



Prof. Dr. Michael Siegrist, Professur
Consumer Behavior, ETH Zürich

Michael Siegrist ist ausserordentlicher Professor für Consumer Behavior an der ETH Zürich. Zu den Forschungsschwerpunkten gehören Risikowahrnehmung, Risikokommunikation, Akzeptanz neuer Technologien und Entscheidungen unter Unsicherheit. Spezifischer Schwerpunkt bildet dabei das Konsumentenverhalten im Zusammenhang mit Nahrungsmitteln.

Gesunde Ernährung: Wissen und Affekte

Ergebnisse von Surveys und Experimenten in der Verhaltensforschung

Tagtäglich müssen wir die folgenden beiden Fragen beantworten: «Was essen wir?» und «Wie viel essen wir?». Unterschiedliche Faktoren beeinflussen unsere Entscheidungen. Die Situation bestimmt mit, was wir essen. Aber auch unser Wissen hat einen Einfluss auf die Auswahl der Lebensmittel. Mit einer repräsentativen Befragung in der Deutschschweiz überprüften wir, was die Bevölkerung über gesunde und ausgewogene Ernährung weiss. Dass Früchte und Gemüse gesund sind, dies weiss die Bevölkerung. Dennoch gibt es Wissenslücken und falsche Überzeugungen. So ist zum Beispiel jeder vierte Befragte überzeugt, dass Fett immer schlecht für die Gesundheit sei und deshalb vermieden werden sollte. Wissen über Ernährung hat einen Zusammenhang mit dem Ernährungsverhalten: Konsumenten mit viel Wissen essen zum Beispiel weniger Fleisch, dafür mehr Früchte und Gemüse als Konsumenten mit wenig Wissen.

In einer zweiten Studie wurde untersucht, wie die Schweizer Bevölkerung Convenience Lebensmittel wahrnimmt. Die Leute konsumieren zwar fleissig solche Produkte, oft aber nur mit schlechtem Gewissen. Diese Produkte werden eher als nützlich aber auch als ungesund wahrgenommen. Nicht nur was die Leute essen ist wichtig, sondern auch wie viel. Diese Frage wurde bisher weniger gut untersucht. Die bisherigen Forschungsergebnisse weisen aber darauf hin, dass wir uns durch Reize aus der Umgebung beeinflussen lassen: Tellergrösse, Anzahl Personen am Tisch oder Musik bestimmen, wie viel wir essen. In mehreren Experimenten konnten wir zeigen, dass geeignete Umweltreize auch dazu führen können, dass weniger konsumiert wird.