

„Früher war auch Rauchen sozial anerkannt“

Sozialpsychologe Benjamin Buttlar über das Fleisch-Paradox, Mindesthaltbarkeitsdaten und aufgeschobene Entscheidungen

Interview: Clemens Sarholz

Benjamin Buttlar ist Sozialpsychologe an der Universität Trier und erforscht die inneren Konflikte von Menschen. Er interessiert sich vor allem für umweltrelevante Verhaltensweisen wie Fleischkonsum und Lebensmittelverschwendung. Dabei versucht er zu erklären, wieso Menschen sich häufig nicht gesund, nachhaltig oder moralisch verhalten.

Benjamin Buttlar, Sie betrachten Essen und umweltrelevante Verhaltensweisen, vor allem Fleischkonsum, psychologisch. Was trägt das zum Verständnis bei?

Wir wissen viel über den Klimawandel. Wir wissen recht gut, was zum Klimawandel beiträgt und auch, welche Folgen die Verschwendung von Lebensmitteln hat. Ich untersuche die Fragen, weshalb Menschen entgegen dem Handeln, was sie eigentlich wissen, was trägt dazu bei, dass Menschen sich umweltfreundlicher verhalten? Wie können wir sie dazu bringen, sich nachhaltiger zu verhalten? Schlussendlich geht es darum, den Konsum so zu gestalten, dass zukünftige Generationen sich den gleichen Konsum leisten können, und um eine Generationengerechtigkeit.

Wo stehen wir gerade?

Man kann sich das aktuell so vorstellen, dass wir mit einem Boot auf einen Wasserfall zufahren. Wir hören ihn, aber wissen nicht genau, wann wir unumgänglich im Sog gefangen sind. So wie wir Menschen uns gerade verhalten, fahren wir einfach weiter. Und das, obwohl wir wissen, dass, wenn wir jetzt nicht handeln, wir früher oder später den Bach runter gehen.

Sie sagen, dass Menschen entgegen dem Handeln, was sie eigentlich wissen. Von welchen Widersprüchen sprechen Sie genau?

Sozialpsychologen sprechen von Einstellungskonflikten. Es gibt beispielsweise das Fleisch-Paradox. Der Begriff beschreibt, dass Menschen gerne Fleisch essen, aber auf der anderen Seite Tiere nicht töten wollen oder ihnen Leid zufügen. Ein anderer Konflikt kann daraus entstehen, dass wir nicht wissen, ob ein Lebensmittel gut oder schlecht ist, also etwa bei abgelaufenen Joghurts oder Nudeln. So sehen wir auf der einen Seite, dass die Lebensmittel noch lecker schmecken könnten oder dass wir etwas dafür bezahlt haben, auf der anderen Seite könnte das abgelaufene Mindesthaltbarkeitsdatum auch bedeuten, dass Lebensmittel schlecht schmecken oder uns krank machen könnten.

Wie schaffen wir es, nicht den ganzen Tag mit moralischen Dilemmata herumzulaufen?

Wir Menschen haben genug Strategien entwickelt, um diese Konflikte zu vermeiden. Sie schauen beispielsweise in der Mensa auf die Theke und denken überhaupt nicht drüber nach, dass sie Fleisch essen, allein schon, weil die Mensa das Essen anbietet. Drei von vier Gerichten sind omnivore, also Fleischgerichte, das suggeriert, dass es ja gar nicht so schlimm ist Fleisch zu essen. Das sind Traditionen, Institutionen und Gewohnheiten, die das Ganze normal erscheinen lassen.

Sie forschen auch dazu, weshalb Lebensmittel weggeworfen werden. Was können Sie dazu sagen?



Mit der Menge an Lebensmitteln, die weltweit jährlich im Abfall landen, könnte ganz Luxemburg 1 700 Jahre lang versorgt werden.

Foto: Shutterstock

Benjamin Buttlar
Foto: Clemens Sarholz



Es landen viele Lebensmittel nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums in der Tonne. Das ist bei den meisten gar nicht nötig, schon gar nicht bei Produkten wie Zucker oder Nudeln. Auch hier gibt es einen Konflikt, und je nachdem wie man den auflöst, wirft man die Lebensmittel weg oder isst sie. Wahrscheinlich kennen die meisten das, wenn sie abwägen, ob ein Lebensmittel gut oder schlecht ist.

Wie löst man Konflikte auf?

Eine Strategie, wie Menschen diesen Konflikt auflösen, ist, ihre Entscheidungen hinauszuzögern. So ent-

scheiden sich viele bei Lebensmitteln wie Joghurts nicht sofort, wenn sie gerade das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten haben, sondern lassen sie erst noch im Kühlschrank stehen. Wenn sie nach einigen Tagen „lange genug“ abgelaufen sind, sagen sie sich dann, dass das Lebensmittel definitiv schlecht ist, so dass man es eher in Ordnung findet, sie wegzuworfen. Wir wollen herausfinden, wodurch man dieses Aufschieben der Entscheidung beeinflussen kann.

Braucht es nicht eher strukturelle, von der Politik beschlossene Veränderungen?

Früher war auch Rauchen sozial anerkannt. Als Menschen wussten, dass das schädlich ist, war es dann verpönt andere zuzuqualmen. Wir sehen, dass den Leuten das Thema Nachhaltigkeit immer bewusster wird und sie sich keinen Gefallen damit tun, ihre alten Gewohnheiten beizubehalten. Deswegen gibt es auch immer mehr Vegetarier und Veganer. Es ist natürlich leichter mit strukturellen Veränderungen, aber es braucht auch individuelle Veränderungen. Das sieht man beim Thema Lebensmittelverschwendung:

● Auch bei sehr organisierten Menschen wird ab und an mal ein Joghurt im Kühlschrank ablaufen.

Weltweit landen über eine Milliarde Tonnen Lebensmittel im Müll. In der EU etwa liegen 53 Prozent der Verluste bei den Verbrauchern, also bei uns selbst.

Haben Sie schon eine Lösung dafür?

Grundsätzlich wäre es natürlich schön, wenn wir unsere Konflikte einfach vermeiden könnten, aber das wird nicht immer möglich sein. Auch bei sehr organisierten Menschen wird ab und an mal ein Joghurt im Kühlschrank ablaufen. Dann ist es wichtig, dass wir uns unseren Konflikten und unseren Vermeidungsstrategien bewusst werden. Wenn man zum Beispiel merkt, dass man eine Entscheidung gerade hinauszögert, sollte man versuchen, konstruktiv damit umzugehen. Am besten probiert man dann den Joghurt direkt und testet, ob er gut schmeckt beziehungsweise riecht oder schon schlecht ist. So ließe sich ein großer Anteil an Lebensmittelverschwendung vermeiden, wenn man sich nicht einfach beim späteren Entsorgen auf das Mindesthaltbarkeitsdatum beruft.

Und beim Thema Fleischkonsum?

Wenn es um das Thema Fleischkonsum geht, dann ist es besser, wenn man die Menschen auf diese inneren Konflikte aufmerksam macht, als auf das Leid der Tiere oder die Klimafolgen. Dafür haben wir an der Uni Trier auch einen Argumentationskatalog entwickelt, den man im Internet findet. Grundsätzlich ist es gut, wenn man diese Konfliktvermeidungsstrategien vor Augen führt, um diese auch zu entkräften.

Verschwendung in Luxemburg

Weltweit landen jährlich über eine Milliarde Tonnen Lebensmittel im Müll. Mit dieser Menge könnte ganz Luxemburg etwa 1 700 Jahre versorgt werden. Luxemburger entsorgen pro Person und Jahr 118 Kilogramm Lebensmittel. Das sind etwa 75 Prozent der gesamten Lebensmittelabfälle. Würde es gelingen, die weltweite Menge an Lebensmittelverlusten zu reduzieren, könnten jährlich zwischen 0,7 und 4,5 Gigatonnen Treibhausgase eingespart werden. Zum Vergleich: Durch eine Anpassung des Ernährungsstils auf vegane, vegetarische oder (rind)fleischarme Ernährung könnte die Menge um 0,7 bis acht Gigatonnen reduziert werden. Betrachtet man das gesamte menschengemachte Treibhausgasbudget, könnten fast neun Prozent aller weltweiten Treibhausgase eingespart werden, wenn Lebensmittel nicht mehr im Abfalleimer landen – davon geht der Weltklimarat aus.

100 Prozent aller Lebensmittelverluste zu vermeiden ist allerdings nahezu unmöglich. Das Hauptproblem liegt darin, dass zu ungeplant und zu viel eingekauft und schließlich gegessen wird. Eine tägliche gute Orientierung bietet die Zahl 70 Gramm: Wer es schafft, täglich 70 Gramm Lebensmittel nicht wegzuworfen, hat als Luxemburger seinen Beitrag zum Nachhaltigkeitsziel der Vereinten Nationen geleistet, nämlich bis zum Jahr 2030 die vermeidbare Lebensmittelverschwendung um die Hälfte zu reduzieren. Warum ausgerechnet 70 Gramm? Ein Luxemburger entsorgt pro Jahr und Kopf 118 Kilogramm Lebensmittel, was täglich etwa 320 Gramm entspricht. Geht man davon aus, dass davon etwa 44 Prozent (so ist die Zahl in Deutschland) vermeidbar wären, wären das etwa 140 Gramm – und die Vereinten Nationen wünschen sich, dass man die Hälfte davon einspart.