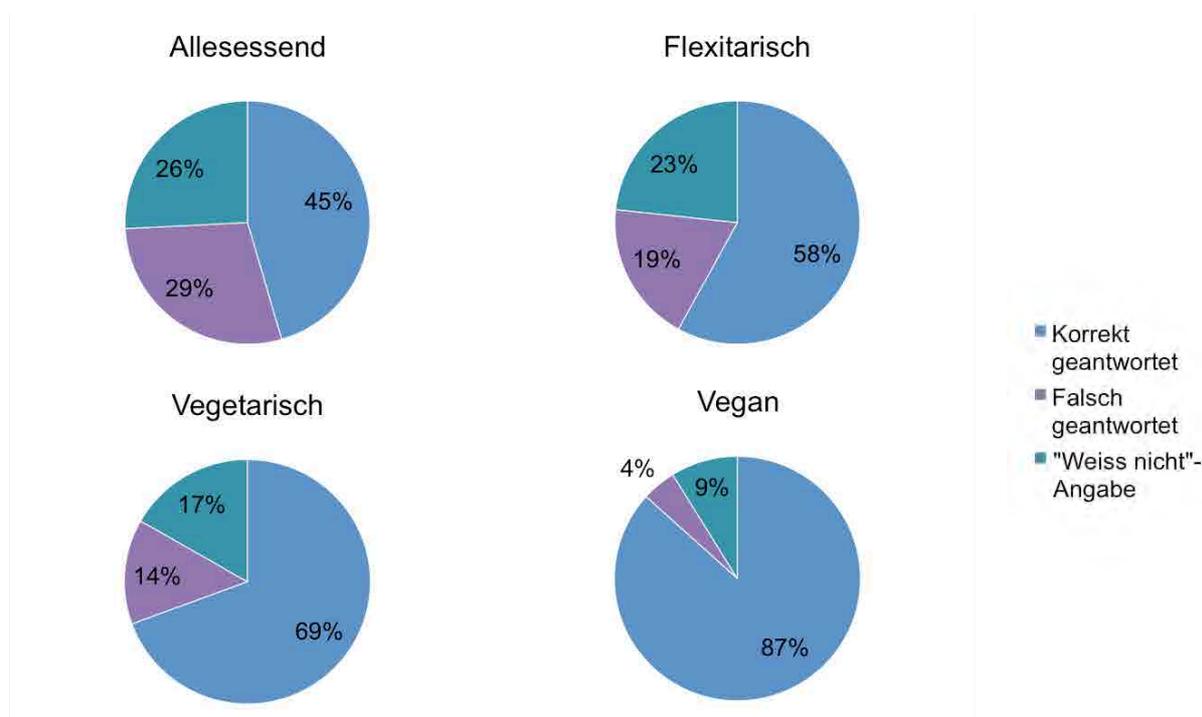


Abbildung 3: Wissensfragen Total, Prozentangaben pro Stichprobe

Auf Itemebene sollen nur einige Auffälligkeiten besprochen werden. So zeigte sich beispielsweise, dass bei der allesessenden Stichprobe von den insgesamt 35 Wissensitems nur sechs von mehr als 60% korrekt beantwortet wurden. Rund 73% wussten, dass weniger

tierische Lebensmittel zu konsumieren oder ganz darauf zu verzichten, den CO₂-Fussabdruck der eigenen Ernährung merklich verkleinern kann. Am anderen Ende des Spektrums, bei der veganen Stichprobe, gab es nur acht Items, welche von weniger als 80% korrekt beantwortet wurden. Ein grosser Unterschied bei den *Weiss-nicht*-Anteilen zeigte sich beispielsweise bei der Frage, ob Vitamin B12 von Bakterien produziert würde. Die allesessende und flexitarische Stichprobe gab zu über 67% *weiss nicht* an, im Unterschied zu knapp 50% bei der vegetarischen und rund 12% bei der veganen Stichprobe.

Zur Hypothesentestung wurde das Wissenskonstrukt zuerst unterteilt nach den drei untersuchten Themenbereichen Gesundheit, Umwelt sowie Nutztiere und anschliessend über alle Items hinweg auf Signifikanz überprüft. Dabei wurde geschaut, ob signifikante Unterschiede bezüglich der korrekt gegebenen Antworten und bezüglich des Anteils an *Weiss-nicht*-Angaben feststellbar waren. Die H-Tests ergaben in allen Fällen hochsignifikante Unterschiede von $p \leq .001$. Die Ergebnisse der paarweisen U-Tests zeigten, dass sich im Falle der korrekt gegebenen Antworten alle Stichproben in allen Konstrukten höchst signifikant mit Werten von $p \leq .001$ unterschieden. Im Falle der *Weiss-nicht*-Angaben unterschieden sich die allesessende und die flexitarische Stichprobe bezüglich Gesundheitswissen nicht signifikant ($p = .539$), in Bezug auf die anderen Bereiche aber schon. Alle anderen Stichproben unterschieden sich in allen Bereich signifikant mit Werten von $p = .045$ bis $p < .001$.

Wie bereits erwähnt, musste beim Wissen kontrolliert werden, ob das Bildungsniveau einen Einfluss auf die Ergebnisse hatte. Da das Bildungsniveau der einzelnen Stichproben genau gegenläufig zum Wissen der vier Stichproben war – also die vegane Stichprobe das vergleichsweise niedrigste Bildungsniveau, aber den höchsten Anteil an korrektem Wissen hatte – konnte davon ausgegangen werden, dass das Bildungsniveau keinen Einfluss auf das erhobene Wissen hatte. Die hier beschriebenen signifikanten Ergebnisse behalten also ihre Signifikanz.

4.2.3 Schmackhaftigkeit (H2)

Auch bei der Frage nach der Schmackhaftigkeit von tierischen und pflanzlichen Produkten zeigten sich Unterschiede zwischen den Stichproben. Tabelle 5 zeigt einerseits die Zustimmung zur Schmackhaftigkeit tierischer und andererseits pflanzlicher Produkte.

Tabelle 5: *Schmackhaftigkeit, Zustimmung in Prozent*

Konstrukt	% zugestimmt			
	Allesessend	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
Tierische Produkte	78.8	55.2	39.6	9.8
Pflanzliche Produkte	32.6	60.2	76.1	95.6

Mehr als 75% der allesessenden Stichprobe, über 50% der flexitarischen, knapp 40% der vegetarischen und knapp 10% der veganen Stichprobe stimmen zu, dass ihnen tierische Produkte wie Fleisch, Milch, Käse, Eier, etc. schmecken. Der Verzicht auf Kuhmilch, Rahm und Jogurt wäre für fast 88% der allesessenden, 77% der flexitarischen und 58% der vegetarischen Stichprobe ein grosses Opfer. Das einzige Item, welches bei der veganen Stichprobe eine grössere Zustimmung als 5% erhielt, war die Frage, ob der Geschmack von Käse vermisst würde. Ganze 26% der befragten Veganerinnen und Veganer stimmten dieser Aussage zu. Für die pflanzlichen Produkte oder Ernährung allgemein sieht das Bild im Vergleich zu den tierischen Produkten genau umgekehrt aus. Pflanzliche Alternativen zu Milch- und Fleischprodukten wurden insbesondere von der allesessenden Stichprobe als wenig schmackhaft eingestuft. Die vegane Ernährung insgesamt wurde von 45% der allesessenden und nur 16% respektive 7% der flexitarischen und vegetarischen Stichprobe als langweilig und fade eingeschätzt. Die veganen Befragten lehnten diese Aussage zu 100% ab.

In Tabelle 6 sind die Ergebnisse der Hypothesentestung dargestellt. Wie ersichtlich ist, ergeben die H-Tests bezüglich der Schmackhaftigkeit sowohl tierischer als auch pflanzlicher Produkte hochsignifikante Unterschiede.

Tabelle 6: *Schmackhaftigkeit, H-Test nach Kruskal und Wallis vor (und nach) Stratifizierung*

Konstrukt	Chi-Quadrat	df	Asymp. Sig. (<i>p</i>)
Tierische Produkte	607.165 (402.058)	3 (3)	.000 (.000)
Pflanzliche Produkte	560.415 (372.050)	3 (3)	.000 (.000)

Alle paarweisen U-Tests ergaben Signifikanzen von $p < .001$ für beide Konstrukte und für alle Stichproben. Um einen, in Kapitel 2.3 beschriebenen, möglichen Geschlechterunterschied bezüglich Beurteilung der Schmackhaftigkeit ausschliessen zu können, wurden die Stichproben stratifiziert. Die erneuten Testungen auf Signifikanz nach Stratifizierung (ebenfalls in Tabelle 6 enthalten) ergaben weiterhin hochsignifikante Unterschiede zwischen allen Ernährungsstichproben von $p < .001$. Die Geschlechterverteilung in den Stichproben hatte also keinen Einfluss auf das Ergebnis.

4.2.4 Soziales Umfeld als Barriere (H3)

Ob das soziale Umfeld als Barriere für die Umsetzung einer veganen Ernährung wahrgenommen wird, wurde mit fünf Items erfragt. Bei diesem Konstrukt zeigten sich auf deskriptiver Ebene keine so grossen Unterschiede wie bei der Schmackhaftigkeit. Über alle Items hinweg stimmten knapp 31% der allesessenden, gut 27% der flexitarischen, 20% der vegetarischen und 25% der veganen Stichprobe zu, dass das soziale Umfeld als Barriere wahr-

genommen würde. Am meisten Zustimmung erhielten zwei Items, welche einen direkten Bezug zu Familie, Freunde oder Partner machten. Vor allem die allesessende und die flexitarische Stichprobe stimmten mit 58% respektive 45% zu, dass es schwierig wäre sich vegan zu ernähren, weil die Familie und/oder der Partner nicht vegan essen möchten. Die vegetarische und die vegane Stichprobe stimmten dieser Aussage mit 26% beziehungsweise 28% zu. Der Aussage „Mich vegan zu ernähren wäre schwierig, weil ich in Situationen wie Familienessen, Mittagessen mit Arbeitskollegen, etc. nicht auffallen will“ stimmten die drei nicht-veganen Stichproben zu 17% bis maximal 27% zu. Hingegen gaben 40% der veganen Stichprobe an, dass sie es als herausfordernd empfinden sich vegan zu ernähren, weil es ihnen unangenehm sei, in solchen Situationen aufzufallen.

Hinsichtlich des Konstrukts Soziales Umfeld als Barriere ergab die Hypothesenprüfung mittels H-Test wiederum einen signifikanten Unterschied von $p < .001$. Die anschliessend durchgeführten U-Tests zeigten keine signifikanten Unterschiede zwischen der flexitarischen und der veganen Stichprobe ($p = .160$) sowie zwischen der vegetarischen und der veganen Stichprobe ($p = .190$). Für die anderen paarweisen Vergleiche ergaben sich signifikante Unterschiede von $p = .047$ bis $p < .001$.

4.3 Weitere Ergebnisse

In diesem Abschnitt werden, wie bereits angedeutet, diejenigen Items ausgewertet, welche nicht auf den Hypothesen beruhen, aber trotzdem relevante Informationen liefern.

Die flexitarische, vegetarische und vegane Stichprobe wurde nach deren Hauptmotive für den gewählten Ernährungsstil gefragt. Tierethische, gesundheitliche und ökologische Gründe wurden von allen Stichproben am meisten genannt, jedoch zeigen sich unterschiedliche Verteilungen zwischen den Stichproben. Tabelle 7 zeigt die insgesamt vier meistgenannten Gründe.

Tabelle 7: *Meistgenannte Motive für den gewählten Ernährungsstil*

Motiv	Prozent der Fälle		
	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
Tierethische Gründe (Tierschutz, Tierrechte, etc.)	68.7	93.9	95.8
Gesundheitlich Gründe (Krankheitsprävention, Gewichtsreduktion, etc.)	42.3	30.6	72.7
Ökologische Gründe (Nachhaltigkeit, Klimaauswirkungen, etc.)	73.0	78.6	90.8
Mir schmeckt Fleisch nicht / Mir schmecken Fleisch, Milchprodukte oder Eier nicht	22.7	21.4	11.8

Insbesondere gesundheitliche Gründe wurden von der veganen Stichprobe deutlich mehr genannt als von den anderen zwei Stichproben. Abneigung gegen den Geschmack lag in allen drei Stichproben auf dem vierten Platz der meistgenannten Gründe.

Die Items zu den allgemeinen ernährungsbezogenen Motiven sind auf sieben Motive aufgeteilt. Bei den Motiven Sensorischer Reiz und Zugang/Preis zeigen sich kaum Unterschiede zwischen den Stichproben. Alle Motive – ausser das Motiv Vertrautheit – wurden von allen Stichproben zu über 50% als wichtig eingestuft. Bei den Motiven Gesundheit, Umwelt und Tierwohl bewertete jeweils die vegane Stichprobe diese am wichtigsten. Von den insgesamt sieben Konstrukten wiesen nur drei signifikanten Unterschiede auf: Gesundheit ($\chi^2=66.223$, $df=3$, $p<.001$), Umwelt ($\chi^2=131.406$, $df=3$, $p<.001$) und Tierwohl ($\chi^2=259.792$, $df=3$, $p<.001$). Dabei unterschieden sich jeweils zumindest die allesessende und die vegane Stichprobe signifikant.

Mit einigen Items sollte gemessen werden, ob die Umsetzung einer veganen Ernährung als schwierig empfunden wird. Rund 51% der allesessenden, 31% der flexitarischen, 23% der vegetarischen und knapp 33% der veganen Stichprobe stimmten diesen insgesamt zu. Rund 48% der befragten Veganerinnen und Veganer stimmten zu, dass man bei der Umstellung auf die vegane Ernährung zu Beginn nicht wisse, was man anstelle von Eiern oder Milchprodukten wie Rahm und Käse verwenden könne. Hingegen stimmten nur gut 11% der Vegetarierinnen und Vegetarier dieser Aussage zu. Gut 48% der allesessenden, 35% der flexitarischen, 22% der vegetarischen und nur gut 4% der veganen Stichprobe stimmte zu, dass die vegane Ernährung teurer sei als eine nicht-vegetarische Ernährung. Das Item „Um sich vegan zu ernähren muss man sich zuerst informieren, wie das überhaupt geht“ erhielt von allen Stichproben eine grosse Zustimmung von über 80%.

Gefragt, ob es im engen (Familie, Freunde, Partner) oder erweiterten (Arbeitskollegen, Bekannte) sozialen Umfeld vegetarisch oder vegan lebende Personen gebe, mit welchen man sich bereits einmal über das Thema Ernährung unterhalten habe, stimmte die grosse Mehrheit aller Stichproben zu, mit Werten zwischen 67% und 93%. Im Vergleich dazu leben relativ wenige Befragte mit vegetarisch oder vegan lebenden Personen im gleichen Haushalt, wie Tabelle 8 zeigt.

Tabelle 8: *Prozent der Befragten, die mit vegetarisch oder vegan lebenden Personen im gleichen Haushalt wohnen*

Im Haushalt lebende	Prozent			
	Allesessend	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
Vegetarierinnen und Vegetarier	8.5	19.6	30.6	29.4
Veganerinnen und Veganer	2.6	5.5	4.1	31.5

Über 85% der Befragten aller Stichproben gaben an, schon einmal pflanzliche Milchersatzprodukte probiert zu haben. Für pflanzliche Fleischersatzprodukte lagen die Werte sogar bei über 93% der Befragten.

Bei der Frage, ob sich die Teilnehmenden vorstellen könnten, einen anderen Ernährungsstil auszuprobieren, zeigten sich relativ grosse Unterschiede zwischen den Stichproben. Ein sehr grosser Anteil der allesessenden Stichprobe kann sich vorstellen, die flexitarische (93%) und die vegetarische (80%) Ernährung auszuprobieren. Die vegane Ernährung auszuprobieren kann sich hingegen nur ungefähr ein Drittel (34%) der allesessenden Befragten vorstellen. Im Unterschied dazu zeigten sich 68% der flexitarischen und 81% der vegetarischen Stichprobe bereit, die vegane Ernährung auszutesten. Es wurde überprüft, ob sich diesbezüglich Unterschiede zwischen Altersgruppen und Bildungsniveau abzeichneten. Dazu wurden drei Alterskategorien (16-35, 36-55 und 56-76 Jahre) gebildet und – bezüglich der soeben beschriebenen Variablen – auf signifikante Unterschiede überprüft. Das Bildungsniveau wurde zu diesem Zweck in nichttertiär und tertiär unterteilt und ebenfalls auf Signifikanz überprüft. In beiden Fällen konnten keine signifikanten Unterschiede festgestellt werden. Auch hinsichtlich der angegebenen Urbanität wurde getestet, ob sich signifikante Unterschiede bei der Bereitschaft ergaben. Auch hier konnten keine signifikanten Unterschiede festgestellt werden.

Wie in Kapitel 3.4 erwähnt, wurden diejenigen Fälle, welche bei der Ernährungstypologie die Ausprägung Andere ($n=38$) gewählt hatten, nicht als eigenständige Gruppe betrachtet und deshalb nicht in die bisherigen Ergebnisbeschreibungen miteinbezogen. Hier erfolgt eine kurze Beschreibung dieser Gruppe. Um diese zu analysieren, wurden die 38 Fälle extrahiert und ihren Ausprägungen auf der Variable Ernährungsverhalten gegenübergestellt. Anhand der schriftlichen Antworten und den Angaben zum Ernährungsverhalten war es möglich, 23 Fälle exakt einer der Ernährungstypologien zuzuordnen (Allesessend $n=9$, Flexitarisch $n=4$, Vegetarisch $n=7$ und Vegan $n=3$), 15 Fälle blieben nicht zugeordnet. Von diesen wäre es bei näherer Betrachtung möglich, 14 als Vegan mit Ausnahmen und 1 als Vegetarisch mit Ausnahmen zu beschreiben. Da die Kategorie Andere zum Zeitpunkt des Ausfüllens keinem Ernährungstyp zugeordnet werden konnte, erschienen – aufgrund der Struktur des Fragebogens – ernährungstypspezifische Filterfragen bei diesen Teilnehmenden nicht. Aus diesem Grund war es nicht sinnvoll, eine Neuordnung dieser Fälle vorzunehmen, da dies bei der Auswertung dazu geführt hätte, dass diese Fälle bei den Hypothesen 2 und 3 und bei einigen weiteren Items fehlende Werte erzeugt hätten.

5 Interpretation und Diskussion der Ergebnisse

Dieses Kapitel fasst die zentralen Ergebnisse noch einmal zusammen und überprüft, ob die Hypothesen vor dem Hintergrund der Ergebnisse bestätigt oder abgelehnt werden. Es wird besprochen, welche Schlüsse aus den Ergebnissen gezogen werden und wie diese interpretiert werden können, auch vor dem Hintergrund der in Kapitel 2 vorgestellten theoretischen Befunde. Weiter werden praxisrelevante Implikationen für die Praxispartnerin diskutiert, welche sich aus den Ergebnissen ableiten lassen. Abschliessend werden die Stärken und Limitationen der Untersuchung besprochen, wie auch weiterführende Forschungsfragen vorgeschlagen.

5.1 Haupterkenntnisse

Die Auswertungen in Kapitel 4 haben gezeigt, dass es in den untersuchten Fällen meistens – wie erwartet – tatsächlich Unterschiede zwischen den vier Ernährungstypen gibt; speziell zwischen denjenigen am jeweiligen Ende des Ernährungsspektrums, also zwischen der allesessenden und der veganen Gruppe. Tabelle 9 zeigt noch einmal die getesteten Hypothesen und beschreibt, ob diese aufgrund der Ergebnisse bestätigt oder abgelehnt werden.

Tabelle 9: Zusammenfassung Hypothesenbeantwortung

Nr. Hypothese	Ergebnis
H1 Es wird erwartet, dass Veganerinnen und Veganer im Vergleich zu Flexitarier/innen, Vegetarier/innen und Allesesser/innen mehr über die Auswirkungen des eigenen Ernährungsstils auf Gesundheit, Umwelt und Nutztiere wissen .	Hypothese bestätigt
H2 Es wird erwartet, dass Veganer/innen die Schmackhaftigkeit tierischer Produkte am niedrigsten und pflanzlicher Produkte am höchsten beurteilen. Es wird umgekehrt erwartet, dass Allesesser/innen die Schmackhaftigkeit tierischer Produkte am höchsten und pflanzlicher Produkte am niedrigsten beurteilen. Für die Gruppe der Vegetarier/innen und der Flexitarier/innen werden uneinheitliche Ergebnisse erwartet.	Hypothese bestätigt
H3 Es wird erwartet, dass Veganer/innen das soziale Umfeld als Barriere für die Umsetzung einer veganen Ernährung am niedrigsten, Vegetarier/innen und Flexitarier/innen mittel und Allesesser/innen am höchsten beurteilen.	Hypothese nur für Allesesser/innen bestätigt, für andere Ernährungstypen abgelehnt

Wie die Auswertungen gezeigt haben, kann die Hypothese 1 bestätigt werden. Die vier Ernährungstypen unterscheiden sich in allen drei Wissensbereichen jeweils signifikant voneinander, wobei die vegane Stichprobe am meisten Fragen korrekt beantwortete. Die

vegetarische Stichprobe liegt auf Platz 2, die flexitarische auf Platz 3 und die allesessende Stichprobe auf Platz 4. Mit insgesamt 45% korrekt beantworteten Fragen schnitten die allesessenden Befragten also am schlechtesten ab. Diese Ergebnisse passen in das Bild der in Kapitel 2 beschriebenen Studien, welche besagen, dass zwar ein gewisses Bewusstsein für die ökologischen und gesundheitlichen Konsequenzen einer nicht-pflanzenbasierten Ernährung vorhanden sei, diese aber oft unterschätzt würden (siehe Lazzarini et al., 2016; Lea et al., 2006; Macdiarmid et al., 2016; Shi et al., 2016; Tobler et al., 2011). Wie aber sind die signifikanten Unterschiede zwischen all den Ernährungstypen zu deuten? Wissen und Verhalten korrelieren offenbar, mehr Wissen führt aber nicht zwingend zu Verhaltensveränderungen, so Schultz (2002). Die Kausalität des Zusammenhangs zwischen Wissen und Verhalten kann auch in der vorliegenden Untersuchung nicht bestimmt werden. Es können lediglich einige Vermutungen angestellt werden. So wäre es einerseits möglich, dass eine vertiefte Auseinandersetzung mit dem Thema Ernährung dazu führt, dass daraus Motive entstehen, welche die Reduktion oder den Verzicht auf tierische Produkte anstossen. Andererseits ist es aber auch denkbar, dass – wie auch Pribis et al. (2010) vermuten – ein pflanzenbasierter Lebensstil möglicherweise zu mehr Ernährungswissen führe. Umgekehrt stellt aber wohl ein Wissensmangel bezüglich Auswirkungen des eigenen Ernährungsverhaltens durchaus eine Barriere für Verhaltensveränderungen dar (Schultz, 2002).

Hypothese 2 kann, ebenso wie Hypothese 1, bestätigt werden. Die veganen Befragten schätzten die Schmackhaftigkeit tierischer Produkte am niedrigsten und diejenige pflanzlicher Produkte am höchsten ein. Für die allesessenden Teilnehmenden zeigte sich genau das umgekehrte Bild. Die flexitarische und die vegetarische Stichprobe lagen mit ihren Beurteilungen der Schmackhaftigkeit im mittleren Bereich, wobei die vegetarische näher bei der veganen und die flexitarische näher bei der allesessenden Stichprobe lagen. Der Verzicht auf tierische Produkte stellt insbesondere für die allesessende Gruppe ein grosses Opfer dar, wobei interessanterweise der Verzicht auf Milchprodukte als schmerzhafter empfunden wurde, als der Verzicht auf Fleisch. Die Schmackhaftigkeit pflanzlicher Alternativprodukte schnitt bei der allesessenden Stichprobe relativ schlecht ab und knapp die Hälfte von ihnen beurteilte die vegane Ernährung insgesamt als fade und langweilig. Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass die unterschiedlich beurteilte Schmackhaftigkeit tierischer gegenüber pflanzlicher Produkte eine mögliche Barriere für die Umsetzung einer pflanzenbasierten Ernährung darstellt. Dies würde die Befunde von Hunter und Röö (2016) und von Lea und Worsley (2003) stützen.

Für Hypothese 3 zeigten sich keine so eindeutigen Ergebnisse. Die Zustimmung, dass das soziale Umfeld als Barriere wahrgenommen würde, lag über alle Stichproben hinweg bei maximal 30 Prozent. Die grösste Zustimmung zeigten zwar die allesessenden Befragten,

das soziale Umfeld als Barriere wurde aber von der vegetarischen – und nicht wie erwartet von der veganen Stichprobe – am niedrigsten eingeschätzt. Die vegane und die flexitarische Stichprobe lagen zwischen der allesessenden und vegetarischen Stichprobe. Es muss allerdings auch angemerkt werden, dass sich die vegane und die vegetarische sowie die vegane und die flexitarische Stichprobe nicht signifikant unterschieden. Die Hypothese 3 wird also nur für die allesessenden Befragten bestätigt, für die anderen muss sie abgelehnt werden. Dies lässt zwar vermuten, dass das soziale Umfeld für die allesessende und allenfalls die flexitarische Stichprobe eine Barriere sein kann, wie es die Studien von Hunter und Röö (2016) und von Lea und Worsley (2003) nahelegen. Ungefähr die Hälfte der beiden Gruppen würde es schwierig finden sich vegan zu ernähren, weil die Familie und/oder der Partner dies nicht wollten. Insgesamt gesehen beurteilen aber alle Ernährungstypen das soziale Umfeld nicht als sehr grosse Barriere. Interessanterweise empfanden die veganen Befragten es als grössere Herausforderung, in sozialen Situationen als vegan lebende Person aufzufallen, als alle anderen Ernährungstypen, für welche dies ein hypothetisches Szenario darstellt. Eine mögliche Interpretation dafür ist, dass die veganen Befragten, welche solche Situationen real erleben, eventuell mehr Stigma erfahren, als dies den anderen Ernährungstypen bekannt wäre.

Was sind also die Motive hinter den jeweiligen Ernährungsentscheidungen? Wie wir bereits gesehen haben unterscheiden sich die verschiedenen Ernährungstypen hinsichtlich allgemeiner Motive – ob das Essen gut schmecken soll, ob es einfach zuzubereiten sein muss, etc. – nicht. Für die veganen Befragten wiegen die Motive Gesundheit, Umwelt und Tierwohl vergleichsweise am stärksten. Es zeigte sich aber, dass Gesundheit bei den täglichen Ernährungsentscheidungen bei allen Ernährungstypen im Vergleich zu Umwelt und Tierwohl am wenigsten wichtig ist. Umwelt und Tierwohl wurde von allen Befragten als wichtiges Motiv für Ernährungsentscheidungen beurteilt. Dieser Befund verdeutlicht, dass dieselben Motive nicht zu gleichem Verhalten motivieren müssen und dass das Verhalten nicht unbedingt mit den Motiven übereinstimmen muss. Mit Bastian und Loughnan (2017) und Kunst und Hohle (2016) könnte argumentiert werden, dass Mechanismen der Dissonanzreduktion und kulturelle Dissoziation dies ermöglichen.

Können sich aber die Befragten trotzdem vorstellen, ihr Ernährungsverhalten zu ändern? Die Ergebnisse zeigen, dass sich die allesessenden Befragten eine flexitarische und auch vegetarische Ernährung auszuprobieren sehr gut vorstellen können. Bei der veganen Ernährung sieht es aber anders aus. Diese auszuprobieren könnte sich nur – oder immerhin – ungefähr ein Drittel. Dieser Befund steht etwas in Kontrast zu Befunden von Hunter und Röö (2016), Lea und Worsley (2003) und Lea et al., 2006 welche feststellten, dass der Widerstand gegen einen kompletten Verzicht auf Fleisch viel grösser war, als gegen eine Re-

duktion des Fleischkonsums. Die vorliegenden Ergebnisse deuten darauf hin, dass eine vegetarische Ernährung breitere Akzeptanz genießt als angenommen, jedoch die vegane Ernährung – zumindest aus der Perspektive der allesessenden Personen – auf mehr Widerstand stösst. Die flexitarischen und vegetarischen Befragten zeigten sich diesbezüglich um einiges interessierter. Da danach gefragt wurde, ob man sich das Ausprobieren des jeweiligen Ernährungsstils vorstellen könne, muss aber auch bedacht werden, dass „Ausprobieren“ subjektiv sehr unterschiedlich interpretierbar ist, was möglicherweise die Aussagekraft dieser Ergebnisse ein wenig einschränkt. Schliesslich wurde auch noch überprüft, ob es tatsächlich die jungen, gut ausgebildeten, urbanen Menschen sind – wie es die übergeordnete Fragestellung nahelegt – die sich am ehesten für die vegane Ernährung interessieren. Diese Frage muss für die vorliegenden Ergebnisse verneint werden. Es zeigten sich weder hinsichtlich Alter, noch hinsichtlich Bildungsniveau und Urbanität signifikante Unterschiede im Interesse, die vegane Ernährung auszuprobieren.

Welche Schlüsse lassen sich abschliessend aus diesen Ergebnissen für die Beantwortung der Hauptfragestellung ableiten? Rufen wir uns diese noch einmal in Erinnerung:

Welche psychologischen Faktoren beeinflussen Veränderungen des Ernährungsverhaltens hin zu einer veganen Ernährung und was verhindert eine Umstellung, speziell bei jungen, urbanen, gut ausgebildeten Menschen?

Wie wir nun wissen, gibt es Wissensunterschiede zwischen vegan und nicht-vegan lebenden Personen. Der Wissensmangel bei den nicht-veganen Personen kann als mögliche Barriere gedeutet werden, welche verhindert, dass das Ernährungsverhalten in diese Richtung geändert wird. Da aber die Kausalität zwischen Wissen und Verhalten in der vorliegenden Untersuchung nicht bestimmt werden kann, bleibt es eine Vermutung, ob mehr ernährungsspezifisches Wissen über Auswirkungen tatsächlich zu einer Verhaltensveränderung führt. Geschmackliche Aspekte – und in untergeordneter Rolle das soziale Umfeld – scheinen ebenfalls eine Rolle zu spielen, wie offen die Befragten gegenüber der veganen Ernährung sind.

5.2 Handlungsempfehlungen

Welche Handlungsempfehlungen lassen sich aufgrund der Ergebnisse für die Praxispartnerin ableiten?

Wie die vorliegende Untersuchung zeigt, ist die Offenheit für die vegetarische Ernährung sehr gross. Ausserdem zeigte sich, dass der Verzicht auf Milchprodukte als grösseres Opfer empfunden wird als der Verzicht auf Fleisch. Das könnte darauf hindeuten, dass Alternativen für Milchprodukte noch zu wenig bekannt sind oder unklar ist, wie die Zubereitung von

gewohnten Mahlzeiten ohne diese Produkte funktioniert. Allgemein scheinen insbesondere bei den Allesesserinnen und Allesessern die Vorurteile – veganes Essen sei langweilig, wenig schmackhaft, umständlich und aufwändig in der Zubereitung und ausserdem teuer – relativ stark verankert. In diesem Bereich scheint also noch mehr Aufklärungsarbeit nötig. Corrin und Papadopoulos (2017) weisen darauf hin, wie wichtig es sei, dass Personen das Gefühl haben, sie seien tatsächlich fähig ihre Ernährung zu verändern. Um dies zu erreichen müssen Informationen und Instrumente zur Verfügung gestellt werden, wie vegane Mahlzeiten aussehen können und wie diese zubereitet werden. Es sollte aufgezeigt werden, dass veganes Essen gut schmecken kann und auch einfach zuzubereiten ist. Ausserdem scheint viel Unsicherheit zu bestehen, wie man sich „richtig“ vegan ernährt, also nicht nur in der praktischen Umsetzung sondern auch bezüglich Ernährungswissen. Hier sind ebenfalls weitere Massnahmen nötig, die zeigen können, welche pflanzlichen Lebensmittel welche Nährstoffe bieten und welche pflanzlichen Nährstoffe die tierischen ersetzen können.

Ein weiteres Massnahmenbündel könnte sich mit dem erhobenen Wissensmangel der nicht-vegane Bevölkerung bezüglich Auswirkungen der eigenen Ernährung auf Gesundheit, Umwelt und Nutztiere befassen. Dabei sollten die gesundheitlichen, ökologischen und tierethischen Vorteile der veganen Ernährung hervorgehoben werden. Bezüglich Nutztierhaltung weisen aber beispielsweise Bastian und Loughnan (2017) darauf hin, dass es möglicherweise nicht reicht, das Bewusstsein der Bevölkerung für das in der Produktion tierischer Lebensmittel inhärente Leiden zu schärfen, solange der Glaube vorherrscht, tierische Produkte seien die einzige brauchbare Proteinquelle (oder auch Kalzium-, Eisenquelle, etc.). Dies bringt uns wieder zurück zu der eingangs erwähnten Notwendigkeit, die Bevölkerung über pflanzliche Nährstoffquellen als Alternativen zu informieren.

Gerade bezüglich der Kommunikation ökologischer und gesundheitlicher Gefahren des Konsums tierischer Produkte, ist auch mit Skepsis gegenüber der wissenschaftlichen Datengrundlage zu rechnen. Auch aus diesem Grund legen die Studien von Hunter und Rööös (2016), Lazzarini et al. (2016) und Siegrist et al. (2015) nahe, dass beispielsweise das Hervorheben nur der gesundheitlichen Vorteile nicht ausreichend zu einer Ernährungsveränderung animiert. Vielmehr postulieren sie, dass die Vorteile in all diesen Bereichen gebündelt genutzt werden, um mehrere Motive gleichzeitig anzusprechen. So sollte beispielsweise darauf hingewiesen werden, dass die Wahl des veganen Tofu-Menüs in der Kantine nicht nur besser für die Tiere, sondern auch für die Umwelt und die Gesundheit ist.

Verbessertes Wissen ist also sicher erstrebenswert, führt aber wie bereits erwähnt, an sich noch nicht automatisch dazu, dass Personen ihr Verhalten ändern (Schultz, 2002). Deshalb sind Massnahmen, welche spezifische Barrieren (und Vorurteile) reduzieren – ausserhalb der Wissensvermittlung zu den Vorteilen (oder Problemen) in den Bereichen Gesundheit,

Umwelt und Nutztiere – essentiell. Corrin und Papadopoulos (2017) legen sogar nahe, dass es vorteilhafter sein kann, den Fokus darauf zu legen, die wahrgenommenen Barrieren zu beseitigen, anstatt die Vorteile einer Ernährungsveränderung zu betonen.

Wissens- und Informationsvermittlung kann das Bewusstsein und die Bedenken bezüglich verschiedener ernährungsbezogener Auswirkungen steigern. Um aber eine Verhaltensveränderung zu erreichen, scheint es am sinnvollsten, möglichst verschiedene ernährungsbezogenen Motive anzusprechen; auch über Gesundheit, Umwelt und Tierwohl hinaus, wie zum Beispiel Preis, Zubereitung, Geschmack, etc.

5.3 Kritische Würdigung und Grenzen der Arbeit

Hier sollen einige Punkte kritisch reflektiert werden und auch Grenzen dieser Arbeit aufgezeigt werden.

Die in Kapitel 4.1 besprochenen, teils nur befriedigenden Reliabilitäten, bedeuten eine gewisse Eingeschränktheit der Ergebnisaussagen. Unter Berücksichtigung des Umstandes, dass nicht mit einem bestehenden, bereits getesteten Instrument gearbeitet werden konnte, und eine umfangreiche Testung im Vorfeld nicht möglich war, sind die Reliabilitätswerte aber zufriedenstellend. Bei der Operationalisierung der Konstrukte „Soziales Umfeld“ und „Schmackhaftigkeit“ sollte in zukünftigen Untersuchungen ein besonderes Augenmerk darauf gerichtet werden, dass diese bereits im Vorfeld auf ihre Reliabilität geprüft werden können.

Wie bereits in Kapitel 3.3 angedeutet, kann die Stichprobe nicht als repräsentativ für die Schweizer Bevölkerung angesehen werden. Allerdings gelang es, die angestrebte Zielgruppe der Praxispartnerin – mit einem Durchschnittsalter von 32 Jahren, einem hohen Bildungsniveau und einem grossen Anteil Studierender aus mehrheitlich urbanen Lebensräumen – abzudecken. Das hohe Bildungsniveau und der hohe Studierenden-Anteil in den nicht-vegane Stichproben werden auf die Rekrutierung an Hochschulen der FHNW zurückgeführt. Der viel grössere Anteil weiblicher Teilnehmerinnen ist kongruent mit wissenschaftlichen Befunden, welche fanden, dass in westlichen Gesellschaften der Grossteil der sich pflanzenbasiert ernährenden Personen weiblich ist (Ruby, 2012). Wo nötig wurde auf geschlechterspezifische Unterschiede geprüft.

5.4 Ausblick

Ein Grossteil der aktuellen wissenschaftlichen Studien, welche sich mit ernährungsbezogenen Entscheidungen, Motiven und Verhalten auseinandersetzen, untersuchen oft nicht spezifisch die vegane Ernährung, sondern fassen vegane, vegetarische und teils auch flexitarische Ernährungsstile zusammen. Zukünftig braucht es noch mehr Untersuchungen,

welche sich den Unterschieden zwischen den verschiedenen Ernährungstypen widmen, um fundiertere Aussagen zu Beweggründen und Barrieren machen zu können.

Zukünftige Forschung sollte untersuchen, ob es bei der Entscheidung, vom normbasierten Ernährungsverhalten abzuweichen, einen kausalen Zusammenhang gibt zwischen den Motiven hinter dieser Entscheidung und dem Wissensstand in diesem Bereich. Wie die vorliegende Untersuchung zeigen konnte, gibt es zwar gewisse Unterschiede zwischen den Ernährungstypen bezüglich der Motive Gesundheit, Umwelt und Tierwohl. Unklar bleibt aber, ob die Stärke dieser Motive der entscheidende Faktor für Verhaltensveränderungen ist, oder ob andere Einflussfaktoren gleich stark oder stärker wirken. Denkbar wäre es, die Beweggründe vegan lebender Personen genauer zu untersuchen und dabei nicht nur bewusst zugängliche Motive zu betrachten, sondern auch unbewussten Prozessen Aufmerksamkeit zu schenken.

Ebenfalls interessant wäre es, dem festgestellten Umstand nachzugehen, weshalb die vegetarische Ernährung auf so grosses Interesse bei den Allesesserinnen und Allesesser stösst, die vegane Ernährung aber auf relativ wenig Interesse.

6 Literaturverzeichnis

- Aronson, E., Wilson, T. & Akert, R. (2014). *Sozialpsychologie* (8. Aufl.). Hallbergmoos: Pearson.
- Bastian, B. & Loughnan, S. (2017). Resolving the meat-paradox: A motivational account of morally troublesome behavior and its maintenance. *Personality and Social Psychology Review*, 21 (3), 278-299. <https://doi.org/10.1177/1088868316647562>
- Breshnahan, M., Zhuang, J. & Zhu, X. (2016). Why is the vegan line in the dining hall always the shortest? Understanding vegan stigma. *Stigma and Health*, 1 (1), 3-15. <http://dx.doi.org/10.1037/sah0000011>
- Bühner, M. (2011). *Einführung in die Test- und Fragebogenkonstruktion* (3. Aufl.). München: Pearson.
- Bundesamt für Statistik (BFS). (2010). *Vom Feld bis auf den Teller. Die Lebensmittelkette in der Schweiz*. Verfügbar unter: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/aktuell/neue-veroeffentlichungen.assetdetail.347613.html>
- Connors, M., Bisogni, C. A., Sobal, J. & Devine, C. M. (2001). Managing values in personal food systems. *Appetite*, 36, 189-200. <https://doi.org/10.1006/appe.2001.0400>
- Corrin, T. & Papadopoulos, A. (2017). Understanding the attitudes and perceptions of vegetarian and plant-based diets to shape future health promotion programs. *Appetite*, 109, 40-47. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2016.11.018>
- de Boer, J., Schösler, H. & Aiking, H. (2017). Towards a reduced meat diet: Mindset and motivation of young vegetarians, low, medium and high meat-eaters. *Appetite*, 113, 387-397. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.03.007>
- Djoussé, L., Gaziano, J. M., Buring, J. E. & Lee, I-M. (2009). Egg consumption and risk of type 2 diabetes in men and women. *Diabetes Care*, 32 (2), 295-300. <https://doi.org/10.2337/dc08-1271>
- FAO (2011). *World Livestock 2011 – Livestock in food security*. Rome: Fao. Verfügbar unter: <http://www.fao.org/docrep/014/i2373e/i2373e.pdf>

Fraser, G. E. (1999). Associations between diet and cancer, ischemic heart disease, and all-cause mortality in non-hispanic white California Seventh-day Adventists, *The American Journal of Clinical Nutrition*, 70 (3), 532s-538s.

<https://doi.org/10.1093/ajcn/70.3.532s>

Furst, T., Connors, M., Bisogni, C. A., Sobal, J. & Winter Falk, L. (1996). Food choice: a conceptual model of the process. *Appetite*, 26, 247-266.

<https://doi.org/10.1006/appe.1996.0019>

Gerbens-Leenes, P. W., Nonhebel, S. & Ivens, W. P. M. F. (2002). A method to determine land requirements relating to food consumption patterns. *Agriculture, Ecosystems and Environment*, 90, 47-58. [https://doi.org/10.1016/S0167-8809\(01\)00169-4](https://doi.org/10.1016/S0167-8809(01)00169-4)

Goodland, R. & Anhang, J. (2009). Livestock and climate change: What if the key actors in climate change are... cows, pigs, and chickens? *World Watch Magazine*, 22 (6), 10-19.

Verfügbar unter:

<http://www.worldwatch.org/files/pdf/Livestock%20and%20Climate%20Change.pdf>

Graça, J., Oliveira, A. & Calheiros, M. M. (2015). Meat, beyond the plate. Data-driven hypotheses for understanding consumer willingness to adopt a more plant-based diet. *Appetite*, 90, 80-90. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2015.02.037>

Greenpeace. (2009). *Amazon Cattle Footprint, Mato Grosso: State of Destruction*. Verfügbar unter: <https://www.greenpeace.org/archive-international/Global/international/planet-2/report/2009/1/amazon-cattle-footprint-mato.pdf>

Hirt, H. (2004). *Töten männlicher Legeküken - Situationsanalyse Schweiz 2004*. Frick: Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL). Verfügbar unter:

http://orgprints.org/14779/1/hirt-2004-bericht_kuekentoeten.pdf

Hunter, E. & Rööß, E. (2016). Fear of climate change consequences and predictors of intentions to alter meat consumption. *Food Policy*, 62, 151-160.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.foodpol.2016.06.004>

- Janssen, M., Busch, C., Rödiger, M. & Hamm, U. (2016). Motives of consumers following a vegan diet and their attitudes towards animal agriculture. *Appetite*, 105, 643-651.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2016.06.039>
- Jungermann, H., Pfister, H.-R. & Fischer, K. (2005). *Die Psychologie der Entscheidung. Eine Einführung* (2. Aufl.). Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.
- Köster, E. P. (2009). Diversity in the determinants of food choice: a psychological perspective. *Food Quality and Preference*, 20, 70-82.
<https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2007.11.002>
- Kunst, J. R. & Hohle, S. M. (2016). Meat eaters by dissociation: How we present, prepare and talk about meat increases willingness to eat meat by reducing empathy and disgust. *Appetite*, 105, 758-774. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2016.07.009>
- Larsson, S. C., Bergkvist, L. & Wolk, A. (2004). Milk and lactose intakes and ovarian cancer risk in the Swedish Mammography Cohort, *The American Journal of Clinical Nutrition*, 80 (5), 1353–1357, <https://doi.org/10.1093/ajcn/80.5.1353>
- Lazzarini, G. A., Visschers, V. H. M. & Siegrist, M. (2017). Our own country is best: Factors influencing consumers' sustainability perceptions of plant-based foods. *Food Quality and Preference*, 60, 165-177. <http://dx.doi.org/10.1016/j.foodqual.2017.04.008>
- Lazzarini, G. A., Zimmermann, J., Visschers, V. H. M. & Siegrist, M. (2016). Does environmental friendliness equal healthiness? Swiss consumers' perception of protein products. *Appetite*, 105, 663-673. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2016.06.038>
- Le, L. T. & Sabaté, J. (2014). Beyond meatless, the health effects of vegan diets: Findings from the Adventist cohorts. *Nutrients*, 6 (6), 2131-2147.
<https://doi.org/10.3390/nu6062131>
- Lea, E., Crawford, D. & Worsley, A. (2006). Public views of the benefits and barriers to the consumption of a plant-based diet. *European Journal of Clinical Nutrition*, 60, 828-837.
<http://dx.doi.org/10.1038/sj.ejcn.1602387>

- Lea, E. & Worsley, A. (2001). Influences on meat consumption in Australia. *Appetite*, 36, 127-136. <https://doi.org/10.1006/appe.2000.0386>
- Lea, E. & Worsley, A. (2003). Benefits and barriers to the consumption of a vegetarian diet in Australia. *Public Health Nutrition*, 6 (5), 505-511.
<https://doi.org/10.1079/PHN2002452>
- Lindeman, M. & Väänänen, M. (2000). Measurement of ethical food choice motives. *Appetite*, 34, 55-59. <https://doi.org/10.1006/appe.1999.0293>
- Lund, T. B., McKeegan, D. E. F., Cribbin, C. & Sandøe, P. (2016). Animal ethics profiling of vegetarians, vegans and meat-eaters. *Anthrozoös*, 29 (1), 89-106.
<https://doi.org/10.1080/08927936.2015.1083192>
- Lyerly, J. E. & Reeve, C. L. (2015). Development and validation of a measure of food choice values. *Appetite*, 89, 47-55. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2015.01.019>
- Macdiarmid, J. I., Douglas, F. & Campbell, J. (2016). Eating like there's no tomorrow: Public awareness of the environmental impact of food and reluctance to eat less meat as part of a sustainable diet. *Appetite*, 96, 487-493.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2015.10.011>
- MacInnis, C. C. & Hodson, G. (2017). It ain't easy eating greens: Evidence of bias toward vegetarians and vegans from both source and target. *Group Processes & Intergroup Relations*, 20 (6), 721-744. <https://doi.org/10.1177/1368430215618253>
- Mekonnen, M. M. & Hoekstra, A. Y. (2012). A global assessment of the water footprint of farm animal products. *Ecosystems*, 15, 401-415. <https://doi.org/10.1007/s10021-011-9517-8>
- Micha, R., Michas, G. & Mozaffarian, D. (2012). Unprocessed red and processed meats and risk of coronary artery disease and type 2 diabetes – An updated review of the evidence. *Current Atherosclerosis Reports*, 14 (6), 515-524.
<http://doi.org/10.1007/s11883-012-0282-8>

- Oppenlander, R. (2013). *Food choices and sustainability. Why buying local, eating less meat, and taking baby steps won't work*. Minneapolis: Langdon Street Press.
- Pan, A., Sun, Q., Bernstein, A. M., Schulze, M. B., Manson, J. E., Willett, W. C., et al. (2011). Red meat consumption and risk of type 2 diabetes: 3 cohorts of US adults and an updated meta-analysis. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 94 (4), 1088-1096. <https://doi.org/10.3945/ajcn.111.018978>
- Pimentel, D. & Pimentel, M. (2003). Sustainability of meat-based and plant-based diets and the environment. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 78 (3), 660S-663S. <https://doi.org/10.1093/ajcn/78.3.660S>
- Popkin, B. M. (2006). Global nutrition dynamics: the world is shifting rapidly toward a diet linked with noncommunicable diseases. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 84 (2), 289-298. <https://doi.org/10.1093/ajcn/84.1.289>
- Pribis, P., Pencak, R. & Grajales, T. (2010). Beliefs and attitudes toward vegetarian lifestyle across generations. *Nutrients*, 2, 523-531. <https://doi.org/10.3390/nu2050523>
- Proviande (2015). *Der Fleischmarkt im Überblick, 2015*. Verfügbar unter: <https://www.proviande.ch/de/dienstleistungen-statistik/statistik/publikationen/archiv.html>
- Proviande (2017). *Pro Kopf Konsum seit 1949*. (erhältlich von Proviande Statistik, Brunnhofweg 37, Postfach, 3001 Bern, statistik@proviande.ch)
- Radzevičienė, L. & Ostrauskas, R. (2012). Egg consumption and the risk of type 2 diabetes mellitus: A case-control study. *Public Health Nutrition*, 15 (8), 1437-1441. <https://doi.org/10.1017/S1368980012000614>
- Richman, E. L., Kenfield, S. A., Stampfer, M. J., Giovannucci, E. L. & Chan, J. M. (2011). Egg, red meat, and poultry intake and risk of lethal prostate cancer in the prostate-specific antigen-era: Incidence and survival. *Cancer Prevention Research*, 4 (12), 2110-2121. <http://doi.org/10.1158/1940-6207.CAPR-11-0354>

Rosenfeld, D. L. & Burrow, A. L. (2017). Vegetarian on purpose: Understanding the motivations of plant-based dieters. *Appetite*, 116, 456-463.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2017.05.039>

Ruby, M. B. (2012). Vegetarianism. A blossoming field of study. *Appetite*, 58, 141-150.

<https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.09.019>

Sans, P. & Combris, P. (2015). World meat consumption patterns: an overview of the last fifty years (1961-2011). *Meat Science*, 109, 106-111.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.meatsci.2015.05.012>

Schultz, P. W. (2002). Knowledge, information, and household recycling: examining the knowledge-deficit model of behavior change. In D. Dietz & P. C. Stern (Eds.), *New tools for environmental protection. Education, information, and voluntary measures*. Washington, DC: National Academy Press.

Shi, J., Visschers, V. H. M., Bumann, N. & Siegrist, M. (2016). Consumers' climate-impact estimations of different food products. *Journal of Cleaner Production*, 1-8.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.jclepro.2016.11.140>

Siegrist, M., Visschers, V. H. M. & Hartmann, C. (2015). Factors influencing changes in sustainability perception of various food behaviors: Results of a longitudinal study. *Food Quality and Preference*, 46, 33-39.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.foodqual.2015.07.006>

Song, Y., Chavarro, J. E., Cao, Y., Qiu, W., Mucci, L., Sesso, H. D., et al. (2013). Whole milk intake is associated with prostate cancer-specific mortality among U.S. male physicians. *The Journal of Nutrition*, 143 (2), 189-196.

<https://doi.org/10.3945/jn.112.168484>

Song, M., Fung, T. T., Hu, F. B., Willett, W. C., Longo, V. D., Chan, A. T., et al. (2016) Association of animal and plant protein intake with all-cause and cause-specific mortality. *JAMA Internal Medicine*, 176 (10), 1453-1463.

<http://doi.org/10.1001/jamainternmed.2016.4182>

Spencer, C. (1995). *The heretic's feast. A history of vegetarianism*. Hanover: University Press of New England.

Steinfeld, H., Gerber, P., Wassenaar, T., Castel, V., Rosales, M. & de Haan, C. (2006).

Livestock's long shadow: Environmental issues and options. Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). Verfügbar unter:

<http://www.fao.org/3/a-a0701e.pdf>

Stephens, A., Pollard, T. M. & Wardle, J. (1995). Development of a measure of the motives underlying the selection of food: the Food Choice Questionnaire. *Appetite*, 25, 267-284. <https://doi.org/10.1006/appe.1995.0061>

Swissveg. *Veg-Umfrage 2017*. Verfügbar unter: <https://www.swissveg.ch/veg-umfrage>

Tobler, C., Visschers, V. H. M. & Siegrist, M. (2011). Eating green. Consumers' willingness to adopt ecological food consumption behaviors. *Appetite*, 57, 674-682.

<https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.08.010>

Tseng, M., Breslow, R. A., Graubard, B. I. & Ziegler, R. G. (2005). Dairy, calcium, and vitamin D intakes and prostate cancer risk in the National Health and Nutrition Examination Epidemiologic Follow-up Study cohort, *The American Journal of Clinical Nutrition*, 81 (5), 1147-1154, <https://doi.org/10.1093/ajcn/81.5.1147>

Vegan Society (2014). *Ripened by human determination. 70 years of the Vegan Society*.

Verfügbar unter: <https://www.vegansociety.com/go-vegan/definition-veganism>

World Cancer Research Fund / American Institute for Cancer Research. Food, nutrition, physical activity, and the prevention of cancer: a global perspective. Washington DC:

AICR, 2007. Verfügbar unter: <http://discovery.ucl.ac.uk/4841/>

Zöfel, P. (2003). *Statistik für Psychologen im Klartext*. München: Pearson.

7 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: <i>Überblick Einflussfaktoren (eigene Darstellung)</i>	12
Abbildung 2: <i>Stichprobe, Ernährungstyp</i>	24
Abbildung 3: <i>Wissensfragen Total, Prozentangaben pro Stichprobe</i>	30

8 Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: <i>Reliabilitätsanalyse</i>	26
Tabelle 2: <i>Soziodemografische Merkmale, H-Test nach Kruskal und Wallis</i>	29
Tabelle 3: <i>Urbanität</i>	29
Tabelle 4: <i>Wissen, korrekte Antworten (und Weiss-nicht-Angaben) in Prozent</i>	30
Tabelle 5: <i>Schmackhaftigkeit, Zustimmung in Prozent</i>	31
Tabelle 6: <i>Schmackhaftigkeit, H-Test nach Kruskal und Wallis vor (und nach) Stratifizierung</i>	32
Tabelle 7: <i>Meistgenannte Motive für den gewählten Ernährungsstil</i>	33
Tabelle 8: <i>Prozent der Befragten, die mit vegetarisch oder vegan lebenden Personen im gleichen Haushalt wohnen</i>	34
Tabelle 9: <i>Zusammenfassung Hypothesenbeantwortung</i>	36

9 Anhang

A: Fragebogen (Online-Format)

Fragebogen

1 Willkommen

Herzlich Willkommen!

Ernährung ist ein Thema, das uns alle in irgendeiner Form beschäftigt – wir alle essen tagtäglich. Diese Umfrage setzt sich mit psychologischen Faktoren auseinander, die das Ernährungsverhalten beeinflussen und richtet sich an Esserinnen und Esser jeder Couleur, von der Allesesserin über die Vegetarierin zum Veganer.

Die Umfrage dauert ca. **15 Minuten**, ist anonym und lässt keine Rückschlüsse auf einzelne Personen zu. Beantworten Sie bitte alle Fragen ernsthaft und ehrlich. Bitte bearbeiten Sie die Umfrage bis zum Ende, nur komplett ausgefüllte Umfragen können ausgewertet werden. Bitte beachten Sie, dass es keinen Zurück-Button gibt. Wenn Sie eine Seite abgeschlossen haben, können Sie Ihre Antworten nicht mehr korrigieren.

Ich danke Ihnen schon im Voraus herzlich für Ihre wertvolle Teilnahme und Ihren Beitrag zu meiner Bachelorarbeit.

2 Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD)

Wie ernähren Sie sich zur Zeit?

Bitte wählen Sie die auf Sie zutreffende Antwort (nur eine Antwort möglich).

- AllesesserIn / FleischesserIn
(sowohl tierische als auch pflanzliche Produkte, d.h. Fleisch, Fisch, Milchprodukte, Eier, Gemüse, Früchte, etc.)
- Flexitarisch
(mehrheitlich vegetarisch, nur gelegentlich Fleisch)
- Vegetarisch
(kein Fleisch)
- Vegan
(rein pflanzlich, keinerlei Tierprodukte)
- Andere:

Bitte beschreiben Sie Ihr Essverhalten:

- Ich esse regelmässig Fleisch (mehrmals wöchentlich)
- Ich esse nur selten Fleisch (einmal pro Woche oder weniger)
- Ich esse kein Fleisch aber Fisch
- Ich esse weder Fleisch noch Fisch aber andere tierische Produkte schon
- Ich konsumiere keinerlei tierische Produkte, weder Fleisch, Fisch, Milchprodukte noch Eier

3 Frage 3-10: Food Choice Motive

Im Folgenden werden Ihnen einige Aussagen präsentiert, bei denen Sie angeben können, wie wichtig diese Ihnen für Ihre Ernährung sind.

Bitte kreuzen Sie für jede Aussage an, wie sehr sie auf Sie zutrifft.
Hier gibt es keine richtigen und falschen Antworten, Ihre persönliche Einstellung ist gefragt.

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu:

Es ist mir wichtig, dass das, was ich täglich esse,...

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
... mir gut schmeckt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... schön aussieht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... ein gutes Preis-Leistungsverhältnis aufweist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... relativ einfach und schnell zuzubereiten ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... etwas ist, das ich meistens esse.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... mir viel Abwechslung bietet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... mir dabei hilft, mein Gewicht zu kontrollieren.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... gesund ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4 Frage 11-17: Food Choice Motive

...Fortsetzung

Es ist mir wichtig, dass das, was ich täglich esse,...

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
... viel Protein enthält.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... reich an Ballaststoffen ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... auf umweltfreundliche Art und Weise produziert wurde.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... möglichst minimal verpackt ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... möglichst lokal produziert wurde.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... so produziert wurde, dass Tiere nicht leiden mussten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... so produziert wurde, dass Tierrechte respektiert wurden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5 Frage 18-20 Wissen Gesundheit (H1)

Im Folgenden werden Ihnen einige Aussagen zum Thema **Gesundheit und **Ernährung** präsentiert, die Sie beurteilen sollen.**

Bitte geben Sie jeweils an, ob die Aussage Ihrer Meinung nach stimmt (also richtig ist) oder nicht stimmt (also falsch ist). Falls Sie unsicher sind, wählen Sie bitte diejenige Antwort, zu der Sie eher tendieren. Wählen Sie "weiss nicht", wenn Sie die Aussage überhaupt nicht einschätzen können und gar nichts zu dem Thema wissen.

Bitte googeln Sie nicht, es interessiert nicht, was Google zum Thema weiss, sondern Ihre Einschätzung.

Für eine gesunde Ernährung bei Erwachsenen ist zumindest eine gewisse Menge an Fleisch nötig.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Fleisch ist nötig für eine gesunde Ernährung von Kindern.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Der regelmässige Konsum von Fleisch* (mehrmals wöchentlich bis täglich) birgt Gesundheitsrisiken wie z.B. Erkrankung an Krebs, Diabetes, Fettleibigkeit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Hirnschlag, Herzinfarkt, etc.).

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

* Der Begriff „Fleisch“ umfasst hier Rind-, Kalb-, Lamm-, Schweinefleisch, Geflügel, etc. inkl. minimal verarbeitetes Fleisch wie z.B. Steak und stark verarbeitetes Fleisch wie z.B. Hamburger, Wurst, Aufschnitt, Salami, etc.

6 Frage 21-23 Wissen Gesundheit (H1)

...Fortsetzung **Gesundheit** und Ernährung

Kuhmilch ist nötig für eine gesunde Ernährung von Kindern.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Um genug Kalzium zu erhalten, ist das Konsumieren von Milchprodukten unerlässlich.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Das regelmässige Konsumieren von Milch (täglich) ist gesundheitsförderlich und schützt vor gesundheitlichen Risiken.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

7 Frage 24-27 Wissen Gesundheit (H1)

...Fortsetzung **Gesundheit** und Ernährung

Eine ausgewogene, rein pflanzliche Ernährung bietet genügend Proteine und alle essentiellen Aminosäuren, die der Körper benötigt.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Eine rein pflanzliche Ernährung enthält zwar Eisen, das Eisen aus pflanzlichen Lebensmitteln kann aber vom Körper weniger gut aufgenommen werden als Eisen aus tierischen Produkten (wie z.B. Fleisch).

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Vitamin B12 wird von Bakterien produziert, nicht von Pflanzen oder Tieren.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Bei einer pflanzlichen Ernährung, die keine tierischen Produkte enthält, sollte Vitamin B12 zusätzlich durch Nahrungsergänzungspräparate oder speziell angereicherte Lebensmittel ergänzt werden.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

8 Frage 28-31 Wissen Gesundheit (H1)

...Fortsetzung **Gesundheit** und Ernährung

Cholesterin, das via Lebensmittel eingenommen wird, kann ein ernstzunehmender gesundheitlicher Risikofaktor insbesondere für koronare Herzkrankheiten sein.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Eier, insbesondere Eigelb, sind, nebst tierischen Innereien wie z.B. Nieren, Hirn, Leber, etc., eines der Lebensmittel mit dem höchsten Cholesteringehalt.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Der regelmässige Konsum von Eiern (wöchentlich bis täglich) kann zu einem erhöhten Risiko für Krebs und Diabetes (Typ 2) führen.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Ein gemässiger Konsum von Eiern (weniger als täglich) ist unbedenklich für die Gesundheit.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

9 Frage 32-34 Wissen Gesundheit (H1)

...Fortsetzung **Gesundheit** und Ernährung

Eine ausgewogene, rein vegane Ernährung kann gesund sein.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Der tägliche Konsum von Gemüse und Früchten kann vor Krebserkrankungen schützen.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Personen, die sich ausgewogen und grösstenteils pflanzlich ernähren (vegetarisch oder vegan), sind weniger anfällig als Fleischesser für gesundheitliche Risiken wie z.B. Krebs, Diabetes, Fettleibigkeit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Hirnschlag, Herzinfarkt, etc.).

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

10 Frage 35-36 Wissen Gesundheit (H1)

...Fortsetzung **Gesundheit** und Ernährung

Fische sind die einzige verlässliche Quelle von Omega-3-Fettsäuren für die menschliche Ernährung.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Dem Verzehr von Fisch werden verschiedene gesundheitliche Vorteile zugeschrieben. Fisch kann aber auch schwer abbaubare organische Schadstoffe und Schwermetalle (z.B. Quecksilber) enthalten, welche Gesundheitsrisiken bergen. Die gesundheitlichen Vorteile überwiegen aber die Gesundheitsrisiken, weshalb Fisch bedenkenlos mehrmals monatlich bis wöchentlich konsumiert werden kann.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

11 Frage 37-39 Wissen Umwelt (H1)

Im Folgenden werden Ihnen einige Aussagen zum Thema **Umwelt und **Ernährung** präsentiert, die Sie beurteilen sollen.**

Bitte geben Sie jeweils an, ob die Aussage Ihrer Meinung nach stimmt (also richtig ist) oder nicht stimmt (also falsch ist). Falls Sie unsicher sind, wählen Sie bitte diejenige Antwort, zu der Sie eher tendieren. Wählen Sie "weiss nicht", wenn Sie die Aussage überhaupt nicht einschätzen können und gar nichts zu dem Thema wissen.

Bitte googeln Sie nicht, es interessiert nicht, was Google zum Thema weiss, sondern Ihre Einschätzung.

Die Verpackung von Produkten zu reduzieren hat einen grösseren positiven Einfluss auf die Umwelt, als weniger Fleisch zu essen (maximal ein bis zwei Mal pro Woche).

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Der Transport von Lebensmitteln (via Flugzeug, Schiff, Lastwagen, Zug) verursacht nur einen relativ kleinen Anteil der Treibhausgasemissionen verglichen mit der Produktion der Lebensmittel.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Weniger tierische Lebensmittel zu konsumieren oder ganz darauf zu verzichten, kann den CO2-Fussabdruck der eigenen Ernährung merklich verkleinern.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

12 Frage 40-42 Wissen Umwelt (H1)

...Fortsetzung **Umwelt** und **Ernährung**

Die Nutztierhaltung zur Nahrungsproduktion (Fleisch, Milch, etc.) verursacht zwischen 20-50% aller Treibhausgasemissionen weltweit, also mehr als z.B. der gesamte Transportsektor (Autos, Flugzeuge, Züge, Busse, Lastwagen).

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Ein Grossteil der Regenwaldabholzung im Amazonas-Gebiet kann der Schaffung von Land für die Viehzucht zugeschrieben werden.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Rund 80-90% des weltweit produzierten Sojas wird für Nutztiere als Futtermittel verwendet.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

13 Frage 43-45 Wissen Umwelt (H1)

...Fortsetzung **Umwelt** und **Ernährung**

Die Produktion von tierischen Lebensmitteln (Nutztierhaltung und Futterproduktion für die Tiere) beansprucht einen weitaus grösseren Anteil an der globalen Landmasse als die Produktion pflanzlicher Produkte für den direkten Konsum durch Menschen.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Das für die nächsten Jahrzehnte vorausgesagte Bevölkerungswachstum stellt Herausforderungen an die Ernährung der Weltbevölkerung. Welthunger, bereits heute ein Problem, könnte durch die Reduktion der Produktion tierischer Produkte und die Umstellung auf mehrheitlich pflanzliche Produkte erheblich gemindert werden.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Der Wasserverbrauch für die Herstellung eines Lebensmittels (der sogenannte Wasserfussabdruck) ist für tierische und pflanzliche Produkte ungefähr gleich.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

14 Frage 46-49 Wissen Nutztiere (H1)

Im Folgenden werden Ihnen einige Aussagen zum Thema **Nutztiere und Ernährung präsentiert, die Sie beurteilen sollen.**

Bitte geben Sie jeweils an, ob die Aussage Ihrer Meinung nach stimmt (also richtig ist) oder nicht stimmt (also falsch ist). Falls Sie unsicher sind, wählen Sie bitte diejenige Antwort, zu der Sie eher tendieren. Wählen Sie "weiss nicht", wenn Sie die Aussage überhaupt nicht einschätzen können und gar nichts zu dem Thema wissen.

Bitte googeln Sie nicht, es interessiert nicht, was Google zum Thema weiss, sondern Ihre Einschätzung.

Nutztiere wie Legehennen, Fleischrinder, Milchkühe oder Schweine haben in der Schweiz dank guter Haltung eine hohe Lebensdauer die ungefähr ihrer natürlichen Lebenserwartung entspricht.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Fische haben kein Schmerzempfinden.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Kälber werden in der Schweizer Milchtierhaltung normalerweise von ihren Mutterkühen aufgezogen.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

In der Schweiz werden **täglich** annähernd 200'000 Nutztiere (Rinder, Kälber, Schweine, Schafe, Ziegen, Pferde, Geflügel, Kaninchen, Wild) für den Konsum geschlachtet.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

15 Frage 50-52 Wissen Nutztiere (H1)

*...Fortsetzung **Nutztiere** und Ernährung*

Kühe geben grundsätzlich immer Milch, und es ist deshalb zweckmässig, dass Menschen diese nutzen.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

In der Eierwirtschaft werden die männlichen Küken für die Fleischproduktion aufgezogen.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

Das in der Schweiz legale, vorbeugende Stutzen der Schnäbel bei Hühnern (zwecks Verhinderung von Federpicken und Kannibalismus), kann für die Tiere schmerzhaft sein.

Stimmt **Stimmt nicht** *Weiss nicht*

16 Filter Frage 53-57: Fleischesser + Vegi

v_1 F001 -
Ernährungstypologie

Wie ernähren Sie sich zur Zeit?

kleiner 4

- F001 - Ernährungstypologie (von Seite 2: Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD))

16.1 Frage 53-57 Schwierigkeit Umsetzung

Bitte kreuzen Sie im Folgenden für jede Aussage an, wie sehr sie auf Sie zutrifft. Hier gibt es keine richtigen und falschen Antworten, Ihre persönliche Beurteilung ist gefragt.

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie persönlich zu:

Wenn ich meine Ernährung umstellen müsste ...

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
... wüsste ich nicht, was ich anstatt Fleisch essen könnte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... wüsste ich nicht, was ich anstelle von Eiern oder Milchprodukten wie Rahm und Käse verwenden könnte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... wüsste ich nicht, wie ich eine vegane Mahlzeit zubereiten kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wenn ich mich vegan ernähren müsste, wüsste ich nicht, was ich überhaupt noch essen könnte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wenn ich auswärts essen würde, gäbe es zu wenig oder gar keine veganen Optionen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

17 Filter Frage 58-61: Veganer

v_1 F001 -
Ernährungstypologie

Wie ernähren Sie sich zur Zeit?

gleich 4

- F001 - Ernährungstypologie (von Seite 2: Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD))

17.1 Frage 58-61 Schwierigkeit Umsetzung

Bitte kreuzen Sie im Folgenden für jede Aussage an, wie sehr sie auf Sie zutrifft. Hier gibt es keine richtigen und falschen Antworten, Ihre persönliche Beurteilung ist gefragt.

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie persönlich zu:

Auf eine vegane Ernährung umzustellen ist nicht einfach, weil ...

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
... man zu Beginn nicht weiss, was man anstelle von Eiern oder Milchprodukten wie Rahm und Käse verwenden kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

... man zu Beginn nicht weiss, wie man eine vegane Mahlzeit zubereiten kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... man zu Beginn nicht weiss, was man überhaupt noch essen kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... es zu wenig oder gar keine veganen Optionen gibt, wenn man auswärts essen will.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

18 Frage 62-64 Schwierigkeit Umsetzung

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen Ihrer Meinung nach zu:

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
Vegan zu kochen ist grundsätzlich umständlich und aufwändig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Die vegane Ernährung ist teurer als eine nicht-vegetarische Ernährung und diese kann sich nicht jeder leisten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Um sich vegan zu ernähren muss man sich zuerst informieren, wie das überhaupt geht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

19 Filter Frage 65-69: Fleischesser + Vegi

v_1 F001 - Ernährungstypologie

Wie ernähren Sie sich zur Zeit?

kleiner 4

- F001 - Ernährungstypologie (von Seite 2: Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD))

19.1 Frage 65-69 Schmackhaftigkeit (H2)

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu:

Mich **vegetarisch** zu ernähren wäre schwierig bzw. fällt mir schwer, weil ...

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
... es für mich ein grosses Opfer wäre bzw. ist, auf Fleisch zu verzichten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... ich den Geschmack von Fleisch mag.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu:

Mich **vegan** zu ernähren wäre schwierig, weil ...

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
... es für mich ein grosses Opfer wäre, auf Milchprodukte wie Jogurt, Kuhmilch, Rahm, etc. zu verzichten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... ich den Geschmack von Käse mag.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... Eier für mich zu einer abwechslungsreichen, schmackhaften Ernährung dazugehören.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

20 Filter Frage 70-74: Veganer

v_1 F001 - Ernährungstypologie	Wie ernähren Sie sich zur Zeit? - F001 - Ernährungstypologie (von Seite 2: Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD))	gleich 4
-----------------------------------	---	----------

20.1 Frage 70-74 Schmackhaftigkeit (H2)

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu:

Mich vegan zu ernähren fällt mir schwer, weil ...

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
... es für mich ein grosses Opfer ist, auf Fleisch zu verzichten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... ich den Geschmack von Fleisch vermisse.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... es für mich ein grosses Opfer ist, auf Milchprodukte wie Joghurt, Kuhmilch, Rahm, etc. zu verzichten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... ich den Geschmack von Käse vermisse.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... Eier für mich zu einer abwechslungsreichen, schmackhaften Ernährung dazugehören.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

21 Frage 75-76 Schmackhaftigkeit (H2)

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu:

Im Vergleich zu tierischen Produkten, schmecken mir ...

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
... pflanzliche Alternativen für Milchprodukte wie z.B. Sojamilch, Cashewkäse, etc. genau so gut.*	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... pflanzliche Fleischalternativen wie z.B. Tofu, Seitan und andere Fleischersatzprodukte genau so gut.*	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

* Falls Sie solche pflanzliche Alternativprodukte noch nie probiert haben, geben Sie an, ob Sie glauben, dass Ihnen diese genau so gut schmecken würden wie die Ihnen vertrauten tierischen Produkte

22 Frage 77-79 Schmackhaftigkeit (H2)

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen Ihrer Meinung nach zu:

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
Es gibt genügend schmackhafte Alternativen zu Fleisch- und Milchprodukten, so dass man problemlos Fleisch, Kuhmilch, Käse, etc. weglassen kann, ohne dabei auf kulinarischen Genuss verzichten zu müssen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Die vegane Ernährung ist langweilig und fade.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ein veganer Kuchen ohne Eier und Milchprodukte schmeckt weniger gut als ein konventioneller Kuchen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

23 Filter Frage 80-84: Fleischesser + Vegi

v_1 F001 - Ernährungstypologie	Wie ernähren Sie sich zur Zeit? - F001 - Ernährungstypologie (von Seite 2: Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD))	kleiner 4
--------------------------------	---	-----------

23.1 Frage 80-84 Soziales Umfeld (H3)

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu:

Mich vegan zu ernähren wäre schwierig, weil ...

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
... meine Familie / mein Partner nicht vegan essen will.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... mehrheitlich jemand anderes entscheidet, was ich esse (da jemand anderes für mich kocht).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... ich nicht will, dass die Leute denken, ich sei komisch oder ein Hippie.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... kaum einer meiner Freunde und Familie sich vegan ernähren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... ich in Situationen wie Familienessen, Mittagessen mit Arbeitskollegen, etc. nicht auffallen will.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

24 Filter Frage 85-89: Veganer

v_1 F001 - Ernährungstypologie Wie ernähren Sie sich zur Zeit? gleich 4
- F001 - Ernährungstypologie (von Seite 2: Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD))

24.1 Frage 85-89 Soziales Umfeld (H3)

Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu:

Mich vegan zu ernähren empfinde ich als herausfordernd, weil ...

	Trifft gar nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft völlig zu
... meine Familie / mein Partner nicht vegan essen will.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... mehrheitlich jemand anderes entscheidet, was ich esse (da jemand anderes für mich kocht).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... es mich stört, dass Leute denken könnten, ich sei komisch oder ein Hippie.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... kaum einer meiner Freunde und Familie sich vegan ernähren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... es mir unangenehm ist, in Situationen wie Familienessen, Mittagessen mit Arbeitskollegen, etc. aufzufallen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

25 Filter Frage 90+93: Veganer

v_1 F001 - Ernährungstypologie Wie ernähren Sie sich zur Zeit? gleich 4
- F001 - Ernährungstypologie (von Seite 2: Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD))

25.1 Frage 90+93: Vegan Dauer + Motive (SD)

Wie lange ernähren Sie sich bereits vegan?

Bitte geben Sie die ungefähre Anzahl **Monate** in ganzen Zahlen an.

Monate

Was sind für Sie die wichtigsten Gründe, weshalb Sie sich vegan ernähren?

Bitte wählen Sie diejenigen Gründe, die am meisten auf Sie zutreffen (mehrere Angaben möglich).

- Tierethische Gründe (Tierschutz, Tierrechte, etc.)
- Gesundheitlich Gründe (Krankheitsprävention, Gewichtsreduktion, etc.)
- Ökologische Gründe (Nachhaltigkeit, Klimaauswirkungen, etc.)

- Es liegt aktuell im Trend und ich probiere gerne Neues
- Mir schmecken Fleisch, Milchprodukte oder Eier nicht
- Religiöse Überzeugungen
- Partner/Familienmitglieder leben vegan
- Andere:
- Wenn ich frei wählen könnte würde ich mich nicht vegan ernähren

26 Filter Frage 91+94: Vegi

v_1 F001 - Ernährungstypologie Wie ernähren Sie sich zur Zeit? gleich 3
- F001 - Ernährungstypologie (von Seite 2: Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD))

26.1 Frage 91+94 Vegi Dauer + Motive (SD)

Wie lange ernähren Sie sich bereits vegetarisch?

Bitte geben Sie die ungefähre Anzahl **Monate** in ganzen Zahlen an.

Monate

Was sind für Sie die wichtigsten Gründe, weshalb Sie sich vegetarisch ernähren?

Bitte wählen Sie diejenigen Gründe, die am meisten auf Sie zutreffen (mehrere Angaben möglich).

- Tierethische Gründe (Tierschutz, Tierrechte, etc.)
- Gesundheitlich Gründe (Krankheitsprävention, Gewichtsreduktion, etc.)
- Ökologische Gründe (Nachhaltigkeit, Klimaauswirkungen, etc.)
- Es liegt aktuell im Trend und ich probiere gerne Neues
- Mir schmeckt Fleisch nicht
- Religiöse Überzeugungen
- Partner/Familienmitglieder leben vegetarisch
- Andere:
- Wenn ich frei wählen könnte würde ich mich nicht vegetarisch ernähren

27 Filter Frage 92+95: Flexi

v_1 F001 - Ernährungstypologie Wie ernähren Sie sich zur Zeit? gleich 2
- F001 - Ernährungstypologie (von Seite 2: Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD))

27.1 Frage 92+95 Flexi Dauer Motive (SD)

Wie lange ernähren Sie sich bereits flexitarisch?

Bitte geben Sie die ungefähre Anzahl **Monate** in ganzen Zahlen an.

Monate

Was sind für Sie die wichtigsten Gründe, weshalb Sie sich flexitarisch ernähren?

Bitte wählen Sie diejenigen Gründe, die am meisten auf Sie zutreffen (mehrere Angaben möglich).

- Tierethische Gründe (Tierschutz, Tierrechte, etc.)
- Gesundheitlich Gründe (Krankheitsprävention, Gewichtsreduktion, etc.)
- Ökologische Gründe (Nachhaltigkeit, Klimaauswirkungen, etc.)
- Es liegt aktuell im Trend und ich probiere gerne Neues
- Mir schmeckt Fleisch nicht
- Religiöse Überzeugungen
- Partner/Familienmitglieder leben flexitarisch
- Andere:
- Wenn ich frei wählen könnte würde ich mich nicht flexitarisch ernähren

28 Frage 96-99: Soziales Umfeld (SD)

Gibt es in Ihrem engen sozialen Umfeld (Familie, Freunde, Partner) VegetarierInnen oder VeganerInnen, mit welchen Sie über das Thema Ernährung sprechen?

- Ja - VegetarierInnen
- Ja - VeganerInnen
- Ja - Beides
- Nein

Gibt es in Ihrem erweiterten sozialen Umfeld (Arbeitskollegen, Bekannte, etc.) VegetarierInnen oder VeganerInnen, mit welchen Sie sich bereits einmal über das Thema Ernährung unterhalten haben?

- Ja - VegetarierInnen
- Ja - VeganerInnen
- Ja - Beides
- Nein

Leben Sie in Ihrem Haushalt aktuell mit Personen zusammen die sich vegetarisch ernähren?

- Ja
- Nein

Leben Sie in Ihrem Haushalt aktuell mit Personen zusammen die sich vegan ernähren?

- Ja
- Nein

29 Frage 100-101: Ersatzprodukte (SD)

Haben Sie schon einmal pflanzliche Alternativen für Milchprodukte wie z.B. Soja- oder Mandelmilch, Cashewkäse, etc. probiert?

- Ja
 Nein

Haben Sie schon einmal pflanzliche Fleischalternativen wie z.B. Tofu, Seitan oder andere Fleischersatzprodukte probiert?

- Ja
 Nein

30 Filter Frage 100-101: Fleischesser + Vegi

v_1 F001 -
Ernährungstypologie

Wie ernähren Sie sich zur Zeit?

- F001 - Ernährungstypologie (von Seite 2: Frage 1-2: Differenzierung nach Ernährung (SD))

kleiner 4

30.1 Frage 102-104: Vegan/Vegi ausprobieren (SD)

Können Sie sich vorstellen, die vegane Ernährung auszuprobieren?

also **rein pflanzlich**, keinerlei tierische Produkte (weder Fleisch, Fisch, Milchprodukte noch Eier)

- Ja
 Nein

Können Sie sich vorstellen, die vegetarische Ernährung auszuprobieren?

also **ohne** Fleisch aber **mit** Milchprodukten und Eiern

- Ja
 Nein

Können Sie sich vorstellen, die flexitarische Ernährung auszuprobieren?

also mehrheitlich **vegetarisch** und nur gelegentlich Fleisch

- Ja
 Nein

31 Frage 105-107: G, A, B (SD)

Die folgenden Angaben – wie auch alle anderen Angaben in dieser Umfrage – werden anonymisiert und lassen keinerlei Rückschlüsse auf Ihre Person zu.

Bitte geben Sie Ihr Geschlecht an:

- Weiblich
 Männlich
 Sonstige

Bitte geben Sie Ihr Geburtsjahr an:

Was ist Ihr höchster Bildungsabschluss?

- Obligatorische Schule
- Berufslehre/Handelsdiplom
- gymnasiale Maturität/Berufsmaturität/Fachmaturität
- Höhere Fachschule
- Fachhochschule/Universität

32 Frage 108-109: Erwerb (SD)

Die folgenden Angaben – wie auch alle anderen Angaben in dieser Umfrage – werden anonymisiert und lassen keinerlei Rückschlüsse auf Ihre Person zu.

Bitte kreuzen Sie das auf Sie zutreffende an:

Ich bin aktuell...

(mehrere Antworten möglich)

- schulpflichtig
- in der Berufslehre
- Studentin / Student (Studiengang:)
- vollzeit-erwerbstätig
- teilzeit- oder stundenweise erwerbstätig zu ca. %
- nicht erwerbstätig
- angestellt
- selbständigerwerbend
- Hausfrau / Hausmann
- RentnerIn / PensionärIn

Bitte geben Sie Ihr durchschnittliches monatliches Nettoeinkommen an:

(Damit gemeint ist: Lohn, Einkommen aus selbständiger Tätigkeit, Einkommen aus Rente oder Pension, etc.)

- weniger als CHF 2000
(falls Sie aktuell kein Einkommen haben bitte hier ankreuzen)
- CHF 2000 - 3000
- CHF 3000 - 3999
- CHF 4000 - 4999
- CHF 5000 - 5999
- CHF 6000 - 6999
- CHF 7000 und mehr

33 Frage 110-111: Kinder, Sport (SD)

Haben Sie Kinder?

- Ja
- Nein

Wie oft treiben Sie Sport?

- täglich
- 3-6 mal pro Woche
- 1-2 mal pro Woche
- 1-2 mal im Monat
- weniger als 1 mal im Monat bis nie

34 Frage 112-113: Urban, Kanton (SD)

Wo halten Sie sich mehrheitlich auf (Freizeit, Arbeit, Studium, Wohnen, etc.)?

*Bitte vergeben Sie per Klick auf die jeweiligen Zeilen die Ränge 1 bis 4.
1 = dort halte ich mich am meisten auf 4 = dort halte ich mich am wenigsten Zeit*

1 2 3 4

In Grossstädten (wie z.B.
Basel, Zürich, Winterthur)

in kleineren Städten (wie
z.B. Chur, Olten, Brugg)

in der Agglomeration (wie
z.B. Schlieren, Köniz,
Schönenwerd)

in ländlichen Regionen
(wie z.B. Grossaffoltern,
Guttannen, Göschenen)

Bitte geben Sie Ihren aktuellen Wohnkanton an:

Aargau
Appenzell Ausserrhoden
Appenzell Innerrhoden
Basel-Landschaft
Basel-Stadt
Bern
Freiburg
Genf
Glarus
Graubünden
Jura
Luzern
Neuenburg
Nidwalden
Obwalden
Schaffhausen
Schwyz
Solethurn
St. Gallen
Tessin
Thurgau
Uri
Waadt
Wallis
Zürich
Zug
ausserhalb der Schweiz

35 Endseite

Fertig!

Sie sind am Ende der Umfrage angelangt. **Herzlichen Dank** für Ihre wertvolle Teilnahme!

Bei Fragen stehe ich unter danila.iseli@students.fhnw.ch gerne zur Verfügung.

Sie können die Umfrage nun schliessen, ihre Angaben wurden gesichert.

CLOSE WINDOW

B: Wissensitems inkl. korrekte Antworten und zugehörige Studien

Tabelle A: Ernährung und Gesundheit

Item	Korrekt?	Quelle
Für eine gesunde Ernährung bei Erwachsenen ist zumindest eine gewisse Menge an Fleisch nötig.	nein	Craig, W. J. & Mangels, A. R. (2009). Position of the American Dietetic Association: Vegetarian diets. <i>Journal of the American Dietetic Association</i> , 109 (7), 1266-82. https://doi.org/10.1016/j.jada.2009.05.027
Fleisch ist nötig für eine gesunde Ernährung von Kindern.	nein	Craig, W. J. & Mangels, A. R. (2009). Position of the American Dietetic Association: Vegetarian diets. <i>Journal of the American Dietetic Association</i> , 109 (7), 1266-82. https://doi.org/10.1016/j.jada.2009.05.027
Der regelmässige Konsum von Fleisch* (mehrmals wöchentlich bis täglich) birgt Gesundheitsrisiken wie z.B. Erkrankung an Krebs, Diabetes, Fettleibigkeit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Hirnschlag, Herzinfarkt, etc.).	ja	Song, M., Fung, T. T., Hu, F. B., Willett, W. C., Longo, V. D., Chan, A. T. & Giovannucci, E. L. (2016) Association of animal and plant protein intake with all-cause and cause-specific mortality. <i>JAMA Internal Medicine</i> , 176 (10), 1453-1463. http://doi.org/10.1001/jamainternmed.2016.4182 Vergnaud, A.-C., Norat, T., Romaguera, D., Mouw, T., May, A. M., Travier, N., et al. (2010). Meat consumption and prospective weight change in participants of the EPIC-PANACEA study. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i> , 92 (2), 398-407. https://doi.org/10.3945/ajcn.2009.28713 Rohmann, S., Overvad, K., Bueno-de-Mesquita, H. B., Jakobsen, M. U., Egeberg, R., Tjønneland, A., et al. (2013). Meat consumption and mortality – results from the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition. <i>BMC Medicine</i> , 11 (63), 1-12. https://doi.org/10.1186/1741-7015-11-63 Rodríguez Hernández, A., Boada, L., Mendoza, Z., Ruiz-Suárez, N., Valerón, P. F., Camacho, M., et al. (2015). Consumption of organic meat does not diminish the carcinogenic potential associated with the intake of persistent organic pollutants (POPs). <i>Environmental Science and Pollution Research</i> , 24 (5), 4261-4273. https://doi.org/10.1007/s11356-015-4477-8 World Cancer Research Fund / American Institute for Cancer Research. Food, nutrition, physical activity, and the prevention of cancer: a global perspective. Washington DC: AICR, 2007. Verfügbar unter: http://discovery.ucl.ac.uk/4841/ Micha, R., Michas, G. & Mozaffarian, D. (2012). Unprocessed red and processed meats and risk of coronary artery disease and type 2 diabetes – An updated review of the evidence. <i>Current Atherosclerosis Reports</i> , 14 (6), 515-524. http://doi.org/10.1007/s11883-012-0282-8 Pan, A., Sun, Q., Bernstein, A. M., Schulze, M. B., Manson, J. E., Willett, W. C., et al. (2011). Red meat consumption and risk of type 2 diabetes: 3 cohorts of US adults and an updated meta-analysis. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i> , 94 (4), 1088-1096. https://doi.org/10.3945/ajcn.111.018978 Fraser, G. E. (1999). Associations between diet and cancer, ischemic heart disease, and all-cause mortality in non-hispanic white California Seventh-day Adventists. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i> , 70 (3), 532s-538s. https://doi.org/10.1093/ajcn/70.3.532s
Kuhmilch ist nötig für eine gesunde Ernährung von Kindern.	nein	Craig, W. J. & Mangels, A. R. (2009). Position of the American Dietetic Association: Vegetarian diets. <i>Journal of the American Dietetic Association</i> , 109 (7), 1266-82. https://doi.org/10.1016/j.jada.2009.05.027
Um genug Kalzium zu erhalten, ist das Konsumieren von Milchprodukten unerlässlich.	nein	Lanou, A. J. (2009). Should dairy be recommended as part of a healthy vegetarian diet? Counterpoint. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i> , 89 (5), 1638S-1642S. https://doi.org/10.3945/ajcn.2009.26736P Craig, W. J. & Mangels, A. R. (2009). Position of the American Dietetic Association: Vegetarian diets. <i>Journal of the American Dietetic Association</i> , 109 (7), 1266-82. https://doi.org/10.1016/j.jada.2009.05.027
Das regelmässige Konsumieren von Milch (täglich) ist gesundheitsförderlich und schützt vor gesundheitlichen Risiken.	nein	Song, Y., Chavarro, J. E., Cao, Y., Qiu, W., Mucci, L., Sesso, H. D., Stampfer, M. J., Giovannucci E., Pollak, M., Liu, S. & Ma, J. (2013). Whole milk intake is associated with prostate cancer-specific mortality among U.S. male physicians. <i>The Journal of Nutrition</i> , 143 (2), 189-196. https://doi.org/10.3945/jn.112.168484 Tseng, M., Breslow, R. A., Graubard, B. I. & Ziegler, R. G. (2005). Dairy, calcium, and vitamin D intakes and prostate cancer risk in the National Health and Nutrition Examination Epidemiologic Follow-up Study cohort. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i> , 81 (5), 1147-1154. https://doi.org/10.1093/ajcn/81.5.1147 Larsson, S. C., Bergkvist, L. & Wolk, A. (2004). Milk and lactose intakes and ovarian cancer risk in the Swedish Mammography Cohort. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i> , 80 (5), 1353-1357. https://doi.org/10.1093/ajcn/80.5.1353 Kroenke, C. H., Kwan, M. L., Sweeney, C., Castillo, A. & Caan, B. J. (2013). High- and low-fat dairy intake, recurrence, and mortality after breast cancer diagnosis. <i>JNCI: Journal of the National Cancer Institute</i> , 105 (9), 616-623. https://doi.org/10.1093/jnci/djt027 World Cancer Research Fund / American Institute for Cancer Research. Food, nutrition, physical activity, and the prevention of cancer: a global perspective. Washington DC: AICR, 2007. Verfügbar unter: http://discovery.ucl.ac.uk/4841/
Eine ausgewogene, rein pflanzliche Ernährung bietet genügend Proteine und alle essentiellen Aminosäuren, die der Körper benötigt.	ja	Craig, W. J. & Mangels, A. R. (2009). Position of the American Dietetic Association: Vegetarian diets. <i>Journal of the American Dietetic Association</i> , 109 (7), 1266-82. https://doi.org/10.1016/j.jada.2009.05.027
Eine rein pflanzliche Ernährung enthält zwar Eisen, das Eisen aus pflanzlichen Lebensmitteln kann aber vom Körper weniger gut aufgenommen werden als Eisen aus tierischen Produkten (wie z.B. Fleisch).	ja	Tuso, P. J., Ismail, M. H., Ha, B. P. & Bartolotto, C. (2013). Nutritional update for physicians: plant-based diets. <i>The Permanente Journal</i> , 17 (2), 61-66. http://dx.doi.org/10.7812/TPP/12-085

Vitamin B12 wird von Bakterien produziert, nicht von Pflanzen oder Tieren.	ja	Tuso, P. J., Ismail, M. H., Ha, B. P. & Bartolotto, C. (2013). Nutritional update for physicians: plant-based diets. <i>The Permanente Journal</i> , 17 (2), 61-66. http://dx.doi.org/10.7812/TPP/12-085
Bei einer pflanzlichen Ernährung, die keine tierischen Produkte enthält, sollte Vitamin B12 zusätzlich durch Nahrungsergänzungspräparate oder speziell angereicherte Lebensmittel ergänzt werden.	ja	Tuso, P. J., Ismail, M. H., Ha, B. P. & Bartolotto, C. (2013). Nutritional update for physicians: plant-based diets. <i>The Permanente Journal</i> , 17 (2), 61-66. http://dx.doi.org/10.7812/TPP/12-085 Craig, W. J. & Mangels, A. R. (2009). Position of the American Dietetic Association: Vegetarian diets. <i>Journal of the American Dietetic Association</i> , 109 (7), 1266-82. https://doi.org/10.1016/j.jada.2009.05.027
Cholesterin, das via Lebensmittel eingenommen wird, kann ein ernstzunehmender gesundheitlicher Risikofaktor insbesondere für koronare Herzkrankheiten sein.	ja	Roberts, W. C. (2010). It's the cholesterol, stupid! <i>American Journal of Cardiology</i> , 106 (9), 1364-1366. https://doi.org/10.1016/j.amjcard.2010.09.022 Spence, J. D., Jenkins, D. J. & Davignon, J. (2010). Dietary cholesterol and egg yolks: Not for patients at risk of vascular disease. <i>The Canadian Journal of Cardiology</i> , 26 (9), e336-e339. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2989358/pdf/cjc26e336.pdf Spence, J. D., Jenkins D. J. & Davignon, J. (2011). Reply to letters from Dr Maria Luz Fernandez, Eddie Vos, and Dr Niva Shapira. <i>The Canadian Journal of Cardiology</i> , 27 (2), 264.e7-264.e8. https://doi.org/10.1016/j.cjca.2010.12.013
Eier, insbesondere Eigelb, sind, nebst tierischen Innereien wie z.B. Nieren, Hirn, Leber, etc., eines der Lebensmittel mit dem höchsten Cholesteringehalt.	ja	US Department of Agriculture, Agricultural Research Service, Nutrient Data Laboratory. USDA National Nutrient Database for Standard Reference, Release 28. Version Current: September 2015, slightly revised May 2016. Verfügbar unter: https://www.ars.usda.gov/northeast-area/beltsville-md/beltsville-human-nutrition-research-center/nutrient-data-laboratory/docs/usda-national-nutrient-database-for-standard-reference/
Der regelmässige Konsum von Eiern (wöchentlich bis täglich) kann zu einem erhöhten Risiko für Krebs und Diabetes (Typ 2) führen.	ja	Djoussé, L., Gaziano, J. M., Buring, J. E. & Lee, I-M. (2009). Egg consumption and risk of type 2 diabetes in men and women. <i>Diabetes Care</i> , 32 (2), 295-300. https://doi.org/10.2337/dc08-1271 Radzevičienė, L. & Ostrauskas, R. (2012). Egg consumption and the risk of type 2 diabetes mellitus: A case-control study. <i>Public Health Nutrition</i> , 15 (8), 1437-1441. https://doi.org/10.1017/S1368980012000614 Richman, E. L., Kenfield, S. A., Stampfer, M. J., Giovannucci, E. L. & Chan, J. M. (2011). Egg, red meat, and poultry intake and risk of lethal prostate cancer in the prostate-specific antigen-era: Incidence and survival. <i>Cancer Prevention Research</i> , 4 (12), 2110-2121. http://doi.org/10.1158/1940-6207.CAPR-11-0354
Ein gemässiger Konsum von Eiern (weniger als täglich) ist unbedenklich für die Gesundheit.	nein	Djoussé, L., Gaziano, J. M., Buring, J. E. & Lee, I-M. (2009). Egg consumption and risk of type 2 diabetes in men and women. <i>Diabetes Care</i> , 32 (2), 295-300. https://doi.org/10.2337/dc08-1271 Radzevičienė, L. & Ostrauskas, R. (2012). Egg consumption and the risk of type 2 diabetes mellitus: A case-control study. <i>Public Health Nutrition</i> , 15 (8), 1437-1441. https://doi.org/10.1017/S1368980012000614 Richman, E. L., Kenfield, S. A., Stampfer, M. J., Giovannucci, E. L. & Chan, J. M. (2011). Egg, red meat, and poultry intake and risk of lethal prostate cancer in the prostate-specific antigen-era: Incidence and survival. <i>Cancer Prevention Research</i> , 4 (12), 2110-2121. http://doi.org/10.1158/1940-6207.CAPR-11-0354
Eine ausgewogene, rein vegane Ernährung kann gesund sein.	ja	Craig, W. J. & Mangels, A. R. (2009). Position of the American Dietetic Association: Vegetarian diets. <i>Journal of the American Dietetic Association</i> , 109 (7), 1266-82. https://doi.org/10.1016/j.jada.2009.05.027
Der tägliche Konsum von Gemüse und Früchten kann vor Krebserkrankungen schützen.	ja	World Cancer Research Fund / American Institute for Cancer Research. Food, nutrition, physical activity, and the prevention of cancer: a global perspective. Washington DC: AICR, 2007. Verfügbar unter: http://discovery.ucl.ac.uk/4841/ Fraser, G. E. (1999). Associations between diet and cancer, ischemic heart disease, and all-cause mortality in non-hispanic white California Seventh-day Adventists. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i> , 70 (3), 532s-538s. https://doi.org/10.1093/ajcn/70.3.532s
Personen, die sich ausgewogen und grösstenteils pflanzlich ernähren (vegetarisch oder vegan), sind weniger anfällig als Fleischesser für gesundheitliche Risiken wie z.B. Krebs, Diabetes, Fettleibigkeit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Hirnschlag, Herzinfarkt, etc.).	ja	Tonstad, S., Stewart, K., Oda, K., Batech, M., Herring, R. P. & Fraser, G. E. (2013). Vegetarian diets and incidence of diabetes in the Adventist Health Study-2. <i>Nutrition, Metabolism & Cardiovascular Diseases</i> , 23 (4), 292-299. http://dx.doi.org/10.1016/j.numecd.2011.07.004 World Cancer Research Fund / American Institute for Cancer Research. Food, nutrition, physical activity, and the prevention of cancer: a global perspective. Washington DC: AICR, 2007. Verfügbar unter: http://discovery.ucl.ac.uk/4841/ Le, L. T. & Sabaté, J. (2014). Beyond meatless, the health effects of vegan diets: Findings from the Adventist cohorts. <i>Nutrients</i> , 6 (6), 2131-2147. https://doi.org/10.3390/nu6062131 Fraser, G. E. (1999). Associations between diet and cancer, ischemic heart disease, and all-cause mortality in non-hispanic white California Seventh-day Adventists. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i> , 70 (3), 532s-538s. https://doi.org/10.1093/ajcn/70.3.532s Song, M., Fung, T. T., Hu, F. B., Willett, W. C., Longo, V. D., Chan, A. T. & Giovannucci, E. L. (2016) Association of animal and plant protein intake with all-cause and cause-specific mortality. <i>JAMA Internal Medicine</i> , 176 (10), 1453-1463. http://doi.org/10.1001/jamainternmed.2016.4182 Vergnaud, A.-C., Norat, T., Romaguera, D., Mouw, T., May, A. M., Travier, N., et al. (2010). Meat consumption and prospective weight change in participants of the EPIC-PANACEA study. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i> , 92 (2), 398-407. https://doi.org/10.3945/ajcn.2009.28713 Pan, A., Sun, Q., Bernstein, A. M., Schulze, M. B., Manson, J. E., Willett, W. C., et al. (2011). Red meat consumption and risk of type 2 diabetes: 3 cohorts of US adults and an updated meta-analysis. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i> , 94 (4), 1088-1096. https://doi.org/10.3945/ajcn.111.018978

Fische sind die einzige verlässliche Quelle von Omega-3-Fettsäuren für die menschliche Ernährung.	nein	<p>Sanders, T. A. B. (2014). Plant compared with marine n-3 fatty acid effects on cardiovascular risk factors and outcomes: What is the verdict? <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i>, 100 (suppl_1), 453S-458S. https://doi.org/10.3945/ajcn.113.071555</p> <p>Welch, A. A., Shakya-Shrestha, S., Lentjes, M. A. H., Wareham, N. J. & Khaw, K.-T. (2010). Dietary intake and status of n-3 polyunsaturated fatty acids in a population of fish-eating and non-fish-eating meat-eaters, vegetarians, and vegans and the precursor-product ratio of α-linolenic acid to long-chain n-3 polyunsaturated fatty acids: results from the EPIC-Norfolk cohort. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i>, 92 (5), 1040-1051. https://doi.org/10.3945/ajcn.2010.29457</p> <p>Harris, W. S. (2014). Achieving optimal n-3 fatty acid status: the vegetarian's challenge... or not. <i>The American Journal of Clinical Nutrition</i>, 100 (suppl_1), 449S-452S. https://doi.org/10.3945/ajcn.113.071324</p> <p>Ruzzin, J. & Jacobs, D. (2012). The secret story of fish: Decreasing nutritional value due to pollution? <i>British Journal of Nutrition</i>, 108 (3), 397-399. https://doi.org/10.1017/S0007114512002048</p>
Dem Verzehr von Fisch werden verschiedene gesundheitliche Vorteile zugeschrieben. Fisch kann aber auch schwer abbaubare organische Schadstoffe und Schwermetalle (z.B. Quecksilber) enthalten, welche Gesundheitsrisiken bergen. Die gesundheitlichen Vorteile überwiegen aber die Gesundheitsrisiken, weshalb Fisch bedenkenlos mehrmals monatlich bis wöchentlich konsumiert werden kann.	nein	<p>Ruzzin, J. & Jacobs, D. (2012). The secret story of fish: Decreasing nutritional value due to pollution? <i>British Journal of Nutrition</i>, 108 (3), 397-399. https://doi.org/10.1017/S0007114512002048</p> <p>Masley, S. C., Masley, L. V. & Gualtieri, C. T. (2012). Effect of mercury levels and seafood intake of cognitive funktion in middle-aged adults. <i>Integrative Medicine</i>, 11 (3), 32-40.</p> <p>Jacobs, D. R., Ruzzin, J. & Lee, D.-H. (2014). Environmental pollutants: Downgrading the fish food stock affects chronic disease risk. <i>Journal of Internal Medicine</i>. 276 (3), 240-242. https://doi.org/10.1111/joim.12205</p>

Tabelle B: Ernährung und Umwelt

Item	Korrekt?	Quelle
Die Verpackung von Produkten zu reduzieren hat einen grösseren positiven Einfluss auf die Umwelt, als weniger Fleisch zu essen (maximal ein bis zwei Mal pro Woche).	nein	Jungbluth, N., Tietje, O. & Scholz, R. W. (2000). Food purchase: Impacts from the consumers' point of view investigated with a modular LCA. <i>The International Journal of Life Cycle Assessment</i> , 5 (3), 134-142. https://doi.org/10.1007/BF02978609
Der Transport von Lebensmitteln (via Flugzeug, Schiff, Lastwagen, Zug) verursacht nur einen relativ kleinen Anteil der Treibhausgasemissionen verglichen mit der Produktion der Lebensmittel.	ja	<p>Jungbluth, N., Tietje, O. & Scholz, R. W. (2000). Food purchase: Impacts from the consumers' point of view investigated with a modular LCA. <i>The International Journal of Life Cycle Assessment</i>, 5 (3), 134-142. https://doi.org/10.1007/BF02978609</p> <p>Weber, C. L. & Matthews, H. S. (2008). Food-miles and the relative climate impacts of food choices in the United States. <i>Environmental Science & Technology</i>, 42 (10), 3508-3513. https://doi.org/10.1021/es702969f</p> <p>Goodland, R. & Anhang, J. (2009). Livestock and climate change: What if the key actors in climate change are... cows, pigs, and chickens? <i>World Watch Magazine</i>, 22 (6), 10-19. Verfügbar unter: http://www.worldwatch.org/files/pdf/Livestock%20and%20Climate%20Change.pdf</p> <p>Oppenlander, R. (2013). <i>Food choices and sustainability. Why buying local, eating less meat, and taking baby steps won't work.</i> Minneapolis: Langdon Street Press.</p>
Weniger tierische Lebensmittel zu konsumieren oder ganz darauf zu verzichten, kann den CO2-Fussabdruck der eigenen Ernährung merklich verkleinern.	ja	<p>Weber, C. L. & Matthews, H. S. (2008). Food-miles and the relative climate impacts of food choices in the United States. <i>Environmental Science & Technology</i>, 42 (10), 3508-3513. https://doi.org/10.1021/es702969f</p> <p>Goodland, R. & Anhang, J. (2009). Livestock and climate change: What if the key actors in climate change are... cows, pigs, and chickens? <i>World Watch Magazine</i>, 22 (6), 10-19. Verfügbar unter: http://www.worldwatch.org/files/pdf/Livestock%20and%20Climate%20Change.pdf</p> <p>Scarborough, P., Appleby, P. N., Mizdrak, A., Briggs, A. D. M., Travis, R. C., Bradbury, K. E. et al. (2014). Dietary greenhouse gas emissions of meat-eaters, fish-eaters, vegetarians and vegans in the UK. <i>Climatic Change</i>, 125, 179-192. https://doi.org/10.1007/s10584-014-1169-1</p> <p>Vollmer, J., Germann, P. & Mannino, A. (2014). Nachhaltige Ernährung. <i>Sentience Politics Positionspapier</i>, 1, 1-10. Verfügbar unter: https://sentience-politics.org/de/positionspapiere/nachhaltige-ernaehrung-ch/</p>
Die Nutztierhaltung zur Nahrungsproduktion (Fleisch, Milch, etc.) verursacht zwischen 20-50% aller Treibhausgasemissionen weltweit, also mehr als z.B. der gesamte Transportsektor (Autos, Flugzeuge, Züge, Busse, Lastwagen).	ja	<p>Goodland, R. & Anhang, J. (2009). Livestock and climate change: What if the key actors in climate change are... cows, pigs, and chickens? <i>World Watch Magazine</i>, 22 (6), 10-19. Verfügbar unter: http://www.worldwatch.org/files/pdf/Livestock%20and%20Climate%20Change.pdf</p> <p>Oppenlander, R. (2013). <i>Food choices and sustainability. Why buying local, eating less meat, and taking baby steps won't work.</i> Minneapolis: Langdon Street Press.</p>
Ein Grossteil der Regenwaldabholzung im Amazonas kann der Schaffung von Land für die Viehzucht zugeschrieben werden.	ja	<p>Greenpeace. (2009). <i>Amazon Cattle Footprint, Mato Grosso: State of Destruction.</i> Verfügbar unter: https://www.greenpeace.org/archive-international/Global/international/planet-2/report/2009/1/amazon-cattle-footprint-mato.pdf</p> <p>Oppenlander, R. (2013). <i>Food choices and sustainability. Why buying local, eating less meat, and taking baby steps won't work.</i> Minneapolis: Langdon Street Press.</p> <p>Steinfeld, H., Gerber, P., Wassenaar, T., Castel, V., Rosales, M. & de Haan, C. (2006). <i>Livestock's long shadow: Environmental issues and options. Executive Summary.</i> Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). Verfügbar unter: http://www.europarl.europa.eu/climatechange/doc/FAO%20report%20Executive%20summary.pdf</p>

Rund 80-90% des weltweit produzierten Sojas wird für Nutztiere als Futtermittel verwendet	ja	Oppenlander, R. (2013). <i>Food choices and sustainability. Why buying local, eating less meat, and taking baby steps won't work</i> . Minneapolis: Langdon Street Press. Vollmer, J., Germann, P. & Mannino, A. (2014). Nachhaltige Ernährung. <i>Sentience Politics Positionspapier, 1</i> , 1-10. Verfügbar unter: https://sentience-politics.org/de/positionspapiere/nachhaltige-ernaehrung-ch/ World Wildlife Fund (WWF). (n.d.). <i>Fakten zur Sojaprodukten und den Basler Kriterien</i> . Verfügbar unter: http://d2ouvy59p0dg6k.cloudfront.net/downloads/factsheet_soja_d.pdf
Die Produktion von tierischen Lebensmitteln (Nutztierhaltung und Futterproduktion für die Tiere) beansprucht einen weitaus grösseren Anteil an der globalen Landmasse als die Produktion pflanzlicher Produkte für den direkten Konsum durch Menschen.	ja	Oppenlander, R. (2013). <i>Food choices and sustainability. Why buying local, eating less meat, and taking baby steps won't work</i> . Minneapolis: Langdon Street Press. Steinfeld, H., Gerber, P., Wassenaar, T., Castel, V., Rosales, M. & de Haan, C. (2006). <i>Livestock's long shadow: Environmental issues and options. Executive Summary</i> . Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). Verfügbar unter: http://www.europarl.europa.eu/climatechange/doc/FAO%20report%20executive%20summary.pdf Erb, K.-H., Lauk, C., Kastner, T., Mayer, A., Theurl, M. C. & Haberl, H. (2016). Exploring the biophysical option space for feeding the world without deforestation. <i>Nature Communications, 7</i> . https://doi.org/10.1038/ncomms11382
Das für die nächsten Jahrzehnte vorausgesagte Bevölkerungswachstum stellt Herausforderungen an die Ernährung der Weltbevölkerung. Welthunger, bereits heute ein Problem, könnte durch die Reduktion der Produktion tierischer Produkte und die Umstellung auf mehrheitlich pflanzliche Produkte erheblich gemindert werden.	ja	Oppenlander, R. (2013). <i>Food choices and sustainability. Why buying local, eating less meat, and taking baby steps won't work</i> . Minneapolis: Langdon Street Press. Erb, K.-H., Lauk, C., Kastner, T., Mayer, A., Theurl, M. C. & Haberl, H. (2016). Exploring the biophysical option space for feeding the world without deforestation. <i>Nature Communications, 7</i> . https://doi.org/10.1038/ncomms11382 Cassidy, E. S., West, P. C., Gerber, J. S. & Foley, J. A. (2013). Redefining agricultural yields: from tonnes to people nourished per hectare. <i>Environmental Research Letters, 8</i> . https://doi.org/10.1088/1748-9326/8/3/034015 FAO (2011). <i>World Livestock 2011 – Livestock in food security</i> . Rome: FaO. Verfügbar unter: http://www.fao.org/docrep/014/i2373e/i2373e.pdf
Der Wasserverbrauch für die Herstellung eines Lebensmittels (der sogenannte Wasserfussabdruck) ist für tierische und pflanzliche Produkte ungefähr gleich.	nein	Oppenlander, R. (2013). <i>Food choices and sustainability. Why buying local, eating less meat, and taking baby steps won't work</i> . Minneapolis: Langdon Street Press. Mekonnen, M. M. & Hoekstra, A. Y. (2012). A global assessment of the water footprint of farm animal products. <i>Ecosystems, 15</i> , 401-415. https://doi.org/10.1007/s10021-011-9517-8

Tabelle C: Ernährung und Nutztiere

Item	Korrekt?	Quelle
Nutztiere wie Legehennen, Fleischrinder, Milchkühe oder Schweine haben in der Schweiz dank guter Haltung eine hohe Lebensdauer die ungefähr ihrer natürlichen Lebenserwartung entspricht.	nein	https://www.swissveg.ch/lebenserwartung https://vegan.ch/warum-vegan/fuer-die-tiere/
Fische haben kein Schmerzempfinden.	nein	Sneddon, L. U., Braithwaite, V. A. & Gentle, M. J. (2003). Do fish have nociceptors? Evidence for the evolution of a vertebrate sensory system. <i>Proceeding of the Royal Society London B, 270</i> , 1115-1121. https://doi.org/10.1098/rspb.2003.2349
Kälber werden in der Schweizer Milchtierhaltung normalerweise von ihren Mutterkühen aufgezogen.	nein	Vollmer, J., Germann, P. & Mannino, A. (2014). Nachhaltige Ernährung. <i>Sentience Politics Positionspapier, 1</i> , 1-10. Verfügbar unter: https://sentience-politics.org/de/positionspapiere/nachhaltige-ernaehrung-ch/ Barth, K., Schneider, R., Roth, B. & Hillmann, E. (2009). Auswirkungen der muttergebundenen Kälberaufzucht auf das Melkverhalten der Kühe. In J. Mayer, T. Alföldi, F. Leiber, D. Dubois, P. Fried, F. Heckendorn, et al. (Hrsg.), <i>Werte - Wege - Wirkungen: Biolandbau im Spannungsfeld zwischen Ernährungssicherung, Markt und Klimawandel. 10. Wissenschaftstagung Ökologischer Landbau, ETH Zürich, 11.-13. Februar 2009, (Bd. 2, S. 24-27)</i> . Berlin: Dr. Köster. Verfügbar unter: http://orgprints.org/14021/1/Barth_14021.pdf
In der Schweiz werden täglich annähernd 200'000 Nutztiere (Rinder, Kälber, Schweine, Schafe, Ziegen, Pferde, Geflügel, Kaninchen, Wild) für den Konsum geschlachtet.	ja	Proviande. <i>Der Fleischmarkt um Überblick, 2015</i> . Verfügbar unter: https://www.proviande.ch/de/dienstleistungen-statistik/statistik/publikationen/archiv.html
Kühe geben grundsätzlich immer Milch, und es ist deshalb zweckmässig, dass Menschen diese nutzen.	nein	Vollmer, J., Germann, P. & Mannino, A. (2014). Nachhaltige Ernährung. <i>Sentience Politics Positionspapier, 1</i> , 1-10. Verfügbar unter: https://sentience-politics.org/de/positionspapiere/nachhaltige-ernaehrung-ch/ Schweizer Fleisch. <i>Der Zyklus der Schweizer Milch- und Fleischproduktion</i> . Verfügbar unter: https://www.schweizerfleisch.ch/gastronomie/wissenswertes-rund-ums-thema-fleisch/ohne-kaelber-keine-milch.html The Humane Society of the United States. (n.d.). <i>An HSUS report: The welfare of cows in the dairy industry</i> . Verfügbar unter: http://www.humanesociety.org/assets/pdfs/farm/hsus-the-welfare-of-cows-in-the-dairy-industry.pdf
In der Eierwirtschaft werden die männlichen Küken für die Fleischproduktion aufgezogen.	nein	Hirt, H. (2004). <i>Töten männlicher Legeküken - Situationsanalyse Schweiz 2004</i> . Frick: Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL). Verfügbar unter: http://orgprints.org/14779/1/hirt-2004-bericht_kuekenoeten.pdf Vollmer, J., Germann, P. & Mannino, A. (2014). Nachhaltige Ernährung. <i>Sentience Politics Positionspapier, 1</i> , 1-10. Verfügbar unter: https://sentience-politics.org/de/positionspapiere/nachhaltige-ernaehrung-ch/ Hörning, B. (2008). <i>Auswirkungen der Zucht auf das Verhalten von Nutztieren</i> . Kassel: kassel university press.
Das in der Schweiz legale, vorbeugende ja Stutzen der Schnäbel bei Hühnern (zwecks Verhinderung von Federpicken und Kannibalismus), kann für die Tiere schmerzhaft sein.	ja	Gentle, M. J. (2011). Pain issues in poultry. <i>Applied Animal Behaviour Science, 135</i> , 252-258. https://doi.org/10.1016/j.applanim.2011.10.023

C: Items zu den ernährungsbezogenen Motiven

Item	Konstrukt	Quelle
Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu: Es ist mir wichtig, dass das, was ich täglich esse,...		
... mir gut schmeckt.	Sensorischer Reiz	Steptoe et al. (1995)
... schön aussieht.	Sensorischer Reiz	Steptoe et al. (1995)
... ein gutes Preis-Leistungsverhältnis aufweist.	Zugang/Preis	Steptoe et al. (1995)
... relativ einfach und schnell zuzubereiten ist.	Einfachheit	Steptoe et al. (1995)
... etwas ist, das ich meistens esse.	Vertrautheit	Steptoe et al. (1995)
... mir viel Abwechslung bietet.	Vertrautheit	<i>eigen</i>
... mir dabei hilft, mein Gewicht zu kontrollieren.	Gesundheit	Steptoe et al. (1995)
... gesund ist.	Gesundheit	Steptoe et al. (1995)
... viel Protein enthält.	Gesundheit	<i>eigen</i>
... reich an Ballaststoffen ist.	Gesundheit	<i>eigen</i>
... auf umweltfreundliche Art und Weise produziert wurde.	Umwelt	Lyerly & Reeve (2015)
... möglichst minimal verpackt ist.	Umwelt	<i>eigen</i>
... möglichst lokal produziert wurde.	Umwelt	<i>eigen</i>
... so produziert wurde, dass Tiere nicht leiden mussten.	Tierwohl	Lindeman & Väänänen (2000)
... so produziert wurde, dass Tierrechte respektiert wurden.	Tierwohl	Lindeman & Väänänen (2000)

D: E-Mail Anschreiben zur Stichprobenrekrutierung

Liebe Studierende

Heute schon gegessen? Im Rahmen meiner Bachelorarbeit an der Hochschule für Angewandte Psychologie der FHNW führe ich in Zusammenarbeit mit einem Schweizer NPO eine Online-Befragung zum Thema **Ernährung** durch. Dabei geht es um die Frage, welche psychologischen Faktoren das Ernährungsverhalten beeinflussen.

Ich möchte dich herzlich einladen, an der Umfrage teilzunehmen. Je mehr Teilnehmende, desto aussagekräftiger werden die Ergebnisse. Die Umfrage dauert ca. **15 Minuten**, ist anonym und lässt keine Rückschlüsse auf einzelne Personen zu.

Hier geht's zur Umfrage, bitte bis spätestens **25. März 2018** ausfüllen:
<https://ww2.unipark.de/uc/Ausbildung/3700/>

Die Umfrage bzw. der Link darf auch gerne an deine Familienmitglieder, Freunde, Arbeitskollegen, den Coiffeur, deine Zahnärztin, etc. weitergeleitet werden.

Bei Fragen stehe ich unter danila.iseli@students.fhnw.ch gerne zur Verfügung.

Vielen Dank für deine wertvolle Teilnahme!

E: Kreuztabelle Vergleich Ernährungstyp und Ernährungsverhalten

Anzahl		Ernährungstyp					Gesamtsumme
		Allesessend	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan	Andere	
Ernährungsverhalten	Ich esse regelmässig Fleisch (mehrmals wöchentlich)	336	12	1	0	9	358
	Ich esse nur selten Fleisch (einmal pro Woche oder weniger)	86	142	0	0	10	238
	Ich esse kein Fleisch aber Fisch	1	5	17	0	4	27
	Ich esse weder Fleisch noch Fisch aber andere tierische Produkte schon	0	4	80	0	11	95
	Ich konsumiere keinerlei tierische Produkte, weder Fleisch, Fisch, Milchprodukte noch Eier	0	0	0	238	4	242
Gesamtsumme		423	163	98	238	38	960

F: Reliabilitätsanalyse

Tabelle A: Übersicht Reliabilitätsanalysen

Konstrukt	Cronbach α	Anzahl Items	Item-Nr.
Gesundheitswissen (H1)	.856	19	18-36
Umweltwissen (H1)	.802	9	37-45
Nutztierwissen (H1)	.720	7	46-52
Wissen Total (H1)	.911	35	18-52
Schmackhaftigkeit tierische Produkte (alle ausser Vegan) (H2)	.748	5	65-69
Schmackhaftigkeit tierische Produkte (Vegan) (H2)	.616	5	70-74
Schmackhaftigkeit pflanzliche Produkte (H2)	.880	5	75-79
Soziales Umfeld (alle ausser Vegan) (H3)	.726	5	80-84
Soziales Umfeld (Vegan) (H3)	.720	5	85-89

Schmackhaftigkeit tierische Produkte (Vegan) (H2)

Tabelle B: Deskriptive Statistiken

	N	Minimum	Maximum	Mittelwert	Standardabweichung
... es für mich ein grosses Opfer ist, auf Fleisch zu verzichten.	238	1	4	1.08	.348
... ich den Geschmack von Fleisch vermisse.	238	1	4	1.19	.508
... es für mich ein grosses Opfer ist, auf Milchprodukte wie Joghurt, Kuhmilch, Rahm, etc. zu verzichten.	238	1	3	1.29	.530
... ich den Geschmack von Käse vermisse.	238	1	4	1.77	.954
... Eier für mich zu einer abwechslungsreichen, schmackhaften Ernährung dazugehören.	238	1	3	1.18	.471
Gültige Anzahl (listenweise)	238				

Tabelle C: Reliabilitätsstatistik

Cronbach-Alpha	Cronbach-Alpha für standardisierte Items	Anzahl der Items
.616	.674	5

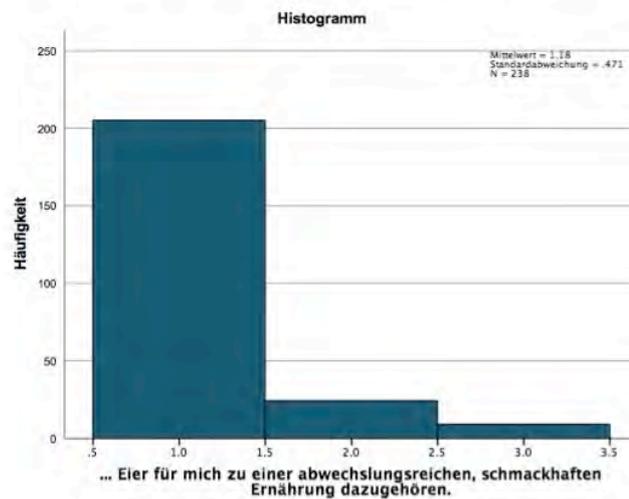
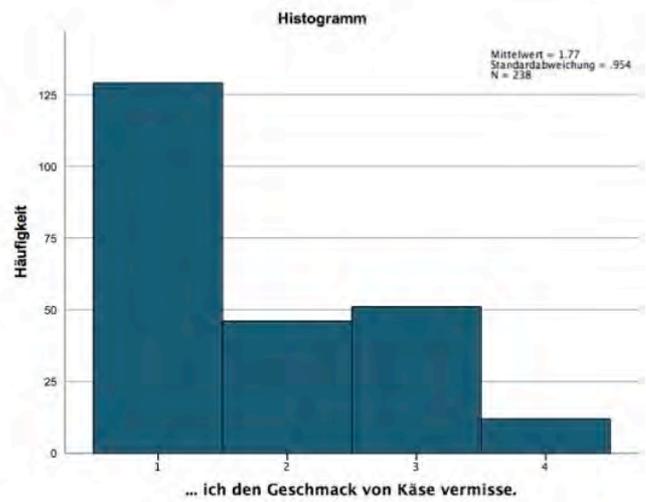
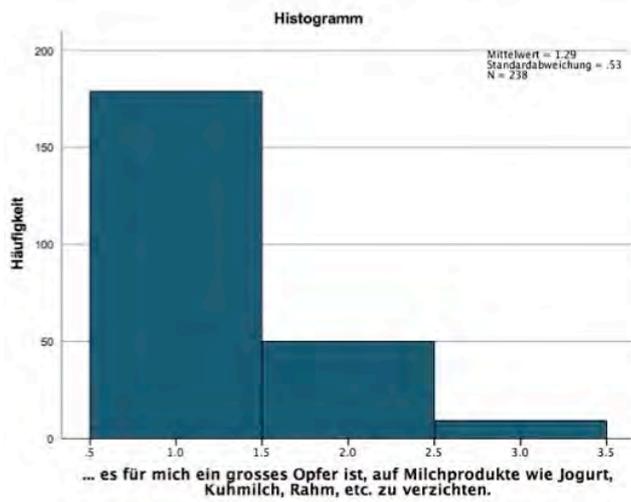
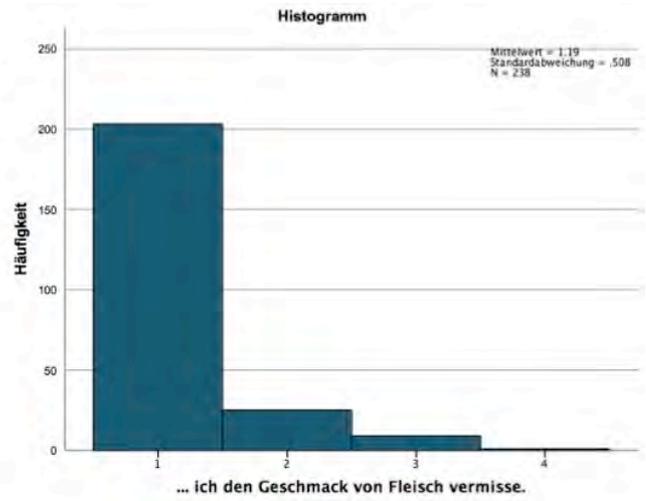
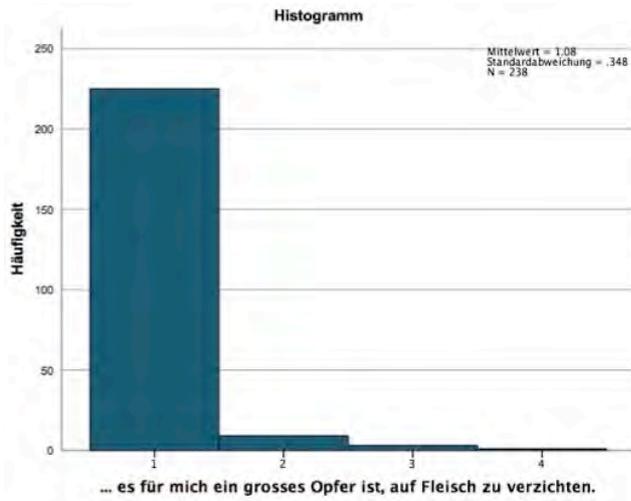
Tabelle D: Auswertung Itemstatistik

	Mittelwert	Minimum	Maximum	Bereich	Maximum / Minimum	Varianz	Anzahl der Items
Inter-Item-Korrelationen	.293	.166	.409	.243	2.457	.006	5

Tabelle E: Item-Skala-Statistik

	Mittelwert skalieren, wenn Item gelöscht	Varianz skalieren, wenn Item gelöscht	Korrigierte Item-Skala-Korrelation	Quadrierte multiple Korrelation	Cronbach-Alpha, wenn Item gelöscht
... es für mich ein grosses Opfer ist, auf Fleisch zu verzichten.	5.43	2.938	.399	.253	.575
... ich den Geschmack von Fleisch vermisse.	5.31	2.620	.399	.209	.553
... es für mich ein grosses Opfer ist, auf Milchprodukte wie Joghurt, Kuhmilch, Rahm, etc. zu verzichten.	5.22	2.509	.443	.253	.530
... ich den Geschmack von Käse vermisse.	4.73	1.683	.380	.170	.635
... Eier für mich zu einer abwechslungsreichen, schmackhaften Ernährung dazugehören.	5.33	2.643	.437	.199	.541

Abbildung A: Histogramme



G: Überprüfung der Voraussetzungen für die Signifikanztests

Tabelle A: Test auf Normalverteilung „Richtig gewusst Gesundheit“

	Ernährungstyp (ohne Andere)	Kolmogorow-Smirnow ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistik	df	Sig.	Statistik	df	Sig.
Richtig gewusst Gesundheit	Allesessend	.084	423	.000	.986	423	.000
	Flexitarisch	.100	163	.000	.976	163	.006
	Vegetarisch	.124	98	.001	.957	98	.003
	Vegan	.143	238	.000	.929	238	.000

a. Signifikanzkorrektur nach Lilliefors

Tabelle B: Test auf Varianzhomogenität „Richtig gewusst Gesundheit“

		Levene-Statistik	df1	df2	Sig.
Richtig gewusst Gesundheit	Basierend auf Mittelwert	14.676	3	918	.000
	Basierend auf Median	14.632	3	918	.000
	Basierend auf dem Median und mit angepassten df	14.632	3	863.065	.000
	Basierend auf getrimmtem Mittelwert	14.982	3	918	.000

Tabelle C: Test auf Normalverteilung „Richtig gewusst Umwelt“

	Ernährungstyp (ohne Andere)	Kolmogorow-Smirnow ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistik	df	Sig.	Statistik	df	Sig.
Richtig gewusst Umwelt	Allesessend	.113	423	.000	.962	423	.000
	Flexitarisch	.157	163	.000	.919	163	.000
	Vegetarisch	.207	98	.000	.869	98	.000
	Vegan	.298	238	.000	.758	238	.000

a. Signifikanzkorrektur nach Lilliefors

Tabelle D: Test auf Varianzhomogenität „Richtig gewusst Umwelt“

		Levene-Statistik	df1	df2	Sig.
Richtig gewusst Umwelt	Basierend auf Mittelwert	55.235	3	918	.000
	Basierend auf Median	45.740	3	918	.000
	Basierend auf dem Median und mit angepassten df	45.740	3	883.484	.000
	Basierend auf getrimmtem Mittelwert	53.457	3	918	.000

Tabelle E: Test auf Normalverteilung „Richtig gewusst Nutztiere“

	Ernährungstyp (ohne Andere)	Kolmogorow-Smirnow ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistik	df	Sig.	Statistik	df	Sig.
Richtig gewusst Nutztiere	Allesessend	.126	423	.000	.952	423	.000
	Flexitarisch	.216	163	.000	.900	163	.000
	Vegetarisch	.233	98	.000	.867	98	.000
	Vegan	.304	238	.000	.677	238	.000

a. Signifikanzkorrektur nach Lilliefors

Tabelle F: Test auf Varianzhomogenität „Richtig gewusst Nutztiere“

		Levene-Statistik	df1	df2	Sig.
Richtig gewusst Nutztiere	Basierend auf Mittelwert	46.830	3	918	.000
	Basierend auf Median	38.743	3	918	.000
	Basierend auf dem Median und mit angepassten df	38.743	3	865.102	.000
	Basierend auf getrimmtem Mittelwert	46.308	3	918	.000

Tabelle G: Test auf Normalverteilung „Schmackhaftigkeit tierischer Produkte“

	Ernährungstyp (ohne Andere)	Kolmogorow-Smirnow ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistik	df	Sig.	Statistik	df	Sig.
Schmackhaftig- keit tierischer Produkte	Allesessend	.117	422	.000	.952	422	.000
	Flexitarisch	.094	163	.001	.978	163	.010
	Vegetarisch	.099	98	.020	.980	98	.152
	Vegan	.250	238	.000	.784	238	.000

a. Signifikanzkorrektur nach Lilliefors

Tabelle H: Test auf Varianzhomogenität „Schmackhaftigkeit tierischer Produkte“

		Levene-Statistik	df1	df2	Sig.
Schmackhaftigkeit tierischer Produkte	Basierend auf Mittelwert	12.954	3	917	.000
	Basierend auf Median	13.221	3	917	.000
	Basierend auf dem Median und mit angepassten df	13.221	3	870.436	.000
	Basierend auf getrimmtem Mittelwert	12.832	3	917	.000

Tabelle I: Test auf Normalverteilung „Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte“

	Ernährungstyp (ohne Andere)	Kolmogorow-Smirnow ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistik	df	Sig.	Statistik	df	Sig.
Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte	Allesessend	.081	423	.000	.976	423	.000
	Flexitarisch	.088	163	.004	.983	163	.039
	Vegetarisch	.108	98	.007	.949	98	.001
	Vegan	.238	238	.000	.785	238	.000

a. Signifikanzkorrektur nach Lilliefors

Tabelle J: Test auf Varianzhomogenität „Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte“

		Levene-Statistik	df1	df2	Sig.
Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte	Basierend auf Mittelwert	24.288	3	918	.000
	Basierend auf Median	26.221	3	918	.000
	Basierend auf dem Median und mit angepassten df	26.221	3	837.737	.000
	Basierend auf getrimmtem Mittelwert	26.682	3	918	.000

Tabelle K: Test auf Normalverteilung „Soziales Umfeld“

	Ernährungstyp (ohne Andere)	Kolmogorow-Smirnow ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistik	df	Sig.	Statistik	df	Sig.
Soziales Umfeld	Allesessend	.098	422	.000	.965	422	.000
	Flexitarisch	.126	163	.000	.951	163	.000
	Vegetarisch	.147	98	.000	.919	98	.000
	Vegan	.112	238	.000	.941	238	.000

a. Signifikanzkorrektur nach Lilliefors

Tabelle L: Test auf Varianzhomogenität „Soziales Umfeld“

		Levene-Statistik	df1	df2	Sig.
Soziales Umfeld	Basierend auf Mittelwert	.566	3	917	.638
	Basierend auf Median	.738	3	917	.530
	Basierend auf dem Median und mit angepassten df	.738	3	902.595	.530
	Basierend auf getrimmtem Mittelwert	.657	3	917	.578

H: Deskriptive Auswertungen

Tabelle A: H1 – Wissen

Item	% korrekt geantwortet (% weiss nicht)			
	AllesesserIn	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
Für eine gesunde Ernährung bei Erwachsenen ist zumindest eine gewisse Menge an Fleisch nötig.	39.5 (7.3)	75.5 (4.3)	96.9 (1.0)	99.6 (0.4)
Fleisch ist nötig für eine gesunde Ernährung von Kindern.	29.6 (10.4)	54.6 (16.0)	82.7 (4.1)	96.2 (3.8)
Der regelmässige Konsum von Fleisch* (mehrmals wöchentlich bis täglich) birgt Gesundheitsrisiken wie z.B. Erkrankung an Krebs, Diabetes, Fettleibigkeit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Hirnschlag, Herzinfarkt, etc.).	44.0 (16.5)	63.2 (15.3)	76.5 (11.2)	93.3 (3.4)
Kuhmilch ist nötig für eine gesunde Ernährung von Kindern.	52.0 (9.9)	68.1 (8.0)	73.5 (7.1)	96.2 (3.4)
Um genug Kalzium zu erhalten, ist das Konsumieren von Milchprodukten unerlässlich.	49.2 (11.3)	68.7 (11.7)	75.5 (10.2)	99.6 (0.4)
Das regelmässige Konsumieren von Milch (täglich) ist gesundheitsförderlich und schützt vor gesundheitlichen Risiken.	51.3 (18.0)	71.2 (13.5)	78.6 (10.2)	97.9 (1.7)
Eine ausgewogene, rein pflanzliche Ernährung bietet genügend Proteine und alle essentiellen Aminosäuren, die der Körper benötigt.	38.1 (15.8)	62.6 (15.3)	83.7 (6.1)	98.3 (0.8)
Eine rein pflanzliche Ernährung enthält zwar Eisen, das Eisen aus pflanzlichen Lebensmitteln kann aber vom Körper weniger gut aufgenommen werden als Eisen aus tierischen Produkten (wie z.B. Fleisch).	40.4 (36.9)	39.3 (31.3)	41.8 (18.4)	39.1 (14.3)
Vitamin B12 wird von Bakterien produziert, nicht von Pflanzen oder Tieren.	14.9 (67.1)	19.0 (68.1)	36.7 (49.0)	83.2 (12.6)
Bei einer pflanzlichen Ernährung, die keine tierischen Produkte enthält, sollte Vitamin B12 zusätzlich durch Nahrungsergänzungspräparate oder speziell angereicherte Lebensmittel ergänzt werden.	51.1 (40.2)	55.2 (31.9)	70.4 (14.3)	94.5 (3.8)
Cholesterin, das via Lebensmittel eingenommen wird, kann ein ernstzunehmender gesundheitlicher Risikofaktor insbesondere für koronare Herzkrankheiten sein.	65.5 (19.4)	64.4 (21.5)	65.3 (28.6)	80.3 (14.3)
Eier, insbesondere Eigelb, sind, nebst tierischen Innereien wie z.B. Nieren, Him, Leber, etc., eines der Lebensmittel mit dem höchsten Cholesteringehalt.	42.3 (39.2)	49.7 (37.4)	46.9 (40.8)	70.6 (25.6)
Der regelmässige Konsum von Eiern (wöchentlich bis täglich) kann zu einem erhöhten Risiko für Krebs und Diabetes (Typ 2) führen.	11.8 (43.5)	9.8 (47.2)	21.4 (44.9)	53.4 (39.5)
Ein gemässiger Konsum von Eiern (weniger als täglich) ist unbedenklich für die Gesundheit.	4.7 (10.2)	3.1 (16.0)	7.1 (12.2)	36.1 (34.9)
Eine ausgewogene, rein vegane Ernährung kann gesund sein.	49.6 (13.2)	76.1 (9.2)	87.8 (2.0)	100
Der tägliche Konsum von Gemüse und Früchten kann vor Krebserkrankungen schützen.	53.4 (24.8)	63.8 (21.5)	58.2 (26.5)	85.3 (10.9)
Personen, die sich ausgewogen und grösstenteils pflanzlich ernähren (vegetarisch oder vegan), sind weniger anfällig als Fleischesser für gesundheitliche Risiken wie z.B. Krebs, Diabetes, Fettleibigkeit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Hirnschlag, Herzinfarkt, etc.).	28.4 (28.8)	58.3 (23.9)	77.6 (13.3)	95.4 (2.9)
Fische sind die einzige verlässliche Quelle von Omega-3-Fettsäuren für die menschliche Ernährung.	48.5 (30.5)	58.9 (23.9)	75.5 (16.3)	93.7 (5.9)
Dem Verzehr von Fisch werden verschiedene gesundheitliche Vorteile zugeschrieben. Fisch kann aber auch schwer abbaubare organische Schadstoffe und Schwermetalle (z.B. Quecksilber) enthalten, welche Gesundheitsrisiken bergen. Die gesundheitlichen Vorteile überwiegen aber die Gesundheitsrisiken, weshalb Fisch bedenkenlos mehrmals monatlich bis wöchentlich konsumiert werden kann.	9.7 (30.5)	16.6 (36.2)	34.7 (28.6)	66.0 (22.3)
Gesundheitswissen insgesamt	38.1 (24.9)	51.4 (23.8)	59.5 (17.2)	83.0 (10.6)
Die Verpackung von Produkten zu reduzieren hat einen grösseren positiven Einfluss auf die Umwelt, als weniger Fleisch zu essen (maximal ein bis zwei Mal pro Woche).	29.6 (25.1)	39.9 (25.2)	56.1 (20.4)	75.2 (19.7)
Der Transport von Lebensmitteln (via Flugzeug, Schiff, Lastwagen, Zug) verursacht nur einen relativ kleinen Anteil der Treibhausgasemissionen verglichen mit der Produktion der Lebensmittel.	38.3 (22.9)	46.6 (23.3)	46.9 (20.4)	69.3 (16.0)
Weniger tierische Lebensmittel zu konsumieren oder ganz darauf zu verzichten, kann den CO2-Fussabdruck der eigenen Ernährung merklich verkleinern.	73.5 (14.4)	87.7 (8.6)	94.9 (3.1)	99.2 (0.4)
Die Nutztierhaltung zur Nahrungsproduktion (Fleisch, Milch, etc.) verursacht zwischen 20-50% aller Treibhausgasemissionen weltweit, also mehr als z.B. der gesamte Transportsektor (Autos, Flugzeuge, Züge, Busse, Lastwagen).	47.5 (36.4)	64.4 (31.3)	82.7 (14.3)	92.4 (5.9)
Ein Grossteil der Regenwaldabholzung im Amazonas kann der Schaffung von Land für die Viehzucht zugeschrieben werden.	42.8 (25.8)	62.6 (17.8)	74.5 (16.3)	93.3 (5.9)
Rund 80-90% des weltweit produzierten Sojas wird für Nutztiere als Futtermittel verwendet	60.3 (33.6)	77.3 (19.6)	82.7 (14.3)	97.5 (2.1)
Die Produktion von tierischen Lebensmitteln (Nutztierhaltung und Futterproduktion für die Tiere) beansprucht einen weitaus grösseren Anteil an der globalen Landmasse als die Produktion pflanzlicher Produkte für den direkten Konsum durch Menschen.	58.6 (31.0)	73.0 (21.5)	86.7 (11.2)	98.3 (1.7)
Das für die nächsten Jahrzehnte vorausgesagte Bevölkerungswachstum stellt Herausforderungen an die Ernährung der Weltbevölkerung. Welthunger, bereits heute ein Problem, könnte durch die Reduktion der Produktion tierischer Produkte und die Umstellung auf mehrheitlich pflanzliche Produkte erheblich gemindert werden.	57.2 (21.5)	74.8 (17.8)	85.7 (10.2)	97.5 (1.7)
Der Wasserverbrauch für die Herstellung eines Lebensmittels (der sogenannte Wasserfussabdruck) ist für tierische und pflanzliche Produkte ungefähr gleich.	56.0 (29.1)	62.6 (22.1)	75.5 (20.4)	95.4 (2.1)
Umweltwissen insgesamt	51.5 (26.6)	65.4 (20.7)	76.2 (14.5)	90.9 (6.1)
Nutztiere wie Legehennen, Fleischrinder, Milchkühe oder Schweine haben in der Schweiz dank guter Haltung eine hohe Lebensdauer die ungefähr ihrer natürlichen Lebenserwartung entspricht.	52.5 (18.4)	63.2 (16.6)	75.5 (17.3)	96.6 (2.5)
Fische haben kein Schmerzempfinden.	71.2 (24.1)	81.6 (15.3)	89.8 (9.2)	97.5 (2.5)
Kälber werden in der Schweizer Milchtierhaltung normalerweise von ihren Mutterkühen aufgezogen.	54.8 (26.7)	71.2 (18.4)	82.7 (11.2)	93.3 (5.0)
In der Schweiz werden täglich annähernd 200'000 Nutztiere (Rinder, Kälber, Schweine, Schafe, Ziegen, Pferde, Geflügel, Kaninchen, Wild) für den Konsum geschlachtet.	36.2 (53.2)	38.0 (56.4)	46.9 (49.0)	60.1 (37.8)

Item	% korrekt geantwortet (% weiss nicht)			
	AllesesserIn	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
Kühe geben grundsätzlich immer Milch, und es ist deshalb zweckmässig, dass Menschen diese nutzen.	77.5 (5.0)	86.5 (6.1)	94.9 (2.0)	100
In der Eierwirtschaft werden die männlichen Küken für die Fleischproduktion aufgezogen.	51.1 (30.3)	53.4 (25.2)	73.5 (13.3)	94.1 (2.9)
Das in der Schweiz legale, vorbeugende Stutzen der Schnäbel bei Hühnern (zwecks Verhinderung von Federpicken und Kannibalismus), kann für die Tiere schmerzhaft sein.	62.4 (31.0)	69.9 (25.8)	89.8 (9.2)	97.5 (2.1)
Nutztierwissen insgesamt	57.9 (26.9)	66.2 (23.4)	79.0 (15.9)	91.3 (7.5)
Wissen total	45.5 (25.8)	58.0 (23.3)	69.4 (16.7)	86.7 (8.8)

Anmerkung: AllesesserIn n = 423, Flexitarisch n = 163, Vegetarisch n = 98, Vegan n = 238

Tabelle B: H2 – Schmackhaftigkeit

Item	% zugestimmt*			
	AllesesserIn	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu: Mich vegetarisch zu ernähren wäre schwierig bzw. fällt mir schwer, weil... / Mich vegan zu ernähren wäre schwierig, weil... / Mich vegan zu ernähren fällt mir schwer, weil...				
... Es für mich ein grosses Opfer wäre bzw. ist, auf Fleisch zu verzichten.	58.7	10.4	2.0	
... Es für mich ein grosses Opfer ist, auf Fleisch zu verzichten.				1.7
... Ich den Geschmack von Fleisch mag.	87.2	49.1	15.3	
... ich den Geschmack von Fleisch vermisse.				4.2
... Es für mich ein grosses Opfer wäre, auf Milchprodukte wie Jogurt, Kuhmilch, Rahm, etc. zu verzichten.	87.9	77.3	58.1	
... es für mich ein grosses Opfer ist, auf Milchprodukte wie Jogurt, Kuhmilch, Rahm, etc. zu verzichten.				3.8
... Ich den Geschmack von Käse mag.	85.3	81.6	80.6	
... ich den Geschmack von Käse vermisse.				26.4
... Eier für mich zu einer abwechslungsreichen, schmackhaften Ernährung dazugehören.	75.2	57.6	41.9	
... Eier für mich zu einer abwechslungsreichen, schmackhaften Ernährung dazugehören.				3.8
Zustimmung zur Schmackhaftigkeit tierischer Produkte insgesamt	78.8	55.2	39.6	9.8
Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu: Im Vergleich zu tierischen Produkten, schmecken mir... /				
... Pflanzliche Alternativen für Milchprodukte wie z.B. Sojamilch, Cashewkäse, etc. genau so gut.	18.2	40.4	60.2	90.3
... Pflanzliche Fleischalternativen wie z.B. Tofu, Seitan und andere Fleischersatzprodukte genau so gut.	23.4	53.4	82.7	93.7
Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen Ihrer Meinung nach zu:				
Es gibt genügend schmackhafte Alternativen zu Fleisch- und Milchprodukten, so dass man problemlos Fleisch, Kuhmilch, Käse, etc. weglassen kann, ohne dabei auf kulinarischen Genuss verzichten zu müssen.	23.4	56.5	68.4	97.5
*Die vegane Ernährung ist langweilig und fade.	54.6	84.0	92.9	100
*Ein veganer Kuchen ohne Eier und Milchprodukte schmeckt weniger gut als ein konventioneller Kuchen.	43.5	66.9	76.5	96.6
Zustimmung zur Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte insgesamt	32.6	60.2	76.1	95.6

Anmerkung: Die Antwortkategorien lauteten „trifft gar nicht zu“, „trifft eher nicht zu“, „trifft eher zu“ und „trifft völlig zu“. Die „% zugestimmt“ Ergebnisse hier fassen „trifft eher zu“ und „trifft völlig zu“ zusammen.

* Im Falle von negativ formulierten Items wird entsprechend die Ablehnung, also „trifft gar nicht zu“ und „trifft eher nicht zu“ zusammengefasst.
AllesesserIn n = 423, Flexitarisch n = 163, Vegetarisch n = 98, Vegan n = 238

Tabelle C: H3 – Soziales Umfeld als Barriere

Item	% zugestimmt			
	AllesesserIn	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu: Mich vegan zu ernähren wäre schwierig, weil... / Mich vegan zu ernähren empfinde ich als herausfordernd, weil ...				
... meine Familie / mein Partner nicht vegan essen will.	57.8	45.4	26.5	
... meine Familie / mein Partner nicht vegan essen will.				28.1
... mehrheitlich jemand anderes entscheidet, was ich esse (da jemand anderes für mich kocht).	23.0	14.7	13.3	
... mehrheitlich jemand anderes entscheidet, was ich esse (da jemand anderes für mich kocht).				2.5
... Ich nicht will, dass die Leute denken, ich sei komisch oder ein Hippie.	5.9	8.0	4.1	
... es mich stört, dass Leute denken könnten, ich sei komisch oder ein Hippie.				12.6
... kaum einer meiner Freunde und Familie sich vegan ernähren.	49.8	41.1	33.7	
... kaum einer meiner Freunde und Familie sich vegan ernähren.				43.7
... ich in Situationen wie Familienessen, Mittagessen mit Arbeitskollegen, etc. nicht auffallen will.	17.6	26.7	23.4	
... es mir unangenehm ist, in Situationen wie Familienessen, Mittagessen mit Arbeitskollegen, etc. aufzufallen.				40.4
Zustimmung zu Soziales Umfeld als Barriere insgesamt	30.8	27.2	20.2	25.46

Anmerkung: Die Antwortkategorien lauteten „trifft gar nicht zu“, „trifft eher nicht zu“, „trifft eher zu“ und „trifft völlig zu“. Die „% zugestimmt“ Ergebnisse hier fassen „trifft eher zu“ und „trifft völlig zu“ zusammen.

AllesesserIn n = 423, Flexitarisch n = 163, Vegetarisch n = 98, Vegan n = 238

Tabelle D: Weitere Items (Schwierigkeit der Umsetzung, ernährungsbezogene Motive)

Item	% zugestimmt			
	AllesesserIn	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie persönlich zu: Wenn ich meine Ernährung umstellen müsste / Auf eine vegane Ernährung umzustellen ist nicht einfach, weil				
... Wüsste ich nicht, was ich anstatt Fleisch essen könnte.	21.6			
... Wüsste ich nicht, was ich anstelle von Eiern oder Milchprodukten wie Rahm und Käse verwenden könnte.	55.3	31.3	11.2	
... Man zu Beginn nicht weiss, was man anstelle von Eiern oder Milchprodukten wie Rahm und Käse verwenden kann.				48.3
... Wüsste ich nicht, wie ich eine vegane Mahlzeit zubereiten kann.	39.8	14.7	8.1	
... Man zu Beginn nicht weiss, wie man eine vegane Mahlzeit zubereiten kann.				29.0
Wenn ich mich vegan ernähren müsste, wüsste ich nicht, was ich überhaupt noch essen könnte.	37.5	13.5	4.0	
... Man zu Beginn nicht weiss, was man überhaupt noch essen kann.				30.3
Wenn ich auswärts essen würde, gäbe es zu wenig oder gar keine veganen Optionen.	68.5	63.2	62.2	
... Es zu wenig oder gar keine veganen Optionen gibt, wenn man auswärts essen will.				54.2
Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen Ihrer Meinung nach zu:				
Vegan zu kochen ist grundsätzlich umständlich und aufwändig.	57.6	33.1	29.6	1.7
Die vegane Ernährung ist teurer als eine nicht-vegetarische Ernährung und diese kann sich nicht jeder leisten.	48.2	35.6	22.5	4.6
Um sich vegan zu ernähren muss man sich zuerst informieren, wie das überhaupt geht.	89.4	85.2	85.7	83.6
Zustimmung zur Schwierigkeit der Umsetzung insgesamt (ohne ^a und ^b)	51.7	31.1	23.0	32.7
Wie sehr, wenn überhaupt, treffen folgende Aussagen auf Sie zu: Es ist mir wichtig, dass das, was ich täglich esse,...				
... Mir gut schmeckt.	98.8	100	100	99.6
... Schön aussieht.	65.7	65.6	60.2	67.2
Motiv „sensorischer Reiz“	82.2	82.8	80.1	83.4
... Ein gutes Preis-Leistungsverhältnis aufweist.	79.7	79.2	79.6	74.7
Motiv „Zugang/Preis“	79.7	79.2	79.6	74.7
... Relativ einfach und schnell zuzubereiten ist.	68.5	68.1	80.6	74.8
Motiv „Einfachheit“	68.5	68.1	80.6	74.8
... Etwas ist, das ich meistens esse.	31.9	28.8	29.6	28.1
*... Mir viel Abwechslung bietet.	29.6	28.8	28.6	19.7
Motiv „Vertrautheit“	30.7	28.8	29.1	23.9
... Mir dabei hilft, mein Gewicht zu kontrollieren.	48.0	53.4	53.0	50.9
... gesund ist.	83.9	95.7	89.8	98.3
... Viel Protein enthält.	39.0	37.4	37.7	49.5
... Reich an Ballaststoffen ist.	48.2	63.2	49.0	82.8
Motiv „Gesundheit“	54.8	62.4	57.4	70.4
... Auf umweltfreundliche Art und Weise produziert wurde.	75.6	87.7	90.9	98.3
... Möglichst minimal verpackt ist.	59.3	79.2	82.7	92.0
... Möglichst lokal produziert wurde.	76.3	85.9	86.8	89.5
Motiv „Umwelt“	70.4	84.2	86.8	93.2
... So produziert wurde, dass Tiere nicht leiden mussten.	80.0	89.6	99.0	100
... So produziert wurde, dass Tierrechte respektiert wurden.	80.7	90.8	98.0	99.1
Motiv „Tierwohl“	80.3	90.2	98.5	99.5

Anmerkung: Die Antwortkategorien lauteten „trifft gar nicht zu“, „trifft eher nicht zu“, „trifft eher zu“ und „trifft völlig zu“. Die „% zugestimmt“ Ergebnisse hier fassen „trifft eher zu“ und „trifft völlig zu“ zusammen.

* Im Falle von negativ formulierten Items wird entsprechend die Ablehnung, also „trifft gar nicht zu“ und „trifft eher nicht zu“ zusammengefasst.
AllesesserIn n = 423, Flexitarisch n = 163, Vegetarisch n = 98, Vegan n = 238

Tabelle E: *Motive für die vegane/vegetarische/flexitarische Ernährung – Häufigkeiten*

		Antworten		Prozent der Fälle
		H	Prozent	
Tierethische Gründe (Tierschutz, Tierrechte, etc.)	Vegan	228	33.8%	95.8%
	Vegetarisch	92	40.2%	93.9%
	Flexitarisch	112	28.4%	68.7%
Gesundheitlich Gründe (Krankheitsprävention, Gewichtsreduktion, etc.)	Vegan	173	25.7%	72.7%
	Vegetarisch	30	13.1%	30.6%
	Flexitarisch	69	17.5%	42.3%
Ökologische Gründe (Nachhaltigkeit, Klimaauswirkungen, etc.)	Vegan	216	32.0%	90.8%
	Vegetarisch	77	33.6%	78.6%
	Flexitarisch	119	30.1%	73.0%
Es liegt aktuell im Trend und ich probiere gerne Neues	Vegan	3	0.4%	1.3%
	Vegetarisch	1	0.4%	1.0%
	Flexitarisch	6	1.5%	3.7%
Mir schmecken Fleisch, Milchprodukte oder Eier nicht	Vegan	28	4.2%	11.8%
	Vegetarisch	21	9.2%	21.4%
	Flexitarisch	37	9.4%	22.7%
Religiöse Überzeugungen	Vegan	6	0.9%	2.5%
	Vegetarisch	2	0.9%	2.0%
	Flexitarisch	1	0.3%	0.6%
Partner/Familienmitglieder leben vegan/ vegetarisch/ flexitarisch	Vegan	9	1.3%	3.8%
	Vegetarisch	4	1.7%	4.1%
	Flexitarisch	20	5.1%	12.3%
Andere	Vegan	11	1.6%	4.6%
	Vegetarisch	1	0.4%	1.0%
	Flexitarisch	27	6.8%	16.6%
Wenn ich frei wählen könnte würde ich mich nicht so ernähren	Vegan	0	0%	0%
	Vegetarisch	1	0.4%	1.0%
	Flexitarisch	4	1.0%	2.5%

a. Dichotomiegruppe tabuliert bei Wert 1.

Tabelle F: *VegetarierInnen und/oder VeganerInnen im Haushalt?*

Ernährungstyp (ohne Andere)			Häufigkeit		Prozent		Gültige Prozent	
			vegi	vegan	vegi	vegan	vegi	vegan
Allesessend	Gültig	Ja	36	11	8.5	2.6	8.5	2.6
		Nein	387	412	91.5	97.4	91.5	97.4
Flexitarisch	Gültig	Ja	32	9	19.6	5.5	19.6	5.5
		Nein	131	154	80.4	94.5	80.4	94.5
Vegetarisch	Gültig	Ja	30	4	30.6	4.1	30.6	4.1
		Nein	68	94	69.4	95.9	69.4	95.9
Vegan	Gültig	Ja	70	75	29.4	31.5	29.4	31.5
		Nein	168	163	70.6	68.5	70.6	68.5

Tabelle G: *Enges und erweitertes soziales Umfeld vegan*

Ernährungstyp (ohne Andere)			Häufigkeit		Prozent		Gültige Prozent	
			eng	erw.	eng	erw.	eng	erw.
Allesessend	Gültig	Ja - VegetarierInnen	139	136	32.9	32.2	32.9	32.2
		Ja - VeganerInnen	22	33	5.2	7.8	5.2	7.8
		Ja - Beides	124	193	29.3	45.6	29.3	45.6
		Nein	138	61	32.6	14.4	32.6	14.4
Flexitarisch	Gültig	Ja - VegetarierInnen	50	39	30.7	23.9	30.7	23.9
		Ja - VeganerInnen	9	10	5.5	6.1	5.5	6.1
		Ja - Beides	68	89	41.7	54.6	41.7	54.6
		Nein	36	25	22.1	15.3	22.1	15.3
Vegetarisch	Gültig	Ja - VegetarierInnen	34	35	34.7	35.7	34.7	35.7
		Ja - VeganerInnen	3	3	3.1	3.1	3.1	3.1
		Ja - Beides	43	53	43.9	54.1	43.9	54.1
		Nein	18	7	18.4	7.1	18.4	7.1
Vegan	Gültig	Ja - VegetarierInnen	32	44	13.4	18.5	13.4	18.5
		Ja - VeganerInnen	37	15	15.5	6.3	15.5	6.3
		Ja - Beides	134	149	56.3	62.6	56.3	62.6
		Nein	35	30	14.7	12.6	14.7	12.6

Anmerkung: Die Frage lautete: „Gibt es in Ihrem **engen** sozialen Umfeld (Familie, Freunde, Partner) VegetarierInnen oder VeganerInnen, mit welchen Sie über das Thema Ernährung sprechen?“ beziehungsweise „Gibt es in Ihrem **erweiterten** sozialen Umfeld (Arbeitskollegen, Bekannte, etc.) VegetarierInnen oder VeganerInnen, mit welchen Sie sich bereits einmal über das Thema Ernährung unterhalten haben?“

Tabelle H: *Milch- und/oder Fleischersatzprodukte probiert?*

Ernährungstyp (ohne Andere)			Häufigkeit		Prozent		Gültige Prozent	
			Milcher.	Fleischer.	Milcher.	Fleischer.	Milcher.	Fleischer.
Allesessend	Gültig	Ja	366	394	86.5	93.1	86.5	93.1
		Nein	57	29	13.5	6.9	13.5	6.9
Flexitarisch	Gültig	Ja	159	160	97.5	98.2	97.5	98.2
		Nein	4	3	2.5	1.8	2.5	1.8
Vegetarisch	Gültig	Ja	94	98	95.9	100.0	95.9	100.0
		Nein	4		4.1		4.1	
Vegan	Gültig	Ja	238	238	100.0	100.0	100.0	100.0
		Nein						

Tabelle I: *„Können Sie sich vorstellen, die vegane Ernährung auszuprobieren?“*

Ernährungstyp (ohne Andere)			Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozent	Kumulative Prozente
Allesessend	Gültig	Ja	143	33.8	33.9	33.9
		Nein	279	66.0	66.1	100.0
	Gesamtsumme		422	99.8	100.0	
	Fehlend	-77	1	.2		
Flexitarisch	Gültig	Ja	111	68.1	68.1	68.1
		Nein	52	31.9	31.9	100.0
Vegetarisch	Gültig	Ja	80	81.6	81.6	81.6
		Nein	18	18.4	18.4	100.0

Tabelle J: *„Können Sie sich vorstellen, die vegetarische Ernährung auszuprobieren?“*

Ernährungstyp (ohne Andere)			Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozent	Kumulative Prozente
Allesessend	Gültig	Ja	337	79.7	79.9	79.9
		Nein	85	20.1	20.1	100.0
	Fehlend	-77	1	.2		
Flexitarisch	Gültig	Ja	158	96.9	96.9	96.9
		Nein	5	3.1	3.1	100.0

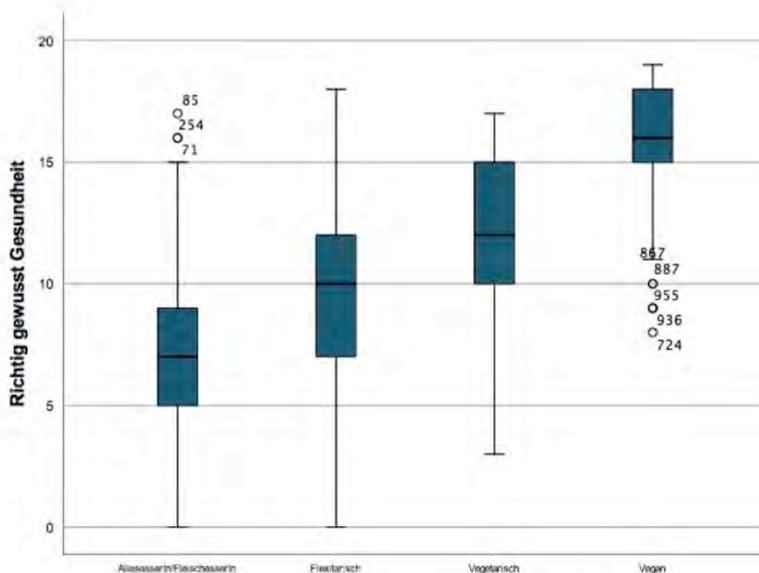
Tabelle K: *„Können Sie sich vorstellen, die flexitarische Ernährung auszuprobieren?“*

Ernährungstyp (ohne Andere)			Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozent	Kumulative Prozente
Allesessend	Gültig	Ja	392	92.7	92.9	92.9
		Nein	30	7.1	7.1	100.0
	Fehlend	-77	1	.2		

I: Signifikanztests

H1: Gesundheit – Richtig gewusst

Statistiken			
Richtig gewusst Gesundheit			
AllesesserIn/ FleischesserIn	N	Gültig	423
		Fehlend	0
	Mittelwert		7.24
	Median		7.00
	Standardabweichung		3.282
	Minimum		0
	Maximum		17
Flexitarisch	N	Gültig	163
		Fehlend	0
	Mittelwert		9.78
	Median		10.00
	Standardabweichung		3.399
	Minimum		0
	Maximum		18
Vegetarisch	N	Gültig	98
		Fehlend	0
	Mittelwert		11.91
	Median		12.00
	Standardabweichung		3.315
	Minimum		3
	Maximum		17
Vegan	N	Gültig	238
		Fehlend	0
	Mittelwert		15.79
	Median		16.00
	Standardabweichung		2.231
	Minimum		8
	Maximum		19



H-Test

		Ränge	
		H	Mittlerer Rang
Richtig gewusst Gesundheit	Ernährungstyp (ohne Andere)		280.10
	AllesesserIn/ FleischesserIn	423	
	Flexitarisch	163	430.69
	Vegetarisch	98	552.64
	Vegan	238	767.49
	Gesamtsumme	922	

Teststatistiken ^{a,b}	
Richtig gewusst Gesundheit	
Chi-Quadrat	526.127
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable:
Ernährungstyp (ohne Andere)

U-Test

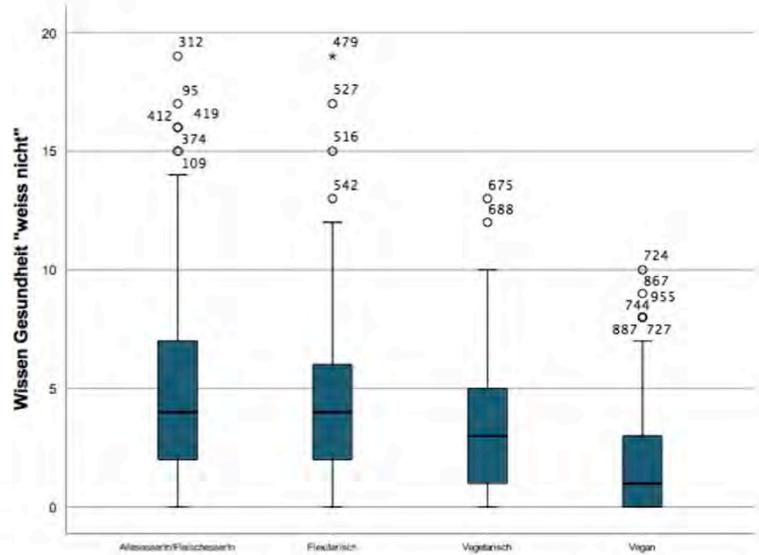
Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Richtig gewusst Gesundheit

	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=-8.013$ $p=.000$	$U=-10.414$ $p=.000$	$U=-20.461$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=-8.013$ $p=.000$		$U=-4.828$ $p=.000$	$U=-14.835$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=-10.414$ $p=.000$	$U=-4.828$ $p=.000$		$U=-9.762$ $p=.000$
Vegan	$U=-20.461$ $p=.000$	$U=-14.835$ $p=.000$	$U=-9.762$ $p=.000$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

H1: Gesundheit – Weiss nicht

		Statistiken	
Wissen Gesundheit "weiss nicht"		N	Gültig Fehlend
AllesesserIn/ FleischesserIn		423	0
	Mittelwert	4.74	
	Median	4.00	
	Standardabweichung	3.742	
	Minimum	0	
	Maximum	19	
Flexitarisch		163	0
	Mittelwert	4.52	
	Median	4.00	
	Standardabweichung	3.608	
	Minimum	0	
	Maximum	19	
Vegetarisch		98	0
	Mittelwert	3.45	
	Median	3.00	
	Standardabweichung	2.929	
	Minimum	0	
	Maximum	13	
Vegan		238	0
	Mittelwert	2.01	
	Median	1.00	
	Standardabweichung	2.135	
	Minimum	0	
	Maximum	10	



H-Test

		Ränge		Teststatistiken ^{a,b}	
Ernährungstyp (ohne Andere)		H	Mittlerer Rang	Wissen Gesundheit "weiss nicht"	
Wissen Gesundheit "weiss nicht"	AllesesserIn/ FleischesserIn	423	527.22	Chi-Quadrat	106.100
	Flexitarisch	163	515.80	df	3
	Vegetarisch	98	442.16	Asymp. Sig.	.000
	Vegan	238	315.47	a. Kruskal-Wallis-Test	
	Gesamtsumme	922		b. Gruppierungsvariable: Ernährungstyp (ohne Andere)	

U-Test

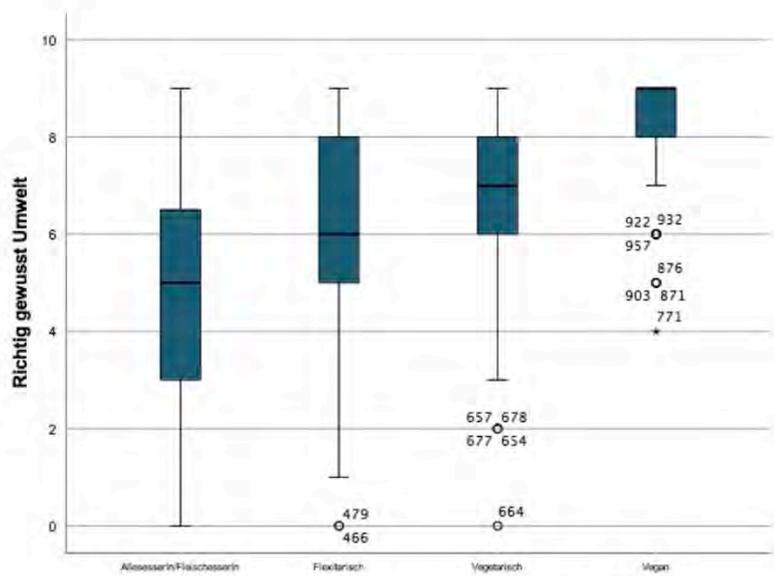
Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Wissen Gesundheit „weiss nicht“

	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=-.615$ $p=.539$	$U=-3.002$ $p=.003$	$U=-9.694$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=-.615$ $p=.539$		$U=-2.304$ $p=.021$	$U=-7.653$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=-3.002$ $p=.003$	$U=-2.304$ $p=.021$		$U=-4.357$ $p=.000$
Vegan	$U=-9.694$ $p=.000$	$U=-7.653$ $p=.000$	$U=-4.357$ $p=.000$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

H1: Umwelt – Richtig gewusst

Statistiken		
Richtig gewusst Umwelt		
AllesesserIn/ FleischesserIn	N	Gültig 423 Fehlend 0
	Mittelwert	4.64
	Median	5.00
	Standardabweichung	2.392
	Minimum	0
	Maximum	9
Flexitarisch	N	Gültig 163 Fehlend 0
	Mittelwert	5.89
	Median	6.00
	Standardabweichung	2.362
	Minimum	0
	Maximum	9
Vegetarisch	N	Gültig 98 Fehlend 0
	Mittelwert	6.86
	Median	7.00
	Standardabweichung	1.990
	Minimum	0
	Maximum	9
Vegan	N	Gültig 238 Fehlend 0
	Mittelwert	8.18
	Median	9.00
	Standardabweichung	1.074
	Minimum	4
	Maximum	9



H-Test

Ränge			
	Ernährungstyp (ohne Andere)	H	Mittlerer Rang
Richtig gewusst Umwelt	AllesesserIn/ FleischesserIn	423	314.00
	Flexitarisch	163	438.53
	Vegetarisch	98	541.78
	Vegan	238	706.33
	Gesamtsumme	922	

Teststatistiken ^{a,b}	
	Richtig gewusst Umwelt
Chi-Quadrat	347.722
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable:
Ernährungstyp (ohne Andere)

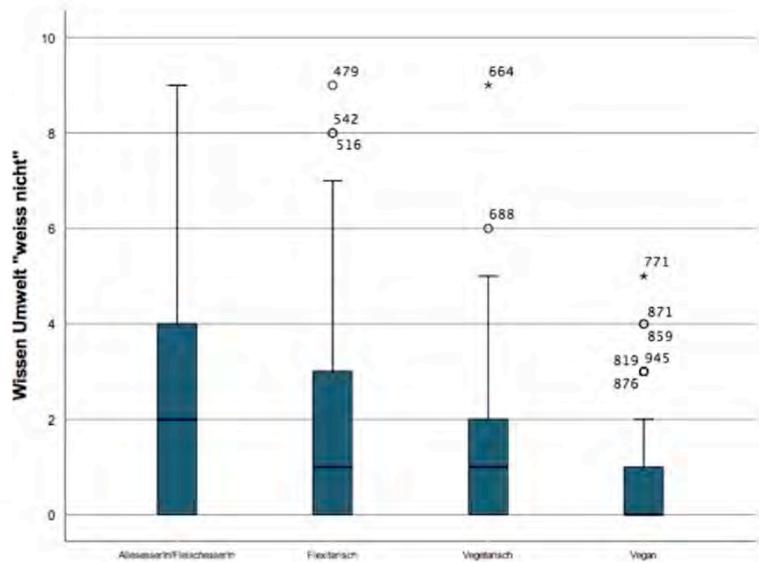
U-Test

Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Richtig gewusst Umwelt				
	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=-5.695$ $p=.000$	$U=-8.192$ $p=.000$	$U=-17.599$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=-5.695$ $p=.000$		$U=-3.399$ $p=.001$	$U=-11.002$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=-8.192$ $p=.000$	$U=-3.399$ $p=.001$		$U=-6.572$ $p=.000$
Vegan	$U=-17.599$ $p=.000$	$U=-11.002$ $p=.000$	$U=-6.572$ $p=.000$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

H1: Umwelt – Weiss nicht

Statistiken		
Wissen Umwelt "weiss nicht"		
AllesesserIn/ FleischesserIn	N	Gültig 423 Fehlend 0
	Mittelwert	2.40
	Median	2.00
	Standardabweichung	2.311
	Minimum	0
	Maximum	9
Flexitarisch	N	Gültig 163 Fehlend 0
	Mittelwert	1.87
	Median	1.00
	Standardabweichung	2.070
	Minimum	0
	Maximum	9
Vegetarisch	N	Gültig 98 Fehlend 0
	Mittelwert	1.31
	Median	1.00
	Standardabweichung	1.640
	Minimum	0
	Maximum	9
Vegan	N	Gültig 238 Fehlend 0
	Mittelwert	.55
	Median	.00
	Standardabweichung	.907
	Minimum	0
	Maximum	5



H-Test

	Ränge		Mittlerer Rang
	Ernährungstyp (ohne Andere)	H	
Wissen Umwelt "weiss nicht"	AllesesserIn/ FleischesserIn	423	545.19
	Flexitarisch	163	489.72
	Vegetarisch	98	422.67
	Vegan	238	309.42
	Gesamtsumme	922	

Teststatistiken ^{a, b}	
Wissen Umwelt "weiss nicht"	
Chi-Quadrat	133.447
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable: Ernährungstyp (ohne Andere)

U-Test

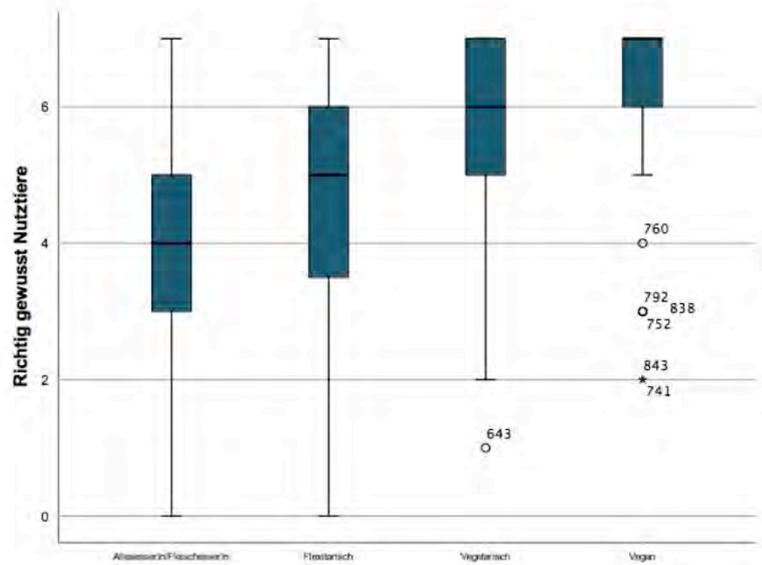
Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Wissen Umwelt „weiss nicht“

	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=-2.449$ $p=.014$	$U=-4.335$ $p=.000$	$U=-11.188$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=-2.449$ $p=.014$		$U=-2.090$ $p=.037$	$U=-7.451$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=-4.335$ $p=.000$	$U=-2.090$ $p=.037$		$U=-4.302$ $p=.000$
Vegan	$U=-11.188$ $p=.000$	$U=-7.451$ $p=.000$	$U=-4.302$ $p=.000$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

H1: Nutztiere – Richtig gewusst

Statistiken			
Richtig gewusst Nutztiere			
AllesesserIn/ FleischesserIn	N	Gültig	423
		Fehlend	0
	Mittelwert		4.06
	Median		4.00
	Standardabweichung		1.846
	Minimum		0
	Maximum		7
Flexitarisch	N	Gültig	163
		Fehlend	0
	Mittelwert		4.64
	Median		5.00
	Standardabweichung		1.839
	Minimum		0
	Maximum		7
Vegetarisch	N	Gültig	98
		Fehlend	0
	Mittelwert		5.53
	Median		6.00
	Standardabweichung		1.401
	Minimum		1
	Maximum		7
Vegan	N	Gültig	238
		Fehlend	0
	Mittelwert		6.39
	Median		7.00
	Standardabweichung		.854
	Minimum		2
	Maximum		7



H-Test

		Ränge	
		H	Mittlerer Rang
Richtig gewusst Nutztiere	Ernährungstyp (ohne Andere)		
	AllesesserIn/ FleischesserIn	423	335.60
	Flexitarisch	163	414.27
	Vegetarisch	98	538.39
	Vegan	238	685.95
Gesamtsumme		922	

Teststatistiken ^{a,b}	
Richtig gewusst Nutztiere	
Chi-Quadrat	286.982
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable: Ernährungstyp (ohne Andere)

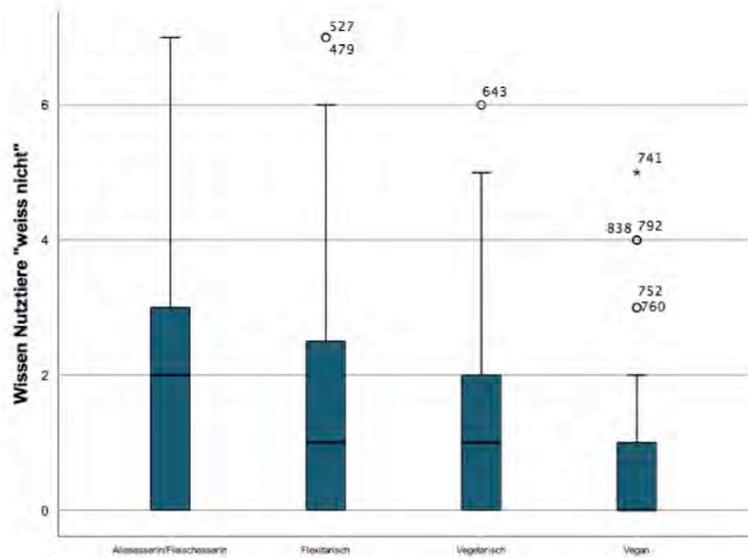
U-Test

Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Richtig gewusst Nutztiere				
	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=-3.745$ $p=.000$	$U=-7.228$ $p=.000$	$U=-15.930$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=-3.745$ $p=.000$		$U=-3.931$ $p=.000$	$U=-11.225$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=-7.228$ $p=.000$	$U=-3.931$ $p=.000$		$U=-5.785$ $p=.000$
Vegan	$U=-15.930$ $p=.000$	$U=-11.225$ $p=.000$	$U=-5.785$ $p=.000$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

H1: Nutztiere – Weiss nicht

Statistiken			
Wissen Nutztiere "weiss nicht"			
AllesesserIn/ FleischesserIn	N	Gültig	423
		Fehlend	0
	Mittelwert		1.89
	Median		2.00
	Standardabweichung		1.677
	Minimum		0
	Maximum		7
Flexitarisch	N	Gültig	163
		Fehlend	0
	Mittelwert		1.64
	Median		1.00
	Standardabweichung		1.721
	Minimum		0
	Maximum		7
Vegetarisch	N	Gültig	98
		Fehlend	0
	Mittelwert		1.11
	Median		1.00
	Standardabweichung		1.283
	Minimum		0
	Maximum		6
Vegan	N	Gültig	238
		Fehlend	0
	Mittelwert		.53
	Median		.00
	Standardabweichung		.804
	Minimum		0
	Maximum		5



H-Test

	Ränge		
	Ernährungstyp (ohne Andere)	H	Mittlerer Rang
Wissen Nutztiere "weiss nicht"	AllesesserIn/ FleischesserIn	423	543.55
	Flexitarisch	163	495.09
	Vegetarisch	98	421.66
	Vegan	238	309.08
	Gesamtsumme	922	

Teststatistiken ^{a,b}	
Wissen Nutztiere "weiss nicht"	
Chi-Quadrat	132.733
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable:
Ernährungstyp (ohne Andere)

U-Test

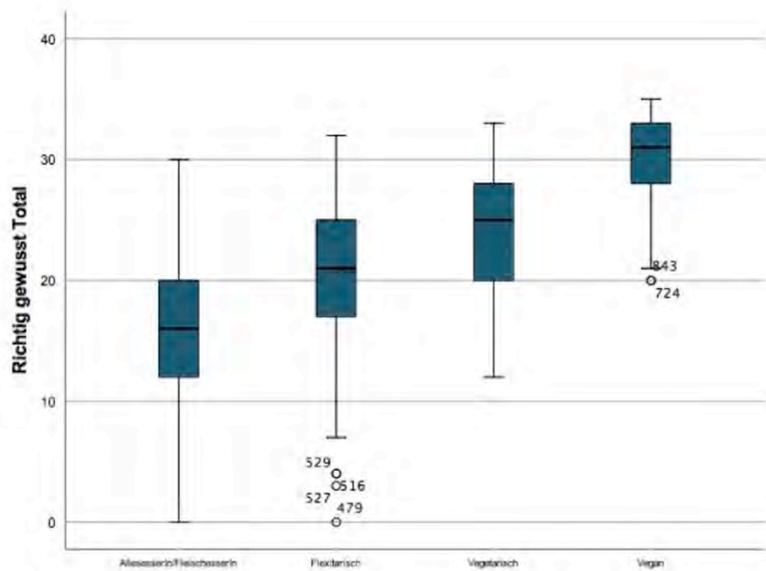
Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Wissen Nutztiere „weiss nicht“

	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=-2.003$ $p=.045$	$U=-4.295$ $p=.000$	$U=-11.245$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=-2.003$ $p=.045$		$U=-2.253$ $p=.024$	$U=-7.373$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=-4.295$ $p=.000$	$U=-2.253$ $p=.024$		$U=-4.137$ $p=.000$
Vegan	$U=-11.245$ $p=.000$	$U=-7.373$ $p=.000$	$U=-4.137$ $p=.000$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

H1: Wissen Total – Richtig gewusst

Statistiken			
Richtig gewusst Total			
AllesesserIn/ FleischesserIn	N	Gültig	423
		Fehlend	0
	Mittelwert		15.93
	Median		16.00
	Standardabweichung		5.847
	Minimum		0
	Maximum		30
Flexitarisch	N	Gültig	163
		Fehlend	0
	Mittelwert		20.31
	Median		21.00
	Standardabweichung		6.269
	Minimum		0
	Maximum		32
Vegetarisch	N	Gültig	98
		Fehlend	0
	Mittelwert		24.30
	Median		25.00
	Standardabweichung		5.267
	Minimum		12
	Maximum		33
Vegan	N	Gültig	238
		Fehlend	0
	Mittelwert		30.36
	Median		31.00
	Standardabweichung		3.296
	Minimum		20
	Maximum		35



H-Test

	Ränge		
	Ernährungstyp (ohne Andere)	H	Mittlerer Rang
Richtig gewusst Total	AllesesserIn/ FleischesserIn	423	278.78
	Flexitarisch	163	427.22
	Vegetarisch	98	559.05
	Vegan	238	769.56
	Gesamtsumme	922	

Teststatistiken ^{a,b}	
	Richtig gewusst Total
Chi-Quadrat	534.221
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable:
Ernährungstyp (ohne Andere)

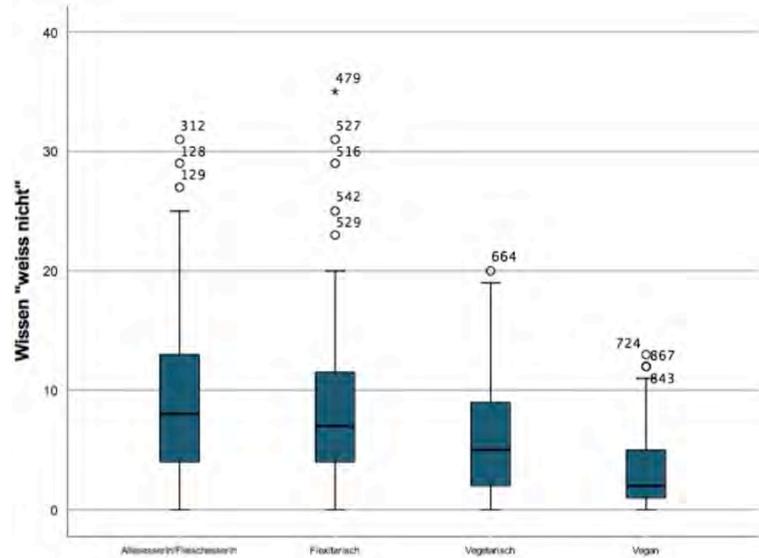
U-Test

Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Richtig gewusst Total				
	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=7.754$ $p=.000$	$U=10.761$ $p=.000$	$U=20.650$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=7.754$ $p=.000$		$U=4.935$ $p=.000$	$U=14.853$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=10.761$ $p=.000$	$U=4.935$ $p=.000$		$U=9.649$ $p=.000$
Vegan	$U=20.650$ $p=.000$	$U=14.853$ $p=.000$	$U=9.649$ $p=.000$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

H1: Wissen Total – Weiss nicht

		Statistiken	
Wissen "weiss nicht"		N	Gültig
			423
			Fehlend 0
AllesesserIn/ FleischesserIn	Mittelwert	9.02	
	Median	8.00	
	Standardabweichung	6.261	
	Minimum	0	
	Maximum	31	
		N	Gültig
			163
			Fehlend 0
Flexitarisch	Mittelwert	8.03	
	Median	7.00	
	Standardabweichung	6.202	
	Minimum	0	
	Maximum	35	
		N	Gültig
			98
			Fehlend 0
Vegetarisch	Mittelwert	5.87	
	Median	5.00	
	Standardabweichung	4.587	
	Minimum	0	
	Maximum	20	
		N	Gültig
			238
			Fehlend 0
Vegan	Mittelwert	3.09	
	Median	2.00	
	Standardabweichung	2.987	
	Minimum	0	
	Maximum	13	



H-Test

		Ränge	
Wissen "weiss nicht"		H	Mittlerer Rang
		423	555.40
		163	513.67
		98	426.30
		238	273.38
Gesamtsumme		922	

Teststatistiken ^{a,b}	
Wissen "weiss nicht"	
Chi-Quadrat	180.174
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable: Ernährungstyp (ohne Andere)

U-Test

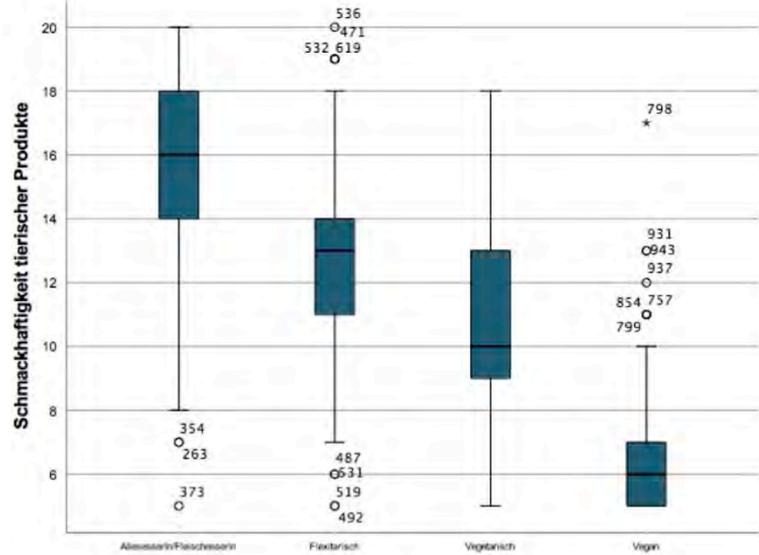
Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Wissen Total „weiss nicht“

	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=-1.869$ $p=.062$	$U=-4.627$ $p=.000$	$U=-12.800$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=-1.869$ $p=.062$		$U=-2.737$ $p=.006$	$U=-9.096$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=-4.627$ $p=.000$	$U=-2.737$ $p=.006$		$U=-5.434$ $p=.000$
Vegan	$U=-12.800$ $p=.000$	$U=-9.096$ $p=.000$	$U=-5.434$ $p=.000$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

H2: Tierische Produkte

Statistiken			
Schmackhaftigkeit tierischer Produkte			
AllesesserIn/ FleischesserIn	N	Gültig	422
		Fehlend	1
	Mittelwert		15.87
	Median		16.00
	Standardabweichung		2.886
	Maximum		20
Flexitarisch	N	Gültig	163
		Fehlend	0
	Mittelwert		12.78
	Median		13.00
	Standardabweichung		2.767
	Maximum		20
Vegetarisch	N	Gültig	98
		Fehlend	0
	Mittelwert		10.62
	Median		10.00
	Standardabweichung		2.783
	Maximum		18
Vegan	N	Gültig	238
		Fehlend	0
	Mittelwert		6.50
	Median		6.00
	Standardabweichung		1.880
	Maximum		17



H-Test

Ränge			
Ernährungstyp (ohne Andere)	H	Mittlerer Rang	
AllesesserIn/ FleischesserIn	422	663.13	
Flexitarisch	163	470.08	
Vegetarisch	98	351.50	
Vegan	238	141.47	
Gesamtsumme	921		

Teststatistiken ^{a,b}	
Schmackhaftigkeit tierischer Produkte	
Chi-Quadrat	607.165
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable: Ernährungstyp (ohne Andere)

U-Test

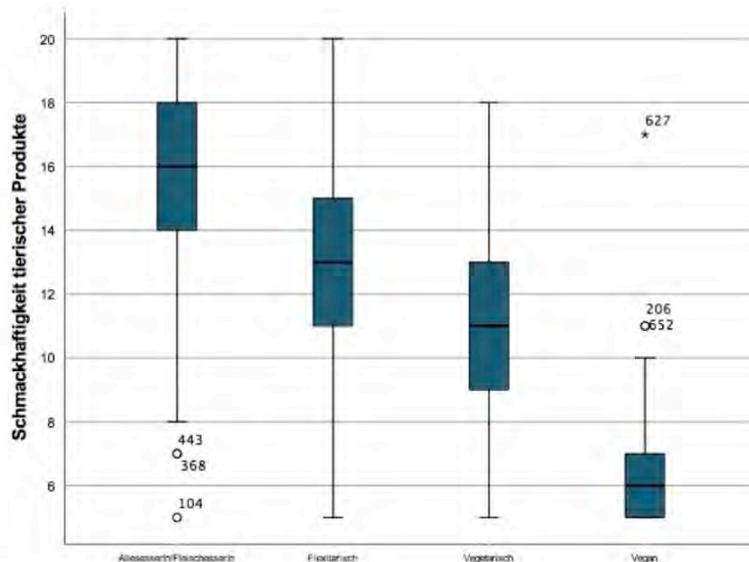
Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Geschmackigkeit tierischer Produkte

	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=-10.817$ $p=.000$	$U=-12.340$ $p=.000$	$U=-20.963$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=-10.817$ $p=.000$		$U=-5.771$ $p=.000$	$U=-15.843$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=-12.340$ $p=.000$	$U=-5.771$ $p=.000$		$U=-11.536$ $p=.000$
Vegan	$U=-20.963$ $p=.000$	$U=-15.843$ $p=.000$	$U=-11.536$ $p=.000$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

H2: Tierische Produkte – stratifiziert nach Geschlecht

Statistiken			
Schmackhaftigkeit tierischer Produkte			
AllesesserIn /FleischesserIn	N	Gültig	421
		Fehlend	1
	Mittelwert		15.87
	Median		16.00
	Standardabweichung		2.890
	Minimum		5
	Maximum		20
Flexitarisch	N	Gültig	75
		Fehlend	0
	Mittelwert		13.09
	Median		13.00
	Standardabweichung		2.672
	Minimum		5
	Maximum		20
Vegetarisch	N	Gültig	50
		Fehlend	0
	Mittelwert		10.90
	Median		11.00
	Standardabweichung		3.099
	Minimum		5
	Maximum		18
Vegan	N	Gültig	147
		Fehlend	0
	Mittelwert		6.31
	Median		6.00
	Standardabweichung		1.731
	Minimum		5
	Maximum		17



H-Test

Schmackhaftigkeit tierischer Produkte	Ränge		Teststatistiken ^{a,b}	
	Ernährungstyp (ohne Andere)	H	Mittlerer Rang	Schmackhaftigkeit tierischer Produkte
Schmackhaftigkeit tierischer Produkte	AllesesserIn/ FleischesserIn	421	458.16	Chi-Quadrat 402.058
	Flexitarisch	75	312.48	df 3
	Vegetarisch	50	232.31	Asymp. Sig. .000
	Vegan	147	85.26	a. Kruskal-Wallis-Test
	Gesamtsumme	693		b. Gruppierungsvariable: Ernährungstyp (ohne Andere)

U-Test

Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Geschmackigkeit tierischer Produkte				
	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=-7.517$ $p=.000$	$U=-8.753$ $p=.000$	$U=-17.766$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=-7.517$ $p=.000$		$U=-3.814$ $p=.000$	$U=-11.736$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=-8.753$ $p=.000$	$U=-3.814$ $p=.000$		$U=-8.693$ $p=.000$
Vegan	$U=-17.766$ $p=.000$	$U=-11.736$ $p=.000$	$U=-8.693$ $p=.000$	

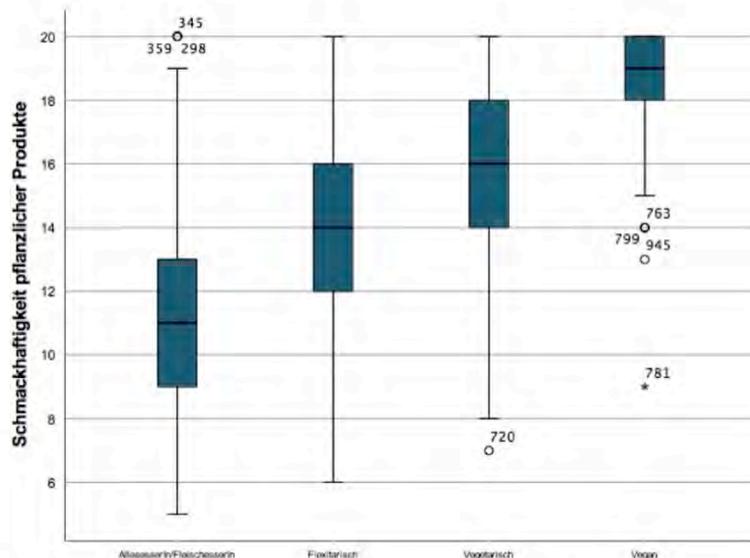
Asymp. Sig. (2-seitig)

Stratifizierung nach Geschlecht

Ernährungstyp (ohne Andere)		Geschlecht				
		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozent	Kumulative Prozente	
AllesesserIn/ FleischesserIn	Gültig	Weiblich	287	68.0	68.0	68.0
		Männlich	135	32.0	32.0	100.0
		Gesamtsumme	422	100.0	100.0	
Flexitarisch	Gültig	Weiblich	51	68.0	68.0	68.0
		Männlich	24	32.0	32.0	100.0
		Gesamtsumme	75	100.0	100.0	
Vegetarisch	Gültig	Weiblich	34	68.0	68.0	68.0
		Männlich	16	32.0	32.0	100.0
		Gesamtsumme	50	100.0	100.0	
Vegan	Gültig	Weiblich	100	68.0	68.0	68.0
		Männlich	47	32.0	32.0	100.0
		Gesamtsumme	147	100.0	100.0	

H2: Pflanzliche Produkte

Statistiken			
Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte			
AllesesserIn/ FleischesserIn	N	Gültig	423
		Fehlend	0
	Mittelwert		10.74
	Median		11.00
	Standardabweichung		3.023
	Minimum		5
	Maximum		20
Flexitarisch	N	Gültig	163
		Fehlend	0
	Mittelwert		13.67
	Median		14.00
	Standardabweichung		2.842
	Minimum		6
	Maximum		20
Vegetarisch	N	Gültig	98
		Fehlend	0
	Mittelwert		15.71
	Median		16.00
	Standardabweichung		2.817
	Minimum		7
	Maximum		20
Vegan	N	Gültig	238
		Fehlend	0
	Mittelwert		18.66
	Median		19.00
	Standardabweichung		1.658
	Minimum		9
	Maximum		20



H-Test

	Ränge		
	Ernährungstyp (ohne Andere)	H	Mittlerer Rang
Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte	AllesesserIn/ FleischesserIn	423	267.06
	Flexitarisch	163	449.29
	Vegetarisch	98	581.42
	Vegan	238	766.07
	Gesamtsumme	922	

Teststatistiken ^{a,b}	
Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte	
Chi-Quadrat	560.415
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable: Ernährungstyp (ohne Andere)

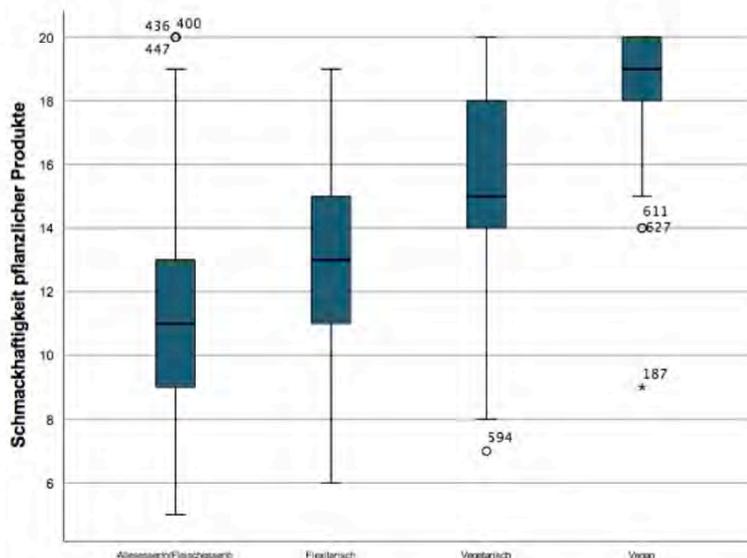
U-Test

Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Geschmackigkeit pflanzlicher Produkte				
	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=9.890$ $p=.000$	$U=11.938$ $p=.000$	$U=20.532$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=9.890$ $p=.000$		$U=5.501$ $p=.000$	$U=14.954$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=11.938$ $p=.000$	$U=5.501$ $p=.000$		$U=9.431$ $p=.000$
Vegan	$U=20.532$ $p=.000$	$U=14.954$ $p=.000$	$U=9.431$ $p=.000$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

H2: Pflanzliche Produkte – stratifiziert nach Geschlecht

Statistiken			
Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte			
AllesesserIn/ FleischesserIn	N	Gültig	422
		Fehlend	0
	Mittelwert		10.73
	Median		11.00
	Standardabweichung		3.020
	Minimum		5
	Maximum		20
Flexitarisch	N	Gültig	75
		Fehlend	0
	Mittelwert		13.19
	Median		13.00
	Standardabweichung		2.926
	Minimum		6
	Maximum		19
Vegetarisch	N	Gültig	50
		Fehlend	0
	Mittelwert		15.40
	Median		15.00
	Standardabweichung		2.962
	Minimum		7
	Maximum		20
Vegan	N	Gültig	147
		Fehlend	0
	Mittelwert		18.71
	Median		19.00
	Standardabweichung		1.639
	Minimum		9
	Maximum		20



H-Test

Ränge			
	Ernährungstyp (ohne Andere)	H	Mittlerer Rang
Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte	AllesesserIn/ FleischesserIn	422	241.91
	Flexitarisch	75	365.17
	Vegetarisch	50	468.23
	Vegan	147	600.55
	Gesamtsumme	694	

Teststatistiken ^{a, b}	
	Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte
Chi-Quadrat	372.050
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable: Ernährungstyp (ohne Andere)

U-Test

Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Schmackhaftigkeit pflanzlicher Produkte

	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=-6.233$ $p=.000$	$U=-8.552$ $p=.000$	$U=-17.350$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=-6.233$ $p=.000$		$U=-4.017$ $p=.000$	$U=-11.198$ $p=.000$
Vegetarisch	$U=-8.552$ $p=.000$	$U=-4.017$ $p=.000$		$U=-7.430$ $p=.000$
Vegan	$U=-17.350$ $p=.000$	$U=-11.198$ $p=.000$	$U=-7.430$ $p=.000$	

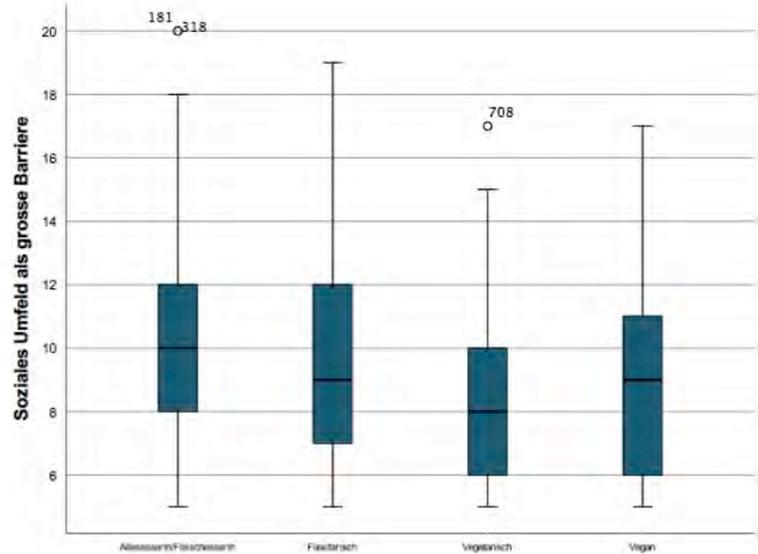
Asymp. Sig. (2-seitig)

Stratifizierung nach Geschlecht

Geschlecht						
Ernährungstyp (ohne Andere)			Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozent	Kumulative Prozente
AllesesserIn/ FleischesserIn	Gültig	Weiblich	287	68.0	68.0	68.0
		Männlich	135	32.0	32.0	100.0
		Gesamtsumme	422	100.0	100.0	
Flexitarisch	Gültig	Weiblich	51	68.0	68.0	68.0
		Männlich	24	32.0	32.0	100.0
		Gesamtsumme	75	100.0	100.0	
Vegetarisch	Gültig	Weiblich	34	68.0	68.0	68.0
		Männlich	16	32.0	32.0	100.0
		Gesamtsumme	50	100.0	100.0	
Vegan	Gültig	Weiblich	100	68.0	68.0	68.0
		Männlich	47	32.0	32.0	100.0
		Gesamtsumme	147	100.0	100.0	

H3: Soziales Umfeld

Statistiken			
Soziales Umfeld als Barriere			
AllesesserIn/ FleischesserIn	N	Gültig	422
		Fehlend	1
	Mittelwert		9.95
	Median		10.00
	Standardabweichung		3.228
	Minimum		5
	Maximum		20
Flexitarisch	N	Gültig	163
		Fehlend	0
	Mittelwert		9.36
	Median		9.00
	Standardabweichung		3.169
	Minimum		5
	Maximum		19
Vegetarisch	N	Gültig	98
		Fehlend	0
	Mittelwert		8.41
	Median		8.00
	Standardabweichung		2.871
	Minimum		5
	Maximum		17
Vegan	N	Gültig	238
		Fehlend	0
	Mittelwert		8.88
	Median		9.00
	Standardabweichung		2.983
	Minimum		5
	Maximum		17



H-Test

		Ränge	
		Ernährungstyp (ohne Andere)	Mittlerer Rang
Soziales Umfeld als grosse Barriere	AllesesserIn/ FleischesserIn	422	505.28
	Flexitarisch	163	457.02
	Vegetarisch	98	377.31
	Vegan	238	419.67
	Gesamtsumme	921	

Teststatistiken ^{a,b}	
	Soziales Umfeld als grosse Barriere
Chi-Quadrat	27.465
df	3
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal-Wallis-Test
b. Gruppierungsvariable: Ernährungstyp (ohne Andere)

U-Test

Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Soziales Umfeld als Barriere

	Allesesser	Flexitarisch	Vegetarisch	Vegan
AllesesserIn		$U=1.986$ $p=.047$	$U=4.325$ $p=.000$	$U=3.972$ $p=.000$
Flexitarisch	$U=1.986$ $p=.047$		$U=2.355$ $p=.019$	$U=1.406$ $p=.160$
Vegetarisch	$U=4.325$ $p=.000$	$U=2.355$ $p=.019$		$U=1.310$ $p=.190$
Vegan	$U=3.972$ $p=.000$	$U=1.406$ $p=.160$	$U=1.310$ $p=.190$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

Weitere Ergebnisse: Alter – Interesse an veganer Ernährung

Kreuztabelle Alter(Klassiert)*Können Sie sich vorstellen, die vegane Ernährung auszuprobieren?
*Ernährungstyp (ohne Andere)

Ernährungstyp (ohne Andere)		Können Sie sich vorstellen, die vegane Ernährung auszuprobieren?		Gesamt summe	
		Ja	Nein		
AllesesserIn/ FleischesserIn Alter (Klassiert)	16-35 Jahre	Anzahl	108	213	321
		Erwartete Anzahl	108.8	212.2	321.0
		% in Alter(Klassiert)	33.6%	66.4%	100.0%
	36-55 Jahre	Anzahl	27	48	75
		Erwartete Anzahl	25.4	49.6	75.0
		% in Alter(Klassiert)	36.0%	64.0%	100.0%
	56-76 Jahre	Anzahl	8	18	26
		Erwartete Anzahl	8.8	17.2	26.0
		% in Alter(Klassiert)	30.8%	69.2%	100.0%
Flexitarisch Alter (Klassiert)	16-35 Jahre	Anzahl	76	40	116
		Erwartete Anzahl	79.0	37.0	116.0
		% in Alter(Klassiert)	65.5%	34.5%	100.0%
	36-55 Jahre	Anzahl	26	7	33
		Erwartete Anzahl	22.5	10.5	33.0
		% in Alter(Klassiert)	78.8%	21.2%	100.0%
	56-76 Jahre	Anzahl	9	5	14
		Erwartete Anzahl	9.5	4.5	14.0
		% in Alter(Klassiert)	64.3%	35.7%	100.0%
Vegetarisch Alter (Klassiert)	16-35 Jahre	Anzahl	63	14	77
		Erwartete Anzahl	62.9	14.1	77.0
		% in Alter(Klassiert)	81.8%	18.2%	100.0%
	36-55 Jahre	Anzahl	14	4	18
		Erwartete Anzahl	14.7	3.3	18.0
		% in Alter(Klassiert)	77.8%	22.2%	100.0%
	56-76 Jahre	Anzahl	3	0	3
		Erwartete Anzahl	2.4	.6	3.0
		% in Alter(Klassiert)	100.0%	0.0%	100.0%

U-Test

Ergebnisse aus paarweisen U-Tests – Können Sie sich vorstellen, die vegane Ernährung auszuprobieren?

		16-35 Jahre	36-55 Jahre	56-76 Jahre
AllesesserIn	16-35 Jahre		$U=-.376$ $p=.699$	$U=-.299$ $p=.765$
	36-55 Jahre	$U=-.376$ $p=.699$		$U=-.481$ $p=.631$
	56-76 Jahre	$U=-.299$ $p=.765$	$U=-.481$ $p=.631$	
Flexitarisch	16-35 Jahre		$U=-1.443$ $p=.149$	$U=-.091$ $p=.927$
	36-55 Jahre	$U=-1.443$ $p=.149$		$U=-1.032$ $p=.302$
	56-76 Jahre	$U=-.091$ $p=.927$	$U=-1.032$ $p=.302$	
Vegetarisch	16-35 Jahre		$U=-.392$ $p=.695$	$U=-.808$ $p=.419$
	36-55 Jahre	$U=-.392$ $p=.695$		$U=-.886$ $p=.376$
	56-76 Jahre	$U=-.808$ $p=.419$	$U=-.886$ $p=.376$	

Asymp. Sig. (2-seitig)

Chi-Quadrat-Tests

Ernährungstyp (ohne Andere)		Wert	df	Asymp. Sig. (zweiseitig)
AllesesserIn/ FleischesserIn	Pearson-Chi-Quadrat	.271 ^b	2	.873
	Likelihood-Quotient	.271	2	.873
	Zusammenhang linear-mit-linear	.000	1	.995
	Anzahl der gültigen Fälle	422		
Flexitarisch	Pearson-Chi-Quadrat	2.185 ^c	2	.335
	Likelihood-Quotient	2.311	2	.315
	Zusammenhang linear-mit-linear	.418	1	.518
	Anzahl der gültigen Fälle	163		
Vegetarisch	Pearson-Chi-Quadrat	.855 ^d	2	.652
	Likelihood-Quotient	1.389	2	.499
	Zusammenhang linear-mit-linear	.046	1	.831
	Anzahl der gültigen Fälle	98		
Gesamtsumme	Pearson-Chi-Quadrat	1.167 ^a	2	.558
	Likelihood-Quotient	1.167	2	.558
	Zusammenhang linear-mit-linear	.191	1	.662
	Anzahl der gültigen Fälle	683		

a. 0 Zellen (0.0%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist 21.03.

b. 0 Zellen (0.0%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist 8.81.

c. 1 Zellen (16.7%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist 4.47.

d. 3 Zellen (50.0%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist .55.

Weitere Ergebnisse: Bildung – Interesse an veganer Ernährung

Kreuztabelle Bildung(Klassiert)*Können Sie sich vorstellen, die vegane Ernährung auszuprobieren?
*Ernährungstyp (ohne Andere)

Ernährungstyp (ohne Andere)			Können Sie sich vorstellen, die vegane Ernährung auszuprobieren?		Gesamt summe	
			Ja	Nein		
AllesesserIn/ FleischesserIn	Bildung (Klassiert)	nicht- tertiär	Anzahl	74	126	200
			Erwartete Anzahl	67.8	132.2	200.0
			% in Bildung(Klassiert)	37.0%	63.0%	100.0%
		tertiär	Anzahl	69	153	222
			Erwartete Anzahl	75.2	146.8	222.0
			% in Bildung(Klassiert)	31.1%	68.9%	100.0%
Flexitarisch	Bildung (Klassiert)	nicht- tertiär	Anzahl	50	17	67
			Erwartete Anzahl	45.6	21.4	67.0
			% in Bildung(Klassiert)	74.6%	25.4%	100.0%
		tertiär	Anzahl	61	35	96
			Erwartete Anzahl	65.4	30.6	96.0
			% in Bildung(Klassiert)	63.5%	36.5%	100.0%
Vegetarisch	Bildung (Klassiert)	nicht- tertiär	Anzahl	44	8	52
			Erwartete Anzahl	42.4	9.6	52.0
			% in Bildung(Klassiert)	84.6%	15.4%	100.0%
		tertiär	Anzahl	36	10	46
			Erwartete Anzahl	37.6	8.4	46.0
			% in Bildung(Klassiert)	78.3%	21.7%	100.0%

Chi-Quadrat-Tests

Ernährungstyp (ohne Andere)		Wert	df	Asymp. Sig. (zweiseitig)	Exakte Sig. (zweiseitig)	Exakte Sig. (einseitig)
AllesesserIn/ FleischesserIn	Pearson-Chi-Quadrat	1.645 ^a	1	.200		
	Kontinuitätskorrektur ^b	1.392	1	.238		
	Likelihood-Quotient	1.644	1	.200		
	Exakter Test nach Fisher				.217	.119
	Zusammenhang linear- mit-linear	1.641	1	.200		
	Anzahl der gültigen Fälle	422				
	Flexitarisch	Pearson-Chi-Quadrat	2.232 ^c	1	.135	
Kontinuitätskorrektur ^b		1.751	1	.186		
Likelihood-Quotient		2.266	1	.132		
Exakter Test nach Fisher					.172	.092
Zusammenhang linear- mit-linear		2.218	1	.136		
Anzahl der gültigen Fälle		163				
Vegetarisch		Pearson-Chi-Quadrat	.657 ^d	1	.418	
	Kontinuitätskorrektur ^b	.302	1	.583		
	Likelihood-Quotient	.656	1	.418		
	Exakter Test nach Fisher				.445	.291
	Zusammenhang linear- mit-linear	.651	1	.420		
	Anzahl der gültigen Fälle	98				

a. 0 Zellen (0.0%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist 67.77.

b. Berechnung nur für eine 2x2-Tabelle

c. 0 Zellen (0.0%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist 21.37.

d. 0 Zellen (0.0%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist 8.45.

Weitere Ergebnisse: Urbanität – Interesse an veganer Ernährung

Kreuztabelle Urbanität* Können Sie sich vorstellen, die vegane Ernährung auszuprobieren?
*Ernährungstyp (ohne Andere)

Ernährungstyp (ohne Andere)			Können Sie sich vorstellen, die vegane Ernährung auszuprobieren?		Gesamt summe		
			Ja	Nein			
AllesesserIn/ FleischesserIn	Urbanität	Grossstadt	Anzahl	46	76	122	
			Erwartete Anzahl	41.3	80.7	122.0	
			% in Urbanität	37.7%	62.3%	100.0%	
		Kleinstadt		Anzahl	37	66	103
			Erwartete Anzahl	34.9	68.1	103.0	
			% in Urbanität	35.9%	64.1%	100.0%	
		Agglomeration		Anzahl	16	55	71
			Erwartete Anzahl	24.1	46.9	71.0	
			% in Urbanität	22.5%	77.5%	100.0%	
		Land		Anzahl	44	82	126
			Erwartete Anzahl	42.7	83.3	126.0	
			% in Urbanität	34.9%	65.1%	100.0%	
Flexitarisch	Urbanität	Grossstadt	Anzahl	39	15	54	
			Erwartete Anzahl	36.8	17.2	54.0	
			% in Urbanität	72.2%	27.8%	100.0%	
		Kleinstadt		Anzahl	28	16	44
			Erwartete Anzahl	30.0	14.0	44.0	
			% in Urbanität	63.6%	36.4%	100.0%	
		Agglomeration		Anzahl	17	4	21
			Erwartete Anzahl	14.3	6.7	21.0	
			% in Urbanität	81.0%	19.0%	100.0%	
		Land		Anzahl	27	17	44
			Erwartete Anzahl	30.0	14.0	44.0	
			% in Urbanität	61.4%	38.6%	100.0%	
Vegetarisch	Urbanität	Grossstadt	Anzahl	39	4	43	
			Erwartete Anzahl	35.1	7.9	43.0	
			% in Urbanität	90.7%	9.3%	100.0%	
		Kleinstadt		Anzahl	7	3	10
			Erwartete Anzahl	8.2	1.8	10.0	
			% in Urbanität	70.0%	30.0%	100.0%	
		Agglomeration		Anzahl	13	6	19
			Erwartete Anzahl	15.5	3.5	19.0	
			% in Urbanität	68.4%	31.6%	100.0%	
		Land		Anzahl	21	5	26
			Erwartete Anzahl	21.2	4.8	26.0	
			% in Urbanität	80.8%	19.2%	100.0%	

Chi-Quadrat-Tests

Ernährungstyp (ohne Andere)		Wert	df	Asymp. Sig. (zweiseitig)
AllesesserIn/ FleischesserIn	Pearson-Chi-Quadrat	5.128 ^b	3	.163
	Likelihood-Quotient	5.405	3	.144
	Zusammenhang linear- mit-linear	.757	1	.384
	Anzahl der gültigen Fälle	422		
Flexitarisch	Pearson-Chi-Quadrat	3.342 ^c	3	.342
	Likelihood-Quotient	3.470	3	.325
	Zusammenhang linear- mit-linear	.585	1	.444
	Anzahl der gültigen Fälle	163		
Vegetarisch	Pearson-Chi-Quadrat	5.484 ^d	3	.140
	Likelihood-Quotient	5.488	3	.139
	Zusammenhang linear- mit-linear	1.965	1	.161
	Anzahl der gültigen Fälle	98		
Gesamtsumme	Pearson-Chi-Quadrat	8.578 ^a	3	.035
	Likelihood-Quotient	8.603	3	.035
	Zusammenhang linear- mit-linear	4.338	1	.037
	Anzahl der gültigen Fälle	683		

a. 0 Zellen (0.0%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist 54.28.
b. 0 Zellen (0.0%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist 24.06.
c. 0 Zellen (0.0%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist 6.70.
d. 3 Zellen (37.5%) haben die erwartete Anzahl von weniger als 5. Die erwartete Mindestanzahl ist 1.84.