

Fleischmenü oder vegetarische Option? Eine Aufforderung, die vegetarische Option zu wählen, kombiniert mit der Schweizer Lebensmittelpyramide als Massnahme für eine ausgewogenere Essenswahl

Projekt: 608

Aline Stämpfli¹ & Samuel Zumthurn^{1, 2}

¹ Agroscope, Forschungsgruppe Humanernährung, Sensorik und Aroma

² Universität Bern, Institut für Marketing und Unternehmensführung, Abteilung Consumer Behavior

Hintergrund und Ziel: In der Schweiz essen wir mehr als dreimal so viel Fleisch als für eine ausgewogene und gesunde Ernährung empfohlen wird. Ähnlich ist die Situation in den anderen europäischen Ländern. Der hohe Fleischkonsum belastet zudem die Umwelt. Deshalb stellt sich die Frage, welche Massnahmen helfen könnten, den Fleischkonsum stärker an den Ernährungsempfehlungen auszurichten. Da sich ein grosser Anteil der Bevölkerung am Mittag auswärts verpflegt (menuCH; BLV, 2017), wurden in der vorliegenden Studie Massnahmen für den Kontext Personalrestaurant untersucht. Das Ziel der Studie war, den Einfluss verschiedener Massnahmen (d.h. Interventionen) und ihrer Kombinationen in einem Online-Experiment zu untersuchen, um eine erfolgsversprechende Intervention für die Anwendung in einem Feldexperiment zu finden.

In früheren Verhaltensänderungs-Studien haben sich «Prompts» als relativ wirksam erwiesen. Prompts sind schriftliche und/oder visuelle Aufforderungen, in bestimmten Situationen ein spezifisches Verhalten zu zeigen. Auch mithilfe von sozialen Normen wurde versucht, Verhalten zu ändern. Soziale Normen geben Aufschluss darüber, was sozial angemessenes Verhalten ist.

Methode:

Die Teilnehmenden am Online-Experiment (n = 2'198) lasen einen Text über Personalrestaurants und wurden zufällig entweder der Kontrollbedingung ohne Intervention zugewiesen oder sahen einen schriftlichen Prompt, einen visuellen Prompt, eine soziale Norm oder eine von allen möglichen Kombinationen (1 × 8 «Between-Subjects Design»).

Der schriftliche Prompt lautete: «Wählen Sie das vegetarische Menü oder bedienen Sie sich am ausgewogenen Salatbuffet. Verglichen mit den Empfehlungen der Schweizerischen Lebensmittelpyramide essen wir wöchentlich 2-3-mal zu viel Fleisch». Als Quelle wurde das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen angegeben. Der visuelle Prompt war eine angepasste Version der Schweizer Lebensmittelpyramide, welche veranschaulicht, wie die Ernährung der Bevölkerung von den Ernährungsempfehlungen abweicht. Die soziale Norm war eine sogenannte dynamische soziale Norm, die zeigt, wie sich die soziale Norm in Bezug auf den Fleischkonsum verändert hat und dadurch impliziert, welches Verhalten in Zukunft die soziale Norm sein wird: «In der Schweiz reduzieren immer mehr Personen ihren Fleischkonsum. Waren es vor zehn Jahren noch 40 %, sind es inzwischen 60 %, die ihr Ernährungsverhalten angepasst haben und gelegentlich auf Fleisch verzichten (Coop: Plant-Based Food Report, 2022)».

Nachdem die Teilnehmenden in den experimentellen Bedingungen mit Intervention der jeweiligen Intervention ausgesetzt worden waren, sollten sie sich vorstellen, dass sie in einem Personalrestaurant jeweils zwischen drei Menüoptionen wählen können: Einem Fleischmenü, einem vegetarischen Menü und einem vegetarischen Salatbuffet. Die Teilnehmenden trafen 15 solche Entscheidungen. Kurz vor der Auswahl sahen die Teilnehmenden in den Bedingungen mit Intervention die jeweilige Intervention nochmals.

Resultate und Ausblick: Die Teilnehmenden, welche die schriftliche Aufforderung sahen, eine vegetarische Option zu wählen, in Kombination mit der angepassten Schweizer Lebensmittelpyramide, entschieden sich häufiger für eine fleischlose Option als die Teilnehmenden in der Kontrollbedingung ohne Intervention. Die schriftliche Aufforderung trug am meisten zur Wirksamkeit der Intervention bei. Es bietet sich nun an, zu untersuchen, ob diese Intervention auch in echten Personalrestaurants dazu führt, dass Konsumentinnen und Konsumenten häufiger eine vegetarische Option wählen.

Publikation: Zumthurn, S. & Stämpfli, A. (2024). A Diet-Related Health Prompt With the Swiss Food Pyramid as a Nudge to Reduce Meat Consumption. Food Quality and Preference, 115. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2024.105105>