

UNIVERZITA KARLOVA

FAKULTA SOCIÁLNÍCH VĚD

Institut Sociologických studií

Katedra Sociologie

Vliv veganství na sociální život jedince

Bakalářská práce

Autor práce: Karla Hlavová

Studijní program: Sociologie a sociální politika

Vedoucí práce: Mgr. Václav Orcígr

Rok obhajoby: 2021

Prohlášení

- 1 Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracovala samostatně a použila jen uvedené prameny a literaturu.
- 2 Prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného titulu.
- 3 Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze dne 4.5.2021

Karla Hlavová

Bibliografický záznam

Hlavová, K. 2021. *Vliv veganství na sociální život jedince*. Bakalářská práce, Univerzita Karlova, Fakulta sociálních věd, Institut sociologických studií.

Rozsah práce: 70385

Anotace

Tato práce se zabývá vlivem veganství na sociální život jedince. Mezi oblasti, které tato práce zkoumá, patří rodinné prostředí, sociální okruh respondenta, partnerské vztahy a v neposlední řadě nepříjemné situace, do kterých se může respondent dostat v důsledku veganství. Cílem práce je objasnění a kontextualizace životních situací, které přináší diverzita životních stylů a stravování. Práce zkoumá motivy změn postojů hodnot a preferencí respondentů ve vztahu k zájmu o ekologii, etiku a související sociální otázky a vztahy.

Bakalářská práce je členěna do dvou částí, a to teoretické a výzkumné. V první, teoretické části, se práce zabývá definicí klíčových sociologických pojmů za pomoci odborné literatury a vymezení pojmu veganství. V druhé, empirické části, se kvantitativně pomocí metody dotazníku zaměřuje na cílový vzorek (vegany). Celkem se výzkumu zúčastnilo 504 respondentů, z nichž bylo 434 žen a 59 mužů. Výsledky výzkumu potvrzují, že má veganství vliv na sociální život jedince. Nejčastěji ovlivňuje rodinné vztahy, dále také proniká do sociálního okruhu přátel a reflektuje se i do partnerského života a vztahů. Mimo jiné dostává respondenty do různých nepříjemných situací na základě toho, že jsou vegany.

Annotation

This thesis deals with the influence of veganism on the social life of an individual. The areas that this work examines include the family environment, the social circle of the respondent, partnerships and, last but not least, the unpleasant situations that the respondent may get into as a result of being vegan. The aim of the work is to clarify and contextualize life situations, which brings diversity of lifestyles and the way of eating. The thesis examines the motives for changes in respondents' attitudes and preferences in relation to interest in ecology, ethics and related social issues and relationships.

The bachelor thesis is divided into two parts, theoretical part and the research. In the first, theoretical part, the work deals with the definition of key sociological terms with the help of literature and the definition of veganism. In the second, empirical part, quantitatively using the questionnaire method focuses on the target sample (vegans). A total of 504 respondents participated in the research, of which 434 were women and 59 were men. The results of the

research confirm that veganism has an effect on the social life of an individual. It most often influences family relationships, it also penetrates into the social circle of friends and is also reflected in partner life and relationships. Among other things, it gets respondents into various unpleasant situations on the grounds that they are vegans.

Klíčová slova

veganství, hodnoty, sociální život, environmentální sociologie, vztahy

Keywords

veganism, values, social life, environmental sociology, relationships

Title

The influence of veganism on the social life of an individual

Poděkování

Ráda bych na tomto místě poděkovala vedoucímu práce Mgr. Václavovi Orcígrovi za ochotu a cenné rady při zpracování této bakalářské práce, své rodině, která mě při psaní práce podporovala a poděkování patří i všem veganům a vegankám, kteří se účastnili výzkumu, a to i za zvířata.

Obsah

Úvod.....	8
Teoretické ukotvení zkoumaného problému	10
Veganství.....	10
Uvědomělá spotřeba, minimalismus	11
Veganství jako sociální hnutí	12
Veganství jako nové sociální hnutí	12
Veganství jako lifestylové hnutí	13
Funkce internetu v rámci veganství	14
Sociální kontrola.....	16
Nepříjemné situace	16
Metodologie.....	19
Dotazník	20
Distribuce dotazníku	20
Limity výzkumu.....	21
Popis výzkumného souboru	22
Analýza.....	26
Vegani jsou vystavováni předsudkům (nátlaku) především v rodinném zázemí.....	26
Po přechodu na veganství se změní sociální okruh respondenta.	29
Veganství ovlivňuje partnerské vztahy.	32
Veganství dostává respondenta do nepříjemných situací.....	35
Diskuse.....	38
Závěr.....	41
Summary	43
Použitá literatura.....	46

Úvod

Myšlenku o psaní bakalářské práce v rámci tématu veganství jsem měla v hlavě již od nastoupení do prvního ročníku vysoké školy. Díky své zainteresovanosti a osobním zkušenostem s touto problematikou jsem se proto rozhodla svou myšlenku realizovat a uskutečnila jsem tak kvantitativní výzkum, jehož primárním zaměřením bylo zjistit, jaký má způsob stravování se (veganství) vliv na sociální život respondenta. Jelikož se sama pohybuji spíše v okruhu veganů a jejich zastoupení v mém okolí je četné, při společných konverzacích tak dochází mimo jiné ke sdělování si různých poznatků a situací, které jsou spojeny s tímto životním stylem. Příběhy zahrnující pocity sociálního tlaku a různé úhly pohledů mých přátel a známých tak podnítily můj zájem o bližší průzkum a analýzu v rámci této problematiky.

V této práci zkoumám různé oblasti, ve kterých je pravděpodobnost vlivu veganství vysoká, a to v prostředí rodiny, oblasti sociálního okruhu jedince, partnerských vztahů a oblasti nepříjemných situací, ve kterých se může jedinec, který žije veganským životním stylem, ocitnout. Cílem bakalářské práce je ilustrace a elaborace nejčastějších překážek a nesnází či obtížných situací, se kterými se vegani ve svém běžném životě a různých oblastech setkávají a poskytnutí jejich popisu ze sociologické perspektivy, zároveň popisu veganství jako celku, se zaměřením na jeho sociální aspekty.

Práce je strukturována pro lepší přehlednost do několika částí, ve své podstatě však do dvou částí, a to teoretické a empirické. V teoretické části se práce zaměřuje na definici hlavních pojmů a celkového teoretického ukotvení za pomoci odborné literatury, zařazení veganství mezi (nové) sociální a lifestylevé hnutí a podává shrnutí funkcí internetu v rámci veganství. Dále se teoretická část zabývá předsudky a stereotypy, sociální kontrolou a s nimi souvisejícími nepříjemnými situacemi. Na závěr první části jsem uvedla dosavadní poznatky o problému.

Druhá, empirická část se věnuje použité metodologii, kvantitativní formě exploračního výzkumu pomocí standardizovaného dotazníku, který byl zaměřen na cílový vzorek (vegany). Výzkumné šetření probíhalo v poměrně krátkém časovém rozmezí (pouze dva dny), pomocí kvantitativního výzkumu, konkrétně prostřednictvím online dotazníku, díky kterému jsem získala odpovědi od 504 respondentů. V této části popisují výzkumné cíle a otázky, metodu sběru, zpracování a analýzy dat, tvorbu a distribuci dotazníku, výzkumný vzorek a zmiňují také

limity výzkumu.

V poslední, analytické části jsem prezentovala a interpretovala získané výsledky. Cílem této části je potvrzení či vyvrácení předem stanovených tvrzení, které zohledňují již zmíněné dimenze života respondentů (rodina, sociální okruh, partnerství, nepříjemné situace). O platnosti těchto tvrzení diskutuji na závěr práce, kde jsem také shrnula poznatky z výzkumu a vyhodnotila výzkumnou otázku.

Teoretické ukotvení zkoumaného problému

Veganství

Na základě schůzky, které se účastnil Donald Watson a další vegetariáni, kteří nekonzumovali mléčné výrobky (např. Elsie Shrigleyová) byla v listopadu roku 1944 ve Velké Británii vytvořena společnost The Vegan Society. To bylo jedním z nejzákladnějších impulsů k rozšíření a znalosti veganství, jelikož došlo také k vytvoření samotného termínu “vegan”. Dohodli se na tomto pojmu, jež Watson později popsal jako obsahující první tři a poslední dvě písmena slova „vegetarián“ a znamenající „začátek a konec vegetariánství“. (The Vegan Society, 2016)

Definice tohoto pojmu se však v průběhu let různě měnila a poupravovala tak, aby společnosti vyhovovala, avšak dodnes není formulace stálá a dosud dochází k jejímu upřesňování. Jedno z dřívějších znění podstaty veganství bylo: „usilovat o ukončení používání zvířat člověkem k jídlu, komoditám, práci, lovu, vivisekci a všem dalším účelům zahrnujícím vykořisťování života zvířat člověkem“. V dnešní podobě známá jako: „[...] filozofie a způsob života, který se snaží vyloučit – pokud je to možné a proveditelné – všechny formy vykořisťování a týrání zvířat za účelem jídla, oděvu nebo k jiným účelům; a dále podporuje vývoj a používání alternativ bez použití zvířat ve prospěch lidí, zvířat a životního prostředí. Z hlediska výživy označuje praxi upuštění od všech produktů pocházejících zcela nebo částečně ze zvířat.“ (The Vegan Society, 2016)

Dle Tafta (2013, s. 9) hovoříme o stylu života, ve kterém dochází k vyřazení všech podob využívání a týrání zvířat a zároveň uctívání života. Česká veganská asociace (2016, odst. 7) definuje veganství jako „komplexní, zdravý a ohleduplný přístup k životu“. To v praxi znamená, že člověk, který se rozhodne přejít na veganství nekonzumuje, co se týká stravy, žádné živočišné produkty (maso, vejce, mléčné výrobky, med či veškeré produkty, které zahrnují živočišné složky – např. želatina), nenakupuje výrobky, které byly vyrobeny z kůže či kožešiny nebo které byly testovány na zvířatech. Dále se tento životní styl také může projevit v podobě upřednostňování lokálních produktů a výrobků v bio kvalitě, podpory fair-trade společností a většího uvědomění si své ekologické stopy a následné snahy o její snížení. Veganství mimo uvedené nepodporuje rybaření, myslivost, cirkusy se zvířaty nebo zoologické

zahrady. Lze tedy říct, že je veganství životním stylem, kterému je uzpůsobeno nejen konzumní chování, ale i ostatní oblasti všedního života. Díky způsobu stravování a životnímu stylu (veganství) má člověk prostor dát najevo své životní hodnoty a názory. (Dvořáková-Janů 1999: s. 30)

Zpočátku se zdá být veganská strava nedostačující či strohá, opak je však pravdou. Dle tvrzení Kanadských dietologů se každý „[...] může stravovat vegansky – děti, dospívající i dospělí. Je zdravé dokonce i pro těhotné a kojící matky. Správně sestavená veganská strava je bohatá na vlákninu, vitaminy a antioxidanty. Také je chudá na saturevané tuky a cholesterol. Tato zdravá kombinace pomáhá chránit před chronickými nemocemi. Vegani mají oproti neveganům menší pravděpodobnost výskytu srdečních onemocnění, cukrovky a některých druhů rakoviny. Vegani také mívají nižší krevní tlak a mají menší pravděpodobnost než vegetariáni a konzumenti masa, že budou mít nadváhu.“¹ (UnlockFood, 2020)

Uvědomělá spotřeba, minimalismus

Karolína Rathousová, veganská aktivistka známá pod přezdívkou „Dewiii“ ve své knize *Eko průvodce aneb Planetu B nemáme* popisuje uvědomělou spotřebu jako udržitelné chování jedince, tzn. zájem o to, odkud poptávané zboží pochází, kdo a jakým způsobem ho vyrobil a jakým způsobem je možné s takovým zbožím naložit dále, pokud ho už nebudeme potřebovat. Podstatná je také odpovědnost a jakási opatrnost v rámci využívání přírodních zdrojů. Dalším důležitým krokem je omezení konzumace, tzv. minimalismus, tj. „Střídmý způsob života s omezenou spotřebou a bez vlastnění nepotřebných věcí. Způsob života, který v člověku rozvíjí skromnost a vděčnost. ... Minimalismus je zkrátka o tom dělat si život jednodušší.“ (Rathousová, 2019)

Sociální aspekty veganství

Podle Cherry (2003) veganství není záležitostí pouze vůle jedince, ale spíše lidí, kteří se navzájem podporují. Tito členové se sbližují a vzájemně ovlivňují shodnými hodnotami a přesvědčeními. Posiluje to tak jejich postoje a vztahy. Odolnost a síla těchto skupin může též

¹ <https://www.unlockfood.ca/en/Articles/Vegetarian-and-Vegan-Diets/What-You-Need-to-Know-About-Following-a-Vegan-Eati.aspx>

ovlivňovat lidi v okolí, což mnohdy vede k touze po přijetí skupinou a začlenění se. V současnosti se veganství nepovažuje pouze za dietu, ale za životní styl. Elizabeth R. Cherry ve své studii *„It's not just a diet“: Identity, Commitment, and Social Networks in Vegans* poukazuje na to, že veganství není pouze dieta, ale dá se považovat za sociální hnutí. (Cherry, 2003)

Veganství jako sociální hnutí

Téma sociálního hnutí bylo předmětem řešení v rámci sociologie především v období celého 20. století. Zpočátku to bylo v souvislosti s kolektivním jednáním, o detailnější formulaci se poté v roce 1992 zasloužil Mario Diani, jenž využil několika teorií k následné analýze sociálních hnutí. Jedná se o již zmíněnou teorii kolektivního jednání, teorii politického procesu, teorii mobilizačních zdrojů a teorii nových sociálních hnutí. Podle Dianiho je „sociální hnutí sítí neformálních interakcí mezi pluralitou individuů, skupin a/nebo organizací, angažovaných v politických nebo kulturních konfliktech na základě sdílené kolektivní identity“ (Diani 1992: 13). (Hlavová, 2021) Další sociologové formulují sociální hnutí zejména jako cílenou a organizovanou kolektivní aktivitu. (Marx, McAdam, 1994)

Dle Znebejánka (1997) lze sociální hnutí dělit na tři druhy, a to stará, nová a radikální. Konkrétně veganství, vnímané jako hnutí směřuje spíše k novým sociálním hnutím, jelikož se zabývá problematikou životního prostředí, zvířecích i lidských práv a usiluje o zkvalitnění života a rovnost celé populace. Mimo to usiluje o omezení spotřeby člověka, a to jak v oblasti stravy (např. snížení nadměrné konzumace, plýtvání potravinami, podpora lokálních výrobců), tak v oblasti služeb (spotřeba vody, elektřiny, plynu aj.), v rámci dopravy (využívání spíše hromadné dopravy, jízda na kole, chůze pěšky), kompostování, vysazování stromů a třídění odpadu. Celkově můžeme hovořit o již zmíněné uvědomělé spotřebě.

Veganství jako nové sociální hnutí

První zmínky o nových sociálních hnutích pochází z počátků 60. let 20. století současně s vývojem společnosti do postindustriální. Jsou typická svým „odklonem od klasických socio-ekonomických témat předválečného marxismu k postmateriálním tématům jako mír, gender, práva zvířat, etika či ekologie“ a „rozumí změně zejména na rovině životních stylů“. (Kuřík,

Charvát 2018: 32) Jako příklad nových sociálních hnutí můžeme uvést hnutí za práva žen (feministická hnutí), mírová hnutí, hnutí za práva homosexuálů, environmentální hnutí, lidsko právní hnutí, etnická hnutí aj. Významná je pro nová sociální hnutí kolektivní identita a sociální sítě, jako způsob komunikace a udržení účastníků. Podle Emibayera a Goodwina (1994) je úkolem těchto sítí spojovat lidi a organizace, kteří sdílejí stejné hodnoty a ideály.

Veganství již bylo v minulosti zařazeno jako nové sociální hnutí na základě několika autorů. Například již zmíněná Cherry tak uvedla dle definice Melluciho: „sociální hnutí je forma kolektivní akce (a) založená na solidaritě, (b) vedoucí nějaký konflikt a (c) rozbíjející systém, ve kterém se objevuje.“ (Cherry E., 2006: 155) I přes to, že veganství nese určité charakteristiky nových sociálních hnutí, spíše se označuje jako lifestylové hnutí, a to z několika důvodů. Jedním z nich je fakt, že veganství užívá mnohem více individuální akce, což je vlastně aplikace daného životního stylu sama o sobě (jedinci jdou příkladem, nekonzumují žádné živočišné produkty, nenosí kožené oděvy či kožichy nebo nepoužívají netestovanou kosmetiku), než akce kolektivní a současně nemá jasně danou organizaci, aby bylo možné ho označit za nové sociální hnutí.

Veganství jako hnutí při své existenci využívá sdílené identity, která je však zčásti pouze předpokladem, jelikož je tvořena na bázi víry v to, že jsou i jiní, ostatní vegani, kteří vyznávají stejné hodnoty, a tím pádem využívají stejné individuální akce. (Maurer, D.: 2002) Sdílená identita v rámci veganství je v přítomnosti pevně opřena o sociální sítě v prostředí internetu, kde jedinci, kteří jsou vegany „potkávají“ jedince, kteří mají stejný pohled na život a vyznávají stejné hodnoty, a tím si utvrzují správnost jejich rozhodnutí, mají možnost vidět, že na to nejsou sami, hledají nové přátele či vztahy a sdílí své znalosti a zážitky. Tato sdílená identita je jedním z charakteristických rysů lifestylových hnutí. Významným jednáním příslušníků lifestylových hnutí je to, že „berou svoji účast v hnutí jako cíl hledání osobní „integrity“ a „autentičnosti“, vycházejíce z představy, že lidská bytost je souhrnem svých každodenních voleb.“ (Haenfler R., 2012: 9. Volně přeloženo). (Hlavová, 2021)

Veganství jako lifestylové hnutí

V rámci vědeckých článků a knih se můžeme setkat s veganstvím označeným za lifestylové hnutí. Cherry (2006: 156) uvádí, že „vegané představují novou formu sociálního hnutí, které není založeno na legislativě nebo politice identit, ale namísto toho, je založeno na každodenních

praktikách v rámci životního stylu člověka.“ Haenfler a spoluautoři (2012) to označují jako tzv. lifestylové hnutí. To nám potvrzují určité charakteristiky, mezi které patří především snaha o osobní změnu, přechod na rostlinný životní styl a obecně život bez krutosti, spíše než snaha o změny v legislativě, která je také významná, avšak není úplně zásadní. Hlavním záměrem je pokus o ovlivnění co nejvíce jedinců, kteří by pozitivně zhodnotili přechod na rostlinnou stravu. Veganské lifestylové hnutí šíří své hodnoty pomocí několika odlišných prostředků, které jsou například oficiální organizace, které se zabývají právy zvířat, různé demonstrace a pochody, pietní akty a v neposlední řadě již zmíněná individuální činnost, jelikož i pouze tím, že se jedinec rozhodne dále nepožívat žádné živočišné výrobky, v podstatě každý den podporuje veganský aktivismus.

Funkce internetu v rámci veganství

Internetové prostředí je velmi přínosnou pomůckou pro celou škálu kolektivních akcí. Jedním z důvodů, proč je tak přínosným, je fakt, že do mainstreamových médií (televize, rádio, tisk, aj.) se tyto „nové“ směry, kterým je právě veganství, mají jen malou šanci dostat. (Danelian, L., 1992) Pro veganství a další jiné směry a iniciativy, které nespádají pod mainstream je tedy internet zásadním působištěm své prezentace, jelikož nedochází k žádnému omezení či cenzuře vyjádření se a sebeprezentace, na rozdíl od již zmíněných masových médií a je přístupný vesměs komukoliv v západním světě. Internet usnadňuje masovou komunikaci, šíření a sdílení informací i organizaci nejrůznějších druhů akcí. (Postmes T., Brunsting S., 2002) Nejvíce v rámci sociálních sítí využívají vegani sítě jako jsou Facebook, Twitter či Instagram, ve kterých jsou různé veganské skupiny, jako například u nás Vegan CZ&SK, Vegan socka, Zvířata nejíme, Obránci zvířat aj. V těchto skupinách se zveřejňují například různé záběry, které ukazují, jak se se zvířaty zachází a poskytují možnost sdílení mezi ohromné množství lidí.

Pro vegany a jejich hnutí je jedním z nejdůležitějších prostředí pro komunikaci a představování se internetové prostředí. V dnešní době je v rámci svého dosahu a přístupnosti nejúčinnějším prostředkem k šíření informací a instruování společnosti v oblasti veganství. Jak tvrdí Macek (2011:59) „online sociální sítě slouží jako extenze vztahových společenských sítí, jichž jsme součástí ve fyzickém sociálním světě, což podtrhuje provázanost online a offline kontextů.“ Jelikož je internet nejvyužívanější cestou k pátrání po informacích, jejich sdílení a zároveň komunikaci, lze ho tak označit za nepostradatelný způsob spojení se v různorodých oblastech. Sociální sítě usnadňují komunikaci v online vztazích, sdílení vesměs totožných věcí, postojů,

názorů a hodnot. Tento kontakt je totiž v rámci skupin velice důležitý a potřebný pro získávání a udržování nových členů. Člověk si pak může lépe představit, co všechno tento životní styl obnáší, například nákup potravin, vaření, informovanost o podrobnostech a celkové přijetí této ideologie. Rovněž podle některých výzkumů přispívá k udržení členů ve skupinách, k prezentaci o propagaci hnutí a potvrzení před sebou a společností například psaní blogu, sdílení fotografií, činnost v hudební sféře díky veganským textům, různé výstavy, workshopy a přednášky nebo aktivní členství v oficiální organizaci (Cherry, 2015). (Hlavová, 2021)

Předsudky a stereotypy

Jelikož jsou vegani stále minoritní skupinou společnosti, setkávají se často s nepochopením či dokonce úplnou nevědomostí okolí, co to vlastně veganství je. S tímto faktem se váže i většina předsudků, které společnost vůči veganům má, pramenících právě z nedostatku informací. „Vegani jsou často svými oponenty pojmenováváni jako fanatici, blázni, vrazi rostlin i hůře.“ (Bresmahan, Zhuang a Zhu, 2016, str. 5) Mezi další předsudky patří například hodnocení veganů jako slabých, bledých a chudokrevných objímačů stromů s dredy. Existuje spousta úspěšných veganských sportovců, kteří mají skvělou formu a svými výkony tak vyvrací další z předsudků, jak můžeme vidět v dokumentu *The Game Changers*, kde sportovci na rostlinné stravě uvádí jako jeden z benefitů například rychlejší regeneraci.² Zastoupení veganů můžeme nalézt také ve sportovních kategoriích jako kulturistika nebo silové vzpírání, mezi nejznámější patří například Zack Belknap a mezi ženami Jehina Malik³. Zaujatosti jsou ovšem mířeny i vůči veganské stravě jako takové, a to nejen její chuti a rozmanitosti, ale i ceně. To, že není veganská strava pouze o kořínkách a kamenech či příliš nákladná lze snadno vyvrátit. Základ rostlinného stravování se skládá ze zeleniny, ovoce, oříšků, různých semen, brambor a obilovin, což jsou cenově dostupné a výborné potraviny. Dalším a velmi častým předsudkem, se kterým se v rámci veganství lze setkat je starost okolí o zdravotní stav, především v oblasti vitamínů, konkrétně nedostatek vitamínu B12. Ten by se měl suplementovat, jelikož se již v rostlinné podobě téměř nevyskytuje. To ovšem platí i pro tzv. hospodářská zvířata, jejichž maso tento vitamín obsahuje. Bohužel také nebyl získán přirozenou cestou, jelikož jsou v dnešní době půdy natolik vyčerpané a zdevastované různými pesticidy a chemikáliemi, a tak musí být zvířatům doplňovány. Z výroby doplňků stravy vitamínu B12 je až 90 % podáváno zvířatům. Vegané tedy přeskočí tento zbytečný krok, při kterém přijde zvíře o život a suplementují tak přímo. Dle novějších studií

² <https://gamechangersmovie.com>

³ <https://www.greatveganathletes.com/category/vegan-bodybuilders/>

bylo zjištěno, že nedostatek tohoto vitamínu je celoplošným problémem, a tak se doporučuje doplňovat i příznivcům konvenčního způsobu stravování.⁴⁵

Sociální kontrola

Sociální kontrola je v Sociologickém slovníku definovaná „Procesy a mechanismy, kterými společnost nutí své členy k takovému chování, které je v jejím rámci považováno za žádoucí. Toho je dosaženo vnitřní kontrolou, kdy jedinec považuje společenské normy chování současně za měřítko, které je mu přirozeně vlastní, a vnější kontrolou udělováním pozitivních a negativních sankcí. Sociální kontrola probíhá při každodenní interakci, v malých skupinách a během celého procesu socializace.“ (Jandourek 2001: 131)

Nejčastější formou sociální kontroly v rámci veganství je vyjadřování pejorativních připomínek mířených proti veganům, zesměšňování či urážení nemístnými poznámkami zahrnující veganský životní styl a s ním spojené stravovací návyky. Mimo zmíněnou bezprostřední sociální kontrolu se také vegani setkávají s různými bariérami a nepříjemnými situacemi v každodenním životě, například v prostředí zaměstnání či restaurace.

Nepříjemné situace

Vegani se mohou svým rozhodnutím pro tento životní styl dostat do různých skličujících situací, a to například na základě již zmíněných osobních subjektivních koncepcí a navyklých vzorců chování a myšlení společnosti. Jsou tak vystaveni situacím, ve kterých například ujasňují, že je jejich strava pestrá a nutričně hodnotná. Zpočátku se po přechodu na rostlinnou stravu však může zdát, že dojde k omezení výběru potravin, které vegani konzumují a s tím také související překážky, s časem a praxí ale dojde k získání nezbytných vědomostí a zjištění, že je v dnešní době žít vegansky opravdu jednoduché. K nežádoucím situacím může dojít například v prostředí restaurace při nedostatečném výběru v menu či reakci obsluhy na fakt, že je dotyčný vegan, a tak nechce žádné jídlo, které bude obsahovat živočišné složky. Nemusí se ovšem jednat pouze o výběr jídla, nepříjemná pro vegany může být i přítomnost někoho, kdo

⁴ <https://academic.oup.com/ajcn/article/71/2/514/4729184>

⁵ <https://www.econea.cz/blog/10-nejcastejsich-mytu-o-veganstvi-pokoreno/>

před ním neveganská jídla konzumuje.⁶ Setkat se s nepokojí lze i v případě návštěvy, v rámci pohoštění, které si například přinese sám nebo musí nabízené pokrmy mile odmítnout, což si může hostitel vyložit urážlivě.

Dosavadní poznatky o problému

Cara C. Macinnis a Gordon Hodson ve studii *Evidence of bias toward vegetarians and vegans from both source and target* provedli výzkum týkající se předsudků o veganství a vegetariánství. Studie prokázala, že lidé konzumující maso mají více předsudků vůči veganům než proti jiným skupinám, které typicky bývají terčem předsudků. (Macinnis, 2015) Dochází také k misinterpretaci veganství masovými médii. Např. Matthew Cole a Karen Morgan ve své publikaci „*Vegaphobia*“ znázorňují, jak britská média negativně interpretují veganství, včetně zpráv zahrnujících charakteristiku veganství jako asketismus nebo „sociální trend“, samotné vegany pak popisují jako příliš senzitivní či antagonistické. (Cole, 2011: 139)

Ve výše zmíněné studii Macinnis a Hudson empiricky zkoumali, jestli existuje zaujatost vůči vegetariánům a veganům. V první části omnivoři (lidé konzumující maso) hodnotili vegany a vegetariány stejně či více negativně než několik běžně cílově zaměřených skupin, které se setkávají s předsudky (například rasové minority). Zkreslení výsledků bylo navýšeno v rámci pravicových ideologií, což bylo interpretováno zvýšeným vnímáním vegetariánské/veganské hrozby. Vegani (oproti vegetariánům) a muži (oproti ženám) byli celkově hodnoceni více negativně. V druhé části studie omnivoři (lidé, kteří konzumují maso) hodnotili vegetariány a vegany více negativně než několik různých nutričních skupin (například celiaky) a hodnotili vegany a vegetariány motivované právy zvířat nebo environmentálními zájmy (versus zdraví) zvláště negativně. V třetí části vegetariáni a zejména pak vegani uváděli, že pocítují negativitu vyplývající ze způsobu jejich stravování. (Macinnis, Hudson, 2015)

Další výzkum, který provedly Petra Veser, Kathy Taylor a Susanne Singer nese název *Diet, authoritarianism, social dominance orientation, and predisposition to prejudice: Results of a German survey*. Jeho účelem je prozkoumat, zda jsou hlášené stravovací návyky (veganská, vegetariánská a masožravá strava) spojeny s pravicovým autoritářstvím, předsudky vůči menšinám a přijetím sociální dominance. Ověřené dotazníky o stravovacích návycích a

⁶ Existuje tzv. „Liberation pledge“, závazek, kterým jedinec slibuje, že bude odmítat jíst zvířata či sedět u stolu s někým, kdo je konzumuje.

postojích vyplnilo celkem 1381 respondentů. Asociace byly analyzovány pomocí analýz kovariance postojů, které byly upraveny podle věku s faktory pohlaví a stravy. Výsledky ukazují, že jedinci s vegetariánskou nebo veganskou stravou uvádějí méně často předsudky vůči menšinám, nepodporují sociální dominanci a nepřijímají autoritářské struktury oproti jedincům se smíšenou stravou. (Veser, Taylor, Singer, 2015)

Metodologie

Výzkumné cíle, otázky

Hlavním cílem mého výzkumu je objasnění a kontextualizace životních situací, do kterých se lze dostat na základě diverzity způsobu stravování či životního stylu. Cílem této práce je rozvedení nejčastějších překážek a nesnází či nepříjemných situací, na které vegani ve svém běžném životě naráží a poskytnutí popisu ze sociologické perspektivy. Výzkumná otázka pro tento projekt proto byla formulována jako:

- Má způsob stravování se (veganství) vliv na sociální život respondentů?

Dle znění výzkumného cíle jsem vytvořila 4 různá tvrzení, které obsahovaly otázky týkající se jednotlivých okruhů, na jejichž základě jsem vytvořila a poté provedla online dotazníkové šetření. Tyto tvrzení jsou:

- 1 Vegani jsou vystavováni předsudkům (nátlaku) především v rodinném zázemí.
- 2 Po přechodu na veganství se změní sociální okruh respondenta.
- 3 Veganství ovlivňuje partnerské vztahy.
- 4 Veganství dostává respondenta do nepříjemných situací.

Metoda sběru dat

Pro svou bakalářskou práci jsem se rozhodla využít kvantitativního exploračního výzkumu, provedeného formou standardizovaného dotazníku, který se zaměří na cílový vzorek populace, a to jedince, kteří se stravují vegansky. Kvantitativní metoda umožní zohlednit různé dimenze motivací, očekávání i sociálních vztahů u rozmanité a široké sociální skupiny.

Výběr respondentů, kteří se účastní tohoto výzkumu se uskutečnil samovýběrem. Principem samovýběru je „sebezařazení do sociologického šetření, účast v něm je čistě na základě vlastního rozhodnutí.“ (Petrušek et al. 1996: 965). Zaměřuji se na skupinu, která je svým způsobem charakteristická, a kterou bych ráda tímto výzkumem podrobněji popsala.

Provedla jsem kvantitativní výzkumné šetření pomocí standardizovaného online dotazníku. Dotazník pro tento výzkum jsem zformovala v podobě CSAQ (computerized self-administred

questionnaires), přičemž respondenti odpovídají na dotazníky bez osobní přítomnosti tazatele, pomocí počítačů, v pohodlí domova. To zaručí respondentům pocity soukromí a bezpečí, což je pro můj výzkum velmi důležité, jelikož se ptám na poměrně osobní záležitosti. Mezi další výhody této metody patří časová přizpůsobivost, menší zátěž v rámci ekologie, jelikož se vyhnu tištění dotazníků a dále také zabraňuje vlivu tazatele na odpovědi respondenta. Tato metoda má však i své nevýhody, a to například, že je podmíněná tím, že respondenti musí mít dostupný počítač, aby se mohli výzkumu účastnit.

K tvorbě online dotazníku jsem využila internetovou platformu Survio, jež obsahuje prostředky k šíření a analýze získaných odpovědí. Datový soubor jsem měla možnost získat ve formátu určený pro Excel, z něhož jsem dále exportovala data do statistického programu SPSS a poté je jednotlivě kódovala, což byla jedna z časově náročnějších částí.

Dotazník

Ještě před tím, než jsem dotazník oficiálně sdílela ve finální verzi na sociálních sítích, jsem provedla jeho pilotáž na 8 přátelích v mém okolí, kteří jsou vegany, a byli ochotni mi poskytnout zpětnou vazbu v rámci zřetelnosti a jasnosti otázek a dostatečnosti odpovědí. Na základě jejich připomínek jsem pozměnila formulaci některých výzkumných otázek a přidala jsem odpovědi, které postrádali.

Dotazník se skládá z 27 výzkumných otázek a je strukturován do 5 částí, přičemž první, vstupní část představuje a informuje respondenta o cílech tohoto šetření a o dalším využití jeho odpovědí, dále obsahuje demografické a obecné otázky týkající se motivace a inspirace k přechodu na rostlinnou stravu. V druhé části jsou obsaženy otázky týkající se rodinných vztahů a jejich ovlivnění po přechodu na veganství. Ve třetí části jsou otázky týkající se sociálního okruhu respondenta. Ve čtvrté části jsou otázky týkající se partnerských vztahů, preferencí respondenta a výchovy potomků a v poslední, páté části se zaměřuji na nepříjemné situace, do kterých se můžou vegani dostat.

Distribuce dotazníku

Dotazníkové šetření proběhlo během dvou dnů, a to v rozmezí od 18. do 20. března 2021, které jsem sdílela pomocí sociálních sítí Facebook a Instagram. V prostředí Facebooku jsem odkaz na dotazník distribuovala na svém osobním profilu a dále také ve skupinách, které jsou

orientované na veganskou tematiku („Vegan CZ & SK“ a „Vegan socka“). Vegan CZ & SK⁷ je soukromá skupina, která čítá 23,8 tisíc členů a Vegan socka⁸ obsahuje 13,9 tisíc členů. Díky širokému zastoupení jsem odkaz v dalších skupinách na Facebooku zaměřených na veganství dále nesdílela. K přesdílení jsem využila také platformy Instagramu, kde jsem dotazník zveřejnila na svém osobním profilu a dále jsem poprosila aktivisty, kteří se zajímají a bojují za práva zvířat, aby sdíleli průzkum také, konkrétně organizaci „Zvířata nejíme“⁹, která má na Instagramu 18,8 tisíc sledujících. Účastníky výzkumu jsem také vyzvala, aby požádali další osoby v jejich sociálních kruzích, kteří splňují podmínky (být vegany), aby se průzkumu zúčastnili, což následně vedlo k tzv. metodě sněhové koule.

Limity výzkumu

Jedním z hlavních limitů tohoto průzkumu je použitá metoda při tvorbě dat. Vegani jsou značně charakteristická skupina, u které není možné využít náhodného výběru, a tak jsem využila samovýběrové metody. Tím pro mě bylo jednodušší získat respondenty, jelikož se jedná o specifický vzorek, který by bylo náročné hledat pomocí náhodného výběru. Díky metodě samovýběru tak odpoví každý, kdo má zájem a chce se účastnit mého výzkumu, díky čemuž je možné opatřit podrobnější data. (Sharma 2017: 752) V rámci této metody však není možné závěry získané v tomto výzkumu aplikovat na základní populaci.

Jako druhý limit tohoto výzkumu vidím zvolenou kvantitativní metodu, jelikož je v případě mého tématu řada nuancí a dimenzí, které dotazníkem nelze zachytit, a to například podrobnější popsání nepříjemných situací, do kterých se respondenti mohou dostat na základě veganství. Například v kontextu partnerství můj výzkum nese otázky, které zkoumají vztahové preference dotazovaných, na kterých je tento limit patrný. Respondent sice hodnotí prioritní výběry, například tak, že by partnera nevegana nechtěl/a, ale spousta z nich již takového partnera (nevegana) má, a tím se v konečném důsledku preference mění, nemá tak ostře stanovené hranice, než jak musí uvést v rámci nabízených odpovědí a tím pádem odkazuje na limit kvantitativní metody a dotazníku.

Za poslední limit považuji způsob šíření dotazníkového šetření pomocí sociálních sítí Facebooku a Instagramu. I přes to, že jsou rozmanitě reprezentované v rámci demografických

⁷ <https://www.facebook.com/groups/veganczsk>

⁸ <https://www.facebook.com/groups/1869291226637611>

⁹ <https://www.instagram.com/zviratanejime/>

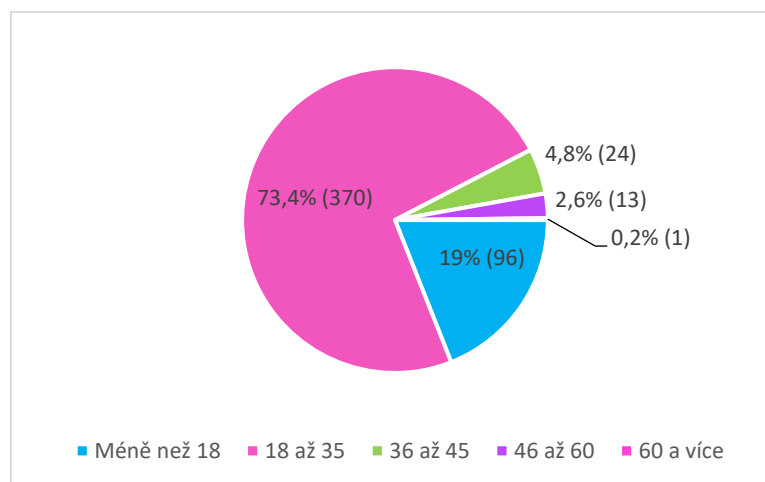
údajů, nelze hovořit o plně různorodém vzorku, jelikož každý nemá profil na těchto sociálních sítích. Lze předpokládat, že mnou vybrané skupiny budou zastoupeny spíše osobami mladšího věku. Obecně je však pro téma veganství a jeho komunitu prostředí internetu a sociálních sítí významné.

Metody zpracování a analýzy dat

V rámci svého dotazníku jsem neumožnila respondentům neodpovědět na položené otázky, a tak jsem získala dohromady $n=504$ dokončených dotazníků. Tak vysoké číslo mě velmi překvapilo a potěšilo, je zde patrné, že vegani usilují o rozšiřování tohoto životního stylu a mají proto zřejmě také větší zájem o šíření informací a jejich poskytování například právě v rámci výzkumných šetření. Data z vyplněných dotazníků jsem následně měla možnost získat ve formátu vhodném pro program Excel, ve kterém jsem datový soubor připravila pro analýzu ve statistickém programu SPSS. V tomto programu jsem využívala především frekvenčních a kontingenčních tabulek. Nepoužívala jsem žádné testy, které by ověřovaly závislost proměnných, jelikož je můj vzorek získaný samovýběrem, jenž nepatří mezi náhodný sběr dat, který je nezbytný k provedení takové analýzy.

Popis výzkumného souboru

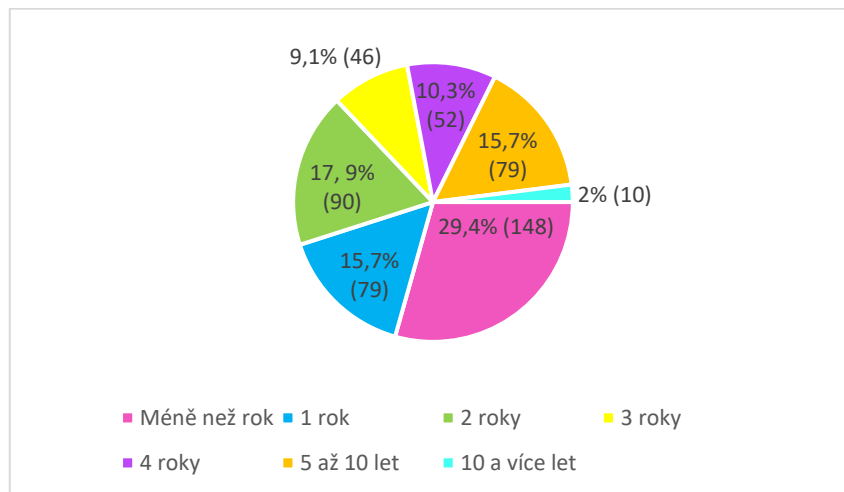
Velikost vzorku je $n=504$. Vzorek respondentů je genderově nevyvážený – 86,1 % žen a 11,7 % mužů (2,2 % těch, kteří se neidentifikují). Příčina nevyrovnanosti zastoupení vzorku není jasná, Facebook bohužel neumožňuje získat statistická data o zastoupení ve skupinách, nemohu tak zjistit bližší informace.



Může to být také dáno tím, že jsou ženy spíše vegankami než muži. K takovému zjištění došli ve výzkumu ve Spojených státech, kde ze vzorku 11 tisíc veganů bylo pouze 24 % mužů. Domnívají se, že jedním z příčin tohoto jevu může být „nejistá mužnost“, přičemž si muži myslí, že s přechodem na rostlinnou stravu ztratí svůj mužský status a maskulinitu. Výzkum také uvádí, že jsou ženy obecně soucitnější, a proto je pro ně nepřijatelné zvířata konzumovat a podporovat jejich týrání. Zajímavým zjištěním je také fakt, že až 75 % členů aktivistických skupin za práva zvířat tvoří ženy.¹⁰ (Humane Research Council, 2014)

V dalším provedeném výzkumu agentury IPSOS pro Asociaci společenské odpovědnosti z roku 2020, zaměřeným na stravovací návyky Čechů a jejich postoj k veganství a vegetariánství bylo zjištěno, že 4 % obyvatel Česka se stravuje úplně bez masa, a to převážně lidé do 44 let. Veganů je pouze 1 %. Veganskou stravu preferují především mladí lidé do 35 let.¹¹ (Ipsos, 2016)

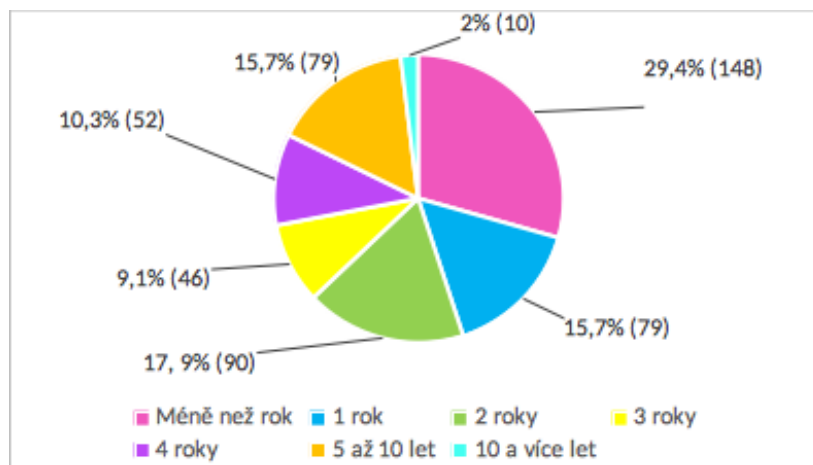
V rámci demografických údajů mého výzkumu byl věk respondentů nejčastěji od 18 do 35 let – 73,4 %, poté méně než 18 let - 19 %, a v kategorii 36 a více bylo dohromady 7,6 % respondentů.



Nejčastější odpovědí na otázku „Jak přibližně dlouho jste vegan?“ bylo méně než 1 rok – 29,4 %, dále 2 roky – 17,9 % a stejný počet respondentů jako 1 rok uvedl 5 až 10 let – obojí 15,7 %. Další odpovědi uváděly 4 roky – 10,3 %, 3 roky – 9,1 % a nakonec 10 a více let – 2 %.

¹⁰ https://faunalytics.org/wp-content/uploads/2015/06/Faunalytics_Current-Former-Vegetarians_Full-Report.pdf

¹¹ <https://www.ipsos.com/cs-cz/desetina-cechu-preferuje-stravu-s-vyloucenim-ci-omezenim-masa>



Nejdůležitější motivací pro respondenty byla etika (práva zvířat) – 95,1 % respondentů, dále ekologie - 74,3 %, zdraví – 62,9 % a nejméně důležitou motivací při přechodu na rostlinnou stravu bylo pro respondenty náboženství – 6,6 %. Mimo nabídnuté odpovědi se nejčastěji uvnitř otázky „Jiné“ opakovaly od respondentů odpovědi týkající se jejich motivace přechodu na veganství, a to například nechutenství vůči masu a živočišným produktům, touha zkusit něco nového, motivace na základě vlastního svědomí a přesvědčení či přátel. Další odpovědi v této kolonce zahrnovaly již nabídnuté možnosti odpovědi, které jsem uvedla, pouze jinou formulací, a to zejména etika, ekologie a zdraví. Tato otázka byla formulovaná v podobě známkové škály, kde jednotlivou motivaci respondenti hodnotili na stupnici od 1 do 10 (1 – nejméně, 10 – nejvíce). V porovnání s již provedenými výzkumy jsou výsledky velmi podobné, například studie *Psychologické a sociální aspekty vegetariánství*, ve které Jitka Medřická (2008) zjistila, že mezi nejčastější motivaci k přechodu na vegetariánství patří etické důvody, dále ekologické, náboženské a jako nejméně častou motivací jsou důvody zdravotní. Téměř shodné pořadí motivací uvedl ve své studii Jiří Kulhavý, motivace etická byla také na prvním místě. Změna byla na následující příčce, druhé, a to v motivaci duchovní, třetí pak byly důvody ekologické. Méně častými motivacemi pak byly zdravotní či sociální důvody. (Kulhavý, 2007)

V otázce zahrnující inspiraci k přechodu na rostlinnou stravu respondenti uváděli nejvíce na známkové škále, že si byli inspirací sami, inspirovali se svými vlastními myšlenkami – 84,5 %. Druhým nejvýznamnějším faktorem byl internet, různé sociální sítě a dokumenty či knihy – 78,4 %. Třetí příčku obsadila inspirace k přechodu na veganství na základě návštěvy různých záchranných azytlů či jatek nebo přímý kontakt se zvířetem – 47,4 %. Méně významné byli pro respondenty v rámci inspirace přátelé – 30,7 %, rodina – 8,8 % a škola – 5,2 %. Mimo nabídnuté odpovědi se nejčastěji opakovaly v kolonce „Jiné“ odpovědi zahrnující známé osobnosti a

aktivisty. Další odpovědi obsahovaly již nabídnuté odpovědi, pouze jinou formulací, a to především inspirací na základě přečtení knihy, shlédnutí dokumentu či internetu, kontaktu se zvířaty (azyly, jatka) a vlastních myšlenek.

Analýza

Zjištění

V této části práce se budu zabývat analýzou získaných dat a následných závěrů. Tento výzkum jsem strukturovala do 4 částí, z nichž se každá zabývala určitým okruhem. Prvním zkoumaným okruhem bylo prostředí rodiny a předsudků v nich. Označila jsem ji názvem (tvrzením): „Vegani jsou vystavováni předsudkům (nátlaku) především v rodinném zázemí.“. Další oblastí byl sociální okruh jedince, který jsem formulovala takto: „Po přechodu na veganství se změní sociální okruh respondenta.“. Třetím oddílem byla oblast partnerských vztahů, která nesla název: „Veganství ovlivňuje partnerské vztahy.“ Poslední zkoumanou oblastí byly nepříjemné situace, ve kterých se může respondent ocitnout: „Veganství dostává respondenta do nepříjemných situací.“ Každou oblast sytilo několik otázek.

Prezentace a interpretace výsledků

Vegani jsou vystavováni předsudkům (nátlaku) především v rodinném zázemí.

Tabulka 1 četností odpovědí otázky *Jaký přístup k Vašemu rozhodnutí převládá v rodině?*

Jaký přístup k Vašemu rozhodnutí převládá v rodině?		
	Četnost	Procento
Naprosto kladný	33	6,6
Spíše kladný	114	22,8
Neutrální	192	38,5
Spíše záporný	133	26,7
Naprosto záporný	27	5,4
Total	499	100,0
Nevím	5	
Celkem	504	

V případě toho, jak přistupuje rodina k rozhodnutí, respondenti nejčastěji odpovídali, že je přístup rodiny neutrální (38, 5 %), těsně navazovala vysoká četnost přístupu záporného (32, 1 %) a pozitivní přístup převládá u 29, 4 % respondentů.

Tabulka 2 četností odpovědí otázky *Ovlivnil přechod na rostlinnou stravu vztahy ve Vaší rodině?*

Ovlivnil přechod na rostlinnou stravu vztahy ve Vaší rodině?		
	Četnost	Procento
Pozitivně	245	67,3
Negativně	232	61,1
Neovlivnil	170	40,7
Nevím	354	78,4
Celkem	504	/100

Nejčastěji dotazovaní v otázce „Ovlivnil přechod na rostlinnou stravu vztahy ve Vaší rodině?“ na jednotlivých známkovacích škálách s možnostmi od 1 do 5 (přičemž 1 vyjadřuje nejmenší hodnotu souhlasu) souhlasí s tvrzením, že přechod na rostlinnou stravu ovlivnil vztahy v jejich rodině, a to pozitivně (67, 3 %). Dále nejčastěji respondenti uvedli, že souhlasí s opačným tvrzením, a to s tím, že přechod ovlivnil vztahy negativně (61, 1 %). S tvrzením, že přechod neovlivnil (40, 7 %) vztahy v rodině souhlasilo nejméně respondentů, což zároveň potvrzuje předešlá dvě tvrzení.

Tabulka 3 četností odpovědí otázky *Záleží Vám na tom, jaký má názor Vaše rodina na fakt, že jste veganem?*

Záleží Vám na tom, jaký má názor Vaše rodina na fakt, že jste veganem?		
	Četnost	Procento
Ano	52	10,5
Spíše ano	89	17,9
Spíše ne	127	25,6
Ne	119	23,9
Je mi to jedno	110	22,1
Total	497	100,0
Nevím	7	
Celkem	504	

22, 1 % respondentů uvedlo, že jim nezáleží na tom, jaký má názor jejich rodina na fakt, že jsou vegany. Pro 28, 4 % respondentů je důležité, co si jejich rodina myslí.

Tabulka 4 četností odpovědí otázky *Setkal/a jste se se situací, ve které by vyjádřili příslušníci rodiny obavy o Vaše zdraví v rámci Vaší stravy?*

Setkal/a jste se se situací, ve které by vyjádřili příslušníci rodiny obavy o Vaše zdraví v rámci Vaší stravy?		
	Četnost	Procento
Ano	414	86,3
Ne	66	13,8
Total	480	100,0
Nepamatuji si/nevím	24	
	504	

Co se týká situací, ve kterých vyjádřili příslušníci rodiny obavy o zdraví respondentů v důsledku jejich stravování (např. nedostatek vitamínů aj.), je zde již na první pohled patrné, že se velmi značná část respondentů (86, 3 %) s takovou situací setkala.

Tabulka 5 četností odpovědí otázky *Ocitl/a jste se v situaci, ve které Vaši rodinní příslušníci vyjádřily názor, že jste přešli na veganskou stravu pouze z důvodu sociálního trendu?*

Ocitl/a jste se v situaci, ve které Vaši rodinní příslušníci vyjádřili názor, že jste přešli na veganskou stravu pouze z důvodu sociálního trendu?		
	Četnost	Procento
Ano	213	44,7
Ne	264	55,3
Total	477	100,0
Nepamatuji si/nevím	27	
Celkem	504	

V otázce „Ocitl/a jste se v situaci, ve které Vaši rodinní příslušníci vyjádřili názor, že jste přešli na veganskou stravu pouze z důvodu sociálního trendu?“ je výsledek velmi těsný, avšak převládá odpověď Ne o 51 respondentů. (55, 3 %) nad odpovědí Ano (44, 7 %).

Po přechodu na veganství se změní sociální okruh respondenta.

Tabulka 6 četností odpovědí otázky *Jaký přístup k Vašemu rozhodnutí převládá v okolí přátel?*

Jaký přístup k Vašemu rozhodnutí převládá v okolí přátel?		
	Četnost	Procento
Naprosto kladný	57	11,5
Spíše kladný	165	33,4
Neutrální	213	43,1
Spíše záporný	55	11,1
Naprosto záporný	4	0,8
Total	494	100,0
Nevím	10	
Celkem	504	

V této otázce můžeme vidět, že na otázku „Jaký přístup k Vašemu rozhodnutí převládá v okolí přátel?“ převažují odpovědi spíše kladné – 44,9 %, neutrálních je 43,1 % a záporných je 11,9 %.

Tabulka 7 četností odpovědí otázky *Vyhledáváte veganské přátele/lidi se stejným pohledem na věc?*

Vyhledáváte veganské přátele/lidi se stejným pohledem na věc?		
	Četnost	Procento
Ano	267	53,0
Ne	45	8,9
Neřeším to	192	38,1
Celkem	504	100,0

Většina respondentů (53 %) vyhledává veganské přátele/ lidi se stejným pohledem na věc. Dále to 38,1 % respondentů neřeší. Pouze 8,9 % respondentů takové přátele nevyhledává.

Tabulka 8 četností odpovědí otázky *Pohybujete se spíše v okruhu veganů?*

Pohybujete se spíše v okruhu veganů?		
	Četnost	Procento
Ano	29	6,0
Spíše ano	77	16,0
Spíše ne	192	40,0
Ne	182	37,9
Total	480	100,0
Nevím	24	
Celkem	504	

Na otázku, zda se respondenti pohybují spíše v okruhu veganů odpovědělo 77, 9 % dotazovaných spíše negativně, a 22 % pozitivně čili převládá negativní sentiment. To znamená, že se většina veganů spíše nepohybuje v okruhu dalších veganů. V tomto případě ovšem lze vidět limit dotazníku, jelikož mohlo dojít k misinterpretaci a respondenti tak mohli zamýšlet, že v jejich okruhu přátel není výhradní zastoupení veganů, což však tento dotazník neměřil.

Tabulka 9 četností odpovědí otázky *Pocitujete mezi Vámi a svými starými přáteli bariéru ohledně tématu veganství?*

Pocitujete mezi Vámi a svými starými přáteli bariéru ohledně tématu veganství?		
	Četnost	Procento
Ano	91	18,6
Spíše ano	149	30,4
Spíše ne	151	30,8
Ne	99	20,2
Total	490	100,0
Nevím	14	
Celkem	504	

V otázce „Pocitujete mezi Vámi a svými starými přáteli bariéru ohledně tématu veganství?“ byly výsledky těsné. Spíše záporné a záporné pocity vnímá v rámci bývalých přátelství 51 % respondentů, zatímco 49 % veganů (respondentů) odpovědělo spíše kladně.

Tabulka 10 korelace odpovědí otázky Vyhledávání přátel x bariéra

Vyhledáváte veganské přátele/lidi se stejným pohledem na věc?			
Pocítujete mezi Vámi a svými starými přáteli bariéru ohledně tématu veganství?		Ano	Ne
Ano		68	5
Spíše ano		93	11
Spíše ne		72	12
Ne		28	16
Celkem		261	44

Zajímalo mě, zda respondenti, kteří pocítují bariéru mezi svými starými přáteli vyhledávají nové přátele/ lidi se stejným pohledem na věc. Takových, kteří spíše nové přátele vyhledávají, je 161 z 261.

Tabulka 11 četností odpovědí otázky Dáváte přednost při trávení volného času společnosti veganů?

Dáváte přednost při trávení volného času společnosti veganů?		
	Četnost	Procento
Ano	74	14,7
Spíše ano	98	19,4
Spíše ne	57	11,3
Ne	93	18,5
Je mi to jedno	182	36,1
Celkem	504	100,0

Při trávení volného času je 36,1 % respondentům jedno, zda ho budou trávit spíše s vegany, 34,1 % respondentů však upřednostňuje společnost veganů před nevegany a dohromady 29,8 % respondentů, kteří vyjádřili negativní názor. Převažuje tedy neutrální a spíše kladný vztah k upřednostňování veganských přátel před těmi, kteří vegani nejsou. Zde opět můžeme vidět rozdělení na dvě již zmiňované skupiny, přičemž to jedna neřeší a druhá ano, a proto dává přednost při trávení volného času společnosti veganů.

Tabulka 12 četností odpovědí otázky *Došlo po přechodu na rostlinnou stravu ve Vašem okruhu přátel k rozšíření o nové, veganské kamarády?*

Došlo po přechodu na rostlinnou stravu ve Vašem okruhu přátel k rozšíření o nové, veganské kamarády?		
	Četnost	Procento
Ano	118	24,7
Spíše ano	106	22,2
Spíše ne	116	24,3
Ne	137	28,7
Total	477	100,0
Nevím	27	
Celkem	504	

Odpovědi na otázku „Došlo po přechodu na rostlinnou stravu ve Vašem okruhu přátel k rozšíření o nové, veganské kamarády?“ se značně nelišily, převažovaly však odpovědi spíše záporné, kterých bylo 53 %, kladných bylo celkem 46, 9 %.

Veganství ovlivňuje partnerské vztahy.

Tabulka 13 četností odpovědí otázky *Je pro Vás důležité, aby Váš partner uznával stejné hodnoty a stravoval se rostlinně?*

Je pro Vás důležité, aby Váš partner uznával stejné hodnoty a stravoval se rostlinně?		
	Četnost	Procento
Rozhodně ano	140	28,5
Spíše ano	218	44,4
Spíše ne	55	11,2
Rozhodně ne	12	2,4
Je mi to jedno	66	13,4
Total	491	100,0
Nevím	13	
Celkem	504	

Na otázku „Je pro Vás důležité, aby Váš partner uznával stejné hodnoty a stravoval se rostlinně?“ odpovědělo celkem 72, 9 % respondentů spíše pozitivně a jen 13, 6 % spíše negativně. 13, 4 % respondentů nevyjádřilo žádný názor ohledně důležitosti partnerovo životních hodnot.

Tabulka 14 četností odpovědí otázky *Byl/a byste ve vztahu s někým, kdo není vegan?*

Byl/a byste ve vztahu s někým, kdo není vegan?		
	Četnost	Procento
Rozhodně ano	137	29,7
Spíše ano	152	33,0
Spíše ne	103	22,3
Rozhodně ne	43	9,3
Je mi to jedno	26	5,6
Total	461	100,0
Nevím	43	
Celkem	504	

V otázce „Byl/a byste ve vztahu s někým, kdo není vegan?“ bylo dohromady 62,7 % pozitivně hodnocených odpovědí a 31,6 % negativních. To znamená, že respondenti spíše souhlasí s tím, že by byli ve vztahu s někým, kdo není vegan.

Tabulka 15 četností odpovědí otázky *Jaké jsou Vaše preference při výběru partnera?*

Jaké jsou Vaše preference při výběru partnera?		
	Četnost	Procento
Vegan	233	46,2
Vegetarián	58	11,5
Karnista	5	1,0
Reduktarián	109	21,6
Flexitarián	10	2,0
Total	415	82,3
Jiné	89	17,7
Celkem	504	100,0

V otázce „Jaké jsou Vaše preference při výběru partnera?“ nejčastější odpovědí respondentů bylo s veganem 46,2 %. Dále 21,6 % respondentů preferuje mít vztah s reduktariánem (člověk, který omezuje konzumaci masa a živočišných výrobků na minimum), 11,5 % s vegetariánem, jen 2 % s flexitariánem (semivegetarián) a 1 % s karnistou (člověk, který konzumuje maso a živočišné výrobky).

Tabulka 16 četností odpovědí otázky *Pokud by byl Váš partner/ka nebyl veganem, do jaké míry jste schopni respektovat jeho/její stravovací návyky?*

Pokud by Váš partner/ka nebyl veganem, do jaké míry jste schopni respektovat jeho/její stravovací návyky?		
	Četnost	Procento
Vegetarián	140	27,8
Karnista	10	2,0
Reduktarián	107	21,2
Flexitarián	23	4,6
Pokud budou výrobky z malochovů a biochovů, neřeším to.	52	10,3
Nejsem schopen/na respektovat někoho jiného	33	6,5
Je mi to jedno	93	18,5
Jiné	46	9,1
Celkem	504	100,0

Nejčastější odpovědí v otázce „Pokud by Váš partner/ka nebyl veganem, do jaké míry jste schopni respektovat jeho/její stravovací návyky?“ bylo vegetarián – 27, 8 %, pro reduktariána (člověk, který omezuje konzumaci masa a živočišných výrobků na minimum) 21, 2 %, žádný názor nevyjádřilo 18, 5 %, dále 10, 3 % respondentů uvedlo, že by byli schopni respektovat stravovací návyky svého partnera, pokud by výrobky, které konzumuje, pocházely z malochovů a biochovů. Ještě méně, 6, 5 % respondentů, kteří nejsou schopni respektovat nikoho jiného než vegana a 4, 6 % flexitariána (semivegetariána) a jen 2 % dotazovaných je schopno ve vztahu respektovat karnistu (člověk, který konzumuje maso a živočišné výrobky).

Tabulka 17 četností odpovědí otázky *Předpokládáte, že Vaše budoucí potomky budete vychovávat vegansky?*

Předpokládáte, že Vaše budoucí potomky budete vychovávat vegansky?		
	Četnost	Procento
Ano	226	47,2
Ne	9	1,9
Volba bude na potomcích	118	24,6
Neplánuji děti	115	24,0
Jiné	11	2,3
Total	479	100,0
Nevím	25	
Celkem	504	

Ze všech dotazovaných 47, 2 % respondentů předpokládá, že své budoucí potomky bude vychovávat vegansky. Další nejčastější odpovědí byla osobní volba stravy potomků 24, 6 %, zajímavým výsledkem je 24 % respondentů, kteří odpověděli, že děti neplánují a pouze 1, 9 % respondentů nepředpokládá, že bude své budoucí potomky vychovávat vegansky.

Tabulka 18 korelace odpovědí otázky Vztah ekologie k výchově potomků

		Neplánují děti	
		Ne	Ano
Jaká byla vaše motivace	1	10	4
k přechodu na veganství?	2	6	2
Ekologie	3	25	14
	4	18	4
	5	41	5
	6	41	10
	7	59	15
	8	73	23
	9	45	15
	10	72	23
Celkem		390	115

Jelikož byla odpověď „Neplánují děti“ v předchozí otázce čteně zastoupená, zajímalo mě, zda existuje vztah ekologie k výchově potomků. Výsledky ukazují, že častěji respondenti, pro které byla ekologie důležitou motivací (celkem 115 respondentů) děti spíše neplánují (86) než ano (29). To může být právě v důsledku žití udržitelného života.

Veganství dostává respondenta do nepříjemných situací.

Tabulka 19 četností odpovědí otázky Jak se k vašemu stravování staví okolí?

Jak se k Vašemu stravování staví okolí?		
	Četnost	Procento
Respektují	73	19,0
Nepřijímají	196	58,7
Zesměšňují	122	36,7
Neřeší to	109	30,8
Celkem	504	/100

Na otázku „Jak se k Vašemu stravování staví okolí?“ nejčastěji respondenti pomocí známkovací škály hodnotili každý postoj jednotlivě, a to pomocí stupnice od 1 do 5 (5 je nejvíce) odpovídali, že to okolí nepřijímá (58, 7 %). Okolí respondentů dále stravování neřeší (30, 8 %), zesměšňuje (36, 7 %) a nejméně respektuje (19 %).

Tabulka 20 četností odpovědí otázky *Setkáváte se někdy se situací, ve které by Vás veganství omezilo?*

Setkáváte se někdy se situací, ve které by Vás veganství omezilo?		
	Četnost	Procento
Ano	186	36,9
Spíše ano	140	27,8
Spíše ne	145	28,8
Ne	33	6,5
Total	504	100,0

Na otázku „Setkáváte se někdy se situací, ve které by Vás veganství omezilo?“ odpovědělo celkem spíše kladně 64, 7 % respondentů a spíše záporně 35, 3 % dotazovaných.

Tabulka 21 četností odpovědí otázky *Pokud ano, v jakých?*

Pokud ano, v jakých?		
	Četnost	Procento
V restauraci	335	66,5
Na návštěvě	335	66,5
Nakupování	92	18,7
V zaměstnání/škole	279	55,4
Oslava, akce, večírky	270	53,6
Neomezuje	71	14,1
Celkem	504	/100

Nejčastěji respondenti prostřednictvím více možností označovali, že se setkávají v situacích, ve kterých by je veganství omezilo, a to zejména ve dvou prostředích, a to v restauraci 66, 5 %, v rámci nabízeného menu a u občerstvení na návštěvě, také 66,5 %. Poté se s omezujícími situacemi setkávají často v prostředí zaměstnání či školy – 55, 4 %, na různých akcích, oslavách nebo večírcích – 53, 6 %. Méně často se s takovými situacemi setkávají v supermarketech – 18, 7 % a nejméně respondentů odpovědělo, že je veganství neomezuje a nesetkali se s žádnými omezujícími situacemi – 14, 1 %.

Tabulka 22 četností odpovědí otázky *Pokud jste se ocitl/a v nepříjemné situaci na základě toho, že jste vegan, kde se to stalo?*

Pokud jste se ocitl/a v nepříjemné situaci na základě toho, že jste vegan, kde se to stalo?		
	Četnost	Procento
V restauraci	258	51,2
V zaměstnání	187	37
Ve škole	203	40,3
V rodině	322	63,9
Mezi přáteli	168	33,3
Na dovolené	196	38,8
V nemocnici	207	41,1
Celkem	504	/100

Nejčastěji se setkali dle známkovací škály od 1 do 10 (1 – nejméně, 10 – nejvíce) respondenti s nepříjemnými situacemi na základě toho, že jsou vegany především v prostředí rodiny – 63,9 %. S nepříjemnými situacemi se spíše nesetkávají, než setkávají v prostředí restaurace – 51,2 %, nemocnice – 41,1 %, školy – 40,3 %, dovolené - 38,8 %, zaměstnání – 37 % či v prostředí mezi přáteli – 33,3 %.

Tabulka 23 četnost odpovědí otázky *V jakém prostředí jste se nejvíce setkali s předsudky ohledně veganství?*

V jakém prostředí jste se nejvíce setkali s předsudky ohledně veganství?		
	Četnost	Procento
Rodina	238	47,2
Zaměstnání	65	12,9
Škola	61	12,1
Přátelé	57	11,3
Nemocnice	42	8,3
Total	463	91,9
Jiné	41	8,1
	504	100,0

V otázce „V jakém prostředí jste se nejvíce setkali s předsudky ohledně veganství?“ bylo nejčastější odpovědí v prostředí rodiny (47,2 % respondentů). Dále se dotazovaní velmi často setkali s předsudky ohledně veganství v prostředí zaměstnání – 12,9 %, dalších 12,1 % respondentů ve školním prostředí, 11,3 % mezi přáteli, 8,3 % v nemocničním prostředí a 8,1 % respondentů v jiném prostředí.

Tabulka 24 četnost odpovědí otázky *Stal/a jste se někdy terčem posměchu kvůli tomu, že jste vegan?*

Stal/a jste se někdy terčem posměchu kvůli tomu, že jste vegan?		
	Četnost	Procento
Ano	309	76,1
Ne	97	23,9
Total	406	100,0
Nevzpomínám si	78	
Nevím	20	
Total	98	
Celkem	504	

V otázce „Stal/a jste se někdy terčem posměchu kvůli tomu, že jste vegan?“ bylo 76,1 % odpovědí kladných a 23,9 % záporných.

Diskuse

V předešlé kapitole jsem prezentovala a interpretovala získaná data z analýzy, které v rámci této kapitoly propojím s formulovanými tvrzeními a odpovím na hlavní výzkumnou otázku.

Shrnutí poznatků z výzkumu

Při analýze výsledků jsem se setkala se zajímavými výsledky, z nichž jsem některé předpokládala, ale došlo i k momentům, ve kterých jsem byla překvapena, jak moc se odpovědi lišily. Zajímavá byla také analýza odpovědí „Jiné“, kde jsem respondentům nabídla prostor k jejich písemnému vyjádření a zjistila tak přínosné informace.

Vyhodnocení výzkumné otázky

Vegani jsou vystavováni předsudkům (nátlaku) především v rodinném zázemí.

V rámci tohoto tvrzení bylo vytvořeno 5 otázek, které se týkaly problematiky rodinného zázemí a předsudků v oblasti veganství. Přístup rodiny je u nejvíce respondentů neutrální, těsně za ním následuje přístup negativní. Pro většinu respondentů však není důležité, co si jejich rodina myslí o jejich rozhodnutí přejít na veganství. Se situací, ve které by rodinní příslušníci vyjádřili obavy o zdraví v návaznosti na veganství se setkala většina respondentů. S vyjádřením o

přechodu na rostlinnou stravu pouze ze sociálního trendu se od rodinných příslušníků větší část respondentů nesečkala, výsledky v tomto případě však byly velmi těsné, lišily se pouze o 51 respondentů. Celkově můžeme říct, že veganství ovlivňuje vztahy v rodině. Nejčastěji respondenti uvedli, že veganství ovlivnilo vztahy pozitivně, ovšem těch, kterým vztahy ovlivnilo negativně rozdíl mezi odpověďmi nebyl příliš zřejmý. Úhrnem lze potvrdit platnost tohoto tvrzení.

Po přechodu na veganství se změní sociální okruh respondenta.

Obsahem tohoto tvrzení bylo 6 otázek, kterými jsem se snažila zmapovat přístup a obecně sociální okruh dotazovaných. Celkově byl přístup přátel spíše pozitivní, i přes to většina respondentů vyhledává nové veganské přátele a lidi se stejným pohledem na věc. Dále respondenti v rámci vyhledávání nových přátel nevyjádřili žádný názor, což nám dělí dotazované na dvě skupiny, a to ty, kteří to řeší a vyhledávají a ty, kteří to neřeší a cíleně nevyhledávají veganské přátele. Takového rozdělení si můžeme všimnout také v následujících odpovědích, které se týkaly trávení volného času, kde je respondentům z větší části jedno, zda budou trávit svůj volný čas s vegany či nevegany, na druhé straně je těsně skupina těch, kteří upřednostňují společnost veganů. Pokud hovoříme o bariéře mezi starými přáteli (přáteli, které respondent získal ještě před přechodem na veganství) ohledně tématu veganství, výsledky ukazují, že je zde pouze nepatrný rozdíl v odpovědích. Sice zde převažují odpovědi záporné (250), kladných však bylo 240, což dokazuje, že významná část respondentů tuto bariéru pocítuje. V důsledku pocítování této bariéry tak 161 z 261 respondentů vyhledává nové, veganské přátele. Většina respondentů se však nepohybuje v okruhu veganů a ani u nich spíše nedošlo po přechodu na rostlinnou stravu k rozšíření okruhu přátel o nové, veganské přátele. Rozdíl mezi těmi, u kterých k rozšíření došlo, však nebyl výrazný. Pravděpodobně respondenti nemají okruh přátel, ve kterých by vegani převládali, ačkoliv je mohou vyhledávat. V návaznosti na uvedené odpovědi tak mohou říct, že je toto tvrzení platné.

Veganství ovlivňuje partnerské vztahy.

Toto tvrzení zahrnovalo 5 otázek týkajících se partnerských vztahů, a to preferencí v rámci výběru partnera a jeho respektování v oblasti stravování a výchovy budoucích potomků. Pro většinu respondentů je důležité, aby jejich partner uznával stejné hodnoty a stravoval se rostlině, značná část respondentů by však byla ve vztahu s někým, kdo není vegan. Z uvedených výsledků můžeme vidět, že v oblasti preference partnera respondenti uváděli partnery, kteří

maso a živočišné výrobky vůbec nekonzumují, redukují nebo jsou minimálně na cestě k jejich omezení. Dále respondenti převážně předpokládají, že jejich budoucí potomky budou vychovávat vegansky či nechají volbu na potomcích samotných. Značná část respondentů odpověděla, že potomky vůbec neplánuje, což bylo podnětem pro další zkoumání, a to, zda existuje vztah mezi ekologií a výchovou potomků, které přineslo potvrzující výsledky. Z respondentů, kteří uvedli, že pro ně byla ekologie důležitou motivací odpovědělo ze 115 dotazovaných 85 tak, že děti neplánují, čímž se potvrdil můj předpoklad. Podle průzkumu švédské univerzity v Lundu, provedeném v roce 2017, lze omezením počtu dětí připadajících na rodinu (pouze na jedno) snížit emise průměrně o 58,6 tun. Pro životní prostředí je mnohem více destruktivní mít děti než například jíst živočišné výrobky, řídit auta či cestovat letadly.¹² (Lund University, 2017) Neudržitelnost tak může být jeden z důvodů, proč respondenti děti neplánují. Celkově toto tvrzení pokládám za platné.

Veganství dostává respondenta do nepříjemných situací.

Tvrzení obsahovalo 5 otázek týkajících se předsudků a nepříjemných situací, ve kterých se mohou respondenti na základě veganství ocitnout. Většina respondentů se setkala se situací, ve které by je veganství omezilo, a to nejčastěji v prostředí restaurace. V nepříjemných situacích se nejvíce respondenti setkávají především v rodinném prostředí, odkud také pramení nejvíce předsudků. Všechny výsledky byly velmi těsné, a tak můžeme celkově říct, že nepříjemné situace jsou pro vegany běžné. Toto tvrzení můžeme na základě odpovědí respondentů považovat za validní.

Má veganství vliv na sociální život jedince?

Výsledky analýzy ukazují, že existuje vliv veganství na sociální život jedince. Ovlivnění se odehrává jak v oblasti rodiny, kde jsou nejvíce vystavováni předsudkům a nátlaku, tak v oblasti sociálních okruhů respondentů, dále také v oblasti partnerských vztahů a mimo jiné dostává veganství respondenty do různých nepříjemných situací. Tento vliv jsem potvrdila na základě platnosti čtyř výše uvedených tvrzení, jenž každou jednotlivě sytlo přibližně 5 až 6 otázek.

¹² <http://www.lunduniversity.lu.se/article/four-lifestyle-choices-most-reduce-your-carbon-footprint>

Závěr

Cílem bakalářské práce *Vliv veganství na sociální život jedince* bylo objasnění a kontextualizace životních situací, které přináší diverzita životních stylů a stravování. Práce zkoumala motivy změn postojů hodnot a preferencí aktérů, kteří se stali vegany, ve vztahu k zájmu o životní prostředí, etiku, a související sociální otázky a vztahy. Hlavním předmětem zkoumání byl, jak je již z názvu práce patrné, vliv veganství na sociální život jedince.

První kapitola práce se zabývá teoretickým ukotvením samotného pojmu veganství, popisu sociálních aspektů veganství, definicí veganství jako (nového) sociálního a lifestyleového hnutí a uvedení funkcí internetu v rámci veganství. S životem veganů se váží předsudky a stereotypy, o kterých se v teoretické části zmiňuji také a v souvislosti nastiňuji termín sociální kontroly a příklady nepříjemných situací. V závěru této části odkazuji na již provedené výzkumy a jejich poznatky o problému.

Další kapitolou práce je metodologie, ve které jsem formulovala výzkumné cíle a otázky výzkumu, metodu sběru dat, tvorbu a distribuci dotazníku, limity výzkumu a na konec metody zpracování a analýzy dat včetně popisu výzkumného vzorku. Výzkumu se zúčastnilo 504 respondentů. Co se týká inspirace k přechodu na veganství, nejčastější byla pro respondenty inspirace na základě svých vlastních myšlenek, což ukazuje, že samostatné uvažování o problému je pro respondenty zásadní, a vede k následnému přechodu na rostlinnou stravu zejména z etických, ekologických a zdravotních důvodů.

V analytické části jsem prezentovala a interpretovala získané výsledky z dotazníků. Výzkum byl členěn do 4 částí, z nichž se každá zabývala určitou dimenzí. První zkoumanou dimenzí bylo prostředí rodiny a pocitu tlaku uvnitř tohoto zázemí. Tvrzení neslo název: „Vegani jsou vystavováni předsudkům (nátlaku) především v rodinném zázemí.“ Na základě analýzy odpovědí na otázky, které byly obsahem tohoto tvrzení, byla jeho platnost potvrzena. Ukázalo se, že přechod respondentů na veganství hodnotí rodina neutrálně až negativně a vyjadřuje nejčastěji předsudky a obavy o zdraví respondentů. I přes to, že bychom očekávali, že rodina bude zázemím, kde bude docházet především k podpoře životních rozhodnutí, je právě rodina prostředím spíše náchylnějším k negativnímu hodnocení rozhodnutí přechodu na veganství. Všeobecně můžeme potvrdit existenci vlivu veganství na rodinné vztahy.

Druhá dimenze se týkala sociálního okruhu respondenta a byla formulovaná tvrzením „Po přechodu na veganství se změní sociální okruh respondenta.“ Z odpovědí na otázky zaměřené na sociální okruh vyplývá, že i přes spíše pozitivní přístup přátel respondenti vyhledávají nové, veganské přátele. Co se týká bariéry mezi starými přáteli, značná část respondentů uvedla, že ji pociťuje a na základě této bariéry vyhledává nové, veganské přátele. V rámci trávení volného času a již zmíněného vyhledávání přátel byly vytvořeny dvě skupiny respondentů, a to jedna, která tuto skutečnost řeší, tzn. že dává přednost při trávení volného času veganům a vyhledává nové přátele a druhá, která to naopak vůbec neřeší. Celkově však nebylo prokázáno, že by se okruh přátel změnil. I přes to v návaznosti na uvedené odpovědi potvrzují vliv veganství na sociální okruh respondenta.

Třetím tvrzením bylo „Veganství ovlivňuje partnerské vztahy“. Pro většinu respondentů je veganství způsob života založený na lásce a empatii ke zvířatům, a tak je pochopitelné, že po svém boku upřednostňují partnera, který zvířata či jejich produkty spíše nekonzumuje a uznává stejné hodnoty. Jsou ovšem schopni být s někým, kdo vegan není. Pokud respondenti plánují potomky, předpokládají, že je budou vychovávat vegansky, značná část respondentů však budoucí potomky vůbec neplánuje, což může být zapříčiněno snahou o udržitelnější život. Na základě odpovědí v rámci tohoto tvrzení můžeme potvrdit existenci vlivu veganství na partnerské vztahy.

Poslední, čtvrté tvrzení bylo definováno jako: „Veganství dostává respondenta do nepříjemných situací.“ Tyto situace zahrnují především prostředí restaurace, ale také rodiny, ve kterém se respondenti setkávají nejčastěji s předsudky. Dle odpovědí na otázky zahrnující nepříjemné situace lze říct, že se vegani s takovými situacemi setkávají běžně a tím pádem lze také potvrdit platnost tohoto tvrzení.

Práce potvrdila vliv veganství na sociální život jedince a přinesla doplnění stávající sociologické debaty z hlediska zasazení do struktury sociálních vztahů a vytváření skupinové příslušnosti, zohlednila zasazení tématu do sociologie sociálních hnutí, a přinesla nová data a údaje o společnosti veganů. Pro sociologii by tento výzkum mohl být význačný především v rámci sociálních vztahů a hnutí a vytváření skupinové příslušnosti. Mimo jiné může sloužit k objasnění nepřesných představ ohledně veganství a podněcovat výzkumníky pro další výzkumy v rámci veganství. Pro hlubší zkoumání problematiky bych navrhovala využít kvalitativního výzkumu v rámci témat, které nelze na základě dotazníkového šetření získat.

Summary

The aim of the bachelor's thesis *The Influence of Veganism on the Social Life of an Individual* was to clarify and contextualize life situations brought about by the diversity of lifestyles and diets. The work examined the motives for changes in the attitudes of values and preferences of actors who became vegans, in relation to the interest in the environment, ethics, and related social issues and relationships. The main subject of the research was, as the title of the thesis shows, the influence of veganism on the social life of an individual.

The first chapter deals with the theoretical anchoring of the concept of veganism, a description of the social aspects of veganism, the definition of veganism as a (new) social and lifestyle movement and the introduction of the functions of the internet within veganism. Prejudices and stereotypes are associated with the life of vegans, which I also mention in the theoretical part and in connection with the term social control and examples of unpleasant situations. At the end of this section, I refer to the research already done and their findings on the problem.

The next chapter is the methodology in which I formulated research goals and research questions, the method of data collection, creation and distribution of the questionnaire, research limits and finally the method of data processing and analysis, including a description of the research sample. The study involved 504 respondents. Regarding the inspiration to switch to veganism, the most common for respondents was inspiration based on their own ideas, which shows that independent thinking about the problem is essential for respondents and leads to the subsequent transition to a plant-based diet mainly for ethical, environmental and health reasons.

In the analytical part, I presented and interpreted the results obtained from the questionnaires. The research was divided into 4 parts, each of which dealt with a certain dimension. The first dimension examined was the environment of the family and the feeling of pressure inside this background. The statement was entitled as: "Vegans are exposed to prejudice (pressure) mainly in the family background." Based on the analysis of the answers to the questions that were the content of this statement, its validity was confirmed. It turned out that the transition of respondents to veganism is assessed by the family as neutral or rather negative and most often expresses prejudices and concerns about the health of respondents. Despite the fact that we would expect the family to be more of a background where life decisions will be supported, the

family is an environment more prone to a negative evaluation of the decision to switch to veganism. In general, we can confirm the existence of the influence of veganism on family relationships.

The second dimension concerned the social circle of the respondent and was formulated with the statement "After the transition to veganism, the social circle of the respondent will change." As for the barrier between old friends, a large number of respondents said they felt it and were looking for new, vegan friends based on this barrier. As part of spending free time and the already mentioned search for friends, two groups of respondents were created, one of which addresses this fact, ie. that they prefer vegans to spend their free time with and makes new friends and another who don't care about it at all. Overall, however, it has not been proven that the circle of friends has changed. Nevertheless, following the above answers, I confirm this statement.

The third statement was "Veganism affects partnerships." For most respondents, veganism is a way of life based on love and empathy for animals, so it is understandable that they prefer a partner who does not consume animals or their products and recognizes the same values. However, they are able to be with someone who is not vegan. If respondents plan to have children, they assume that they will raise them vegan, but a significant proportion of respondents do not plan future children at all, which may be due to the pursuit of a more sustainable life. Based on the answers to this statement, we can confirm the existence of the influence of veganism on partnerships.

The last, fourth statement was defined as: "Veganism puts the respondent in unpleasant situations." These situations mainly involve the environment of the restaurant, but also the family, in which the respondents also encounter prejudices most often. According to the answers to the questions involving unpleasant situations, it can be said that vegans encounter such situations on a regular basis, and thus the validity of this statement can also be confirmed.

The work confirmed the influence of veganism on the social life of an individual and complemented the existing sociological debate in terms of inclusion in the structure of social relations and the creation of group affiliation, took into account the inclusion of the topic in the sociology of social movements, and brought new data and data on the society of vegans. For sociology, this research could be significant especially in the context of social relations and

movements and the creation of group affiliation. Among other things, it can serve to clarify inaccurate ideas about veganism and encourage researchers to further research in veganism. For a deeper examination of the issue, I would suggest using qualitative research in the context of topics that cannot be obtained on the basis of a questionnaire survey.

Použitá literatura

BRESNAHAN, M., ZHUANG, J., ZHU, X. Why is the vegan line in the dining hall always the shortest? Understanding vegan stigma. *Stigma and Health*, 2016, 1(1), str. 3- 15.

COLE, Matthew a Karen MORGAN. Vegaphobia: derogatory discourses of veganism and the reproduction of speciesism in UK national newspapers1. *The British Journal of Sociology* [online]. 2011, 62(1), 134-153 [cit. 2016-04-04]. DOI: 10.1111/j.1468-4446.2010.01348.x. ISSN 00071315. Dostupné z: <http://doi.wiley.com/10.1111/j.1468-4446.2010.01348.x>

DANELIAN, L. 1992 'Interest Groups in the News' in J. D. Kennamer (ed) *Public Opinion, the Press, and Public Policy*, Westport, CT: Praeger.

DIANI, Mario. The concept of social movement. *The Sociological Review*. Roč. 1992, čís. 40, s. 13.

DVOŘÁKOVÁ – JANŮ, V. Lidé a jídlo. 1. vydání. Praha: ISV, 1999. 182 s. ISBN 8085866412.

EMIRBAYER, Mustafa a. GOODWIN, Jeff. 1994. Network analysis, culture, and the problem of agency. *American Journal of Sociology*. 99(6), 1411–1454. ISSN 0002-9602.

HAENFLER, R., JOHNSON, B., JONES, E. (2012). *Lifestyle Movements: Exploring The Intersection of Lifestyle and Social Movement in The Voluntary Simplicity and Social Responsibility Movements*. *Social Movement Studies*. 11, 1-20.

HLAVOVÁ, Karla. 2021 *Média, sociální média a sociální hnutí*. Seminární práce na Univerzitě Karlově, Praha

CHERRY, Elizabeth. 2003. "It's Not Just a Diet: Identity, Commitment, and Social Networks in Vegans." MA Thesis: University of Georgia.

CHERRY, Elizabeth. 2006. Veganism as a Cultural Movement: A Relational Approach. *Social Movement Studies*. 5(2), 155–170. ISSN 14742830600807543. ISSN 1474-2837.

CHERRY, Elizabeth. 2015. I Was a Teenage Vegan: Motivation and Maintenance of Lifestyle Movements. *Sociological Inquiry*. 85(1), 55–74. DOI 10.1111/12061

JANDOUREK, Jan. *Sociologický slovník [Jandourek, 2001]*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001. 285 s. ISBN 80-7178-535-0.

KULHAVÝ, J. Vegetariánské hnutí v České republice a v Církvi adventistů sedmého dne. Závěrečná práce. Teologický seminář Církve adventistů sedmého dne, 2007. 86 s. Vedoucí práce: Roman Mach.

KUŘÍK, SLAČÁLEK, CHARVÁT (2018): *Úvod: Mládež, hudba, politika. Jak zkoumáme politizaci subkulturních scén?* In: Kuřík, Charvát a kol.: *Mikrofon je naše bomba: Politika a hudební subkultury mládeže v postsocialistickém Česku*. Praha: Togga, str. 11-59.

MACINNIS, C. HODSON, G. *Evidence of bias toward vegetarians and vegans from both source and target* [online]. 2015. s. 721-744 [cit. 10-06-2018] SAGE journals. Dostupné z: <http://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1368430215618253>

MACEK, J. (2011): *Úvod do nových médií*. Ostravská univerzita v Ostravě.

MARX, Gary a. McADAM, Douglas. 1994. *Collective Behavior and Social Movements: Process and Structure*. NJ, Upper Saddle River : Prentice Hall. 160 s. ISBN 978- 0131421004

MAURER, D.. (2002). *Vegetarianism: Movement Or Moment: Promoting A Lifestyle For Cult Change*. Temple University Press. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/j.ctt14bt0z5>

MEDŘICKÁ, J. *Psychologické a sociální aspekty vegetariánství*. Praha: 2008. Diplomová práce na Filosofické fakultě Univerzity Karlovy na katedře psychologie. Vedoucí práce: Tamara Hrachovinová.

PETRUSEK Miloslav, MAŘÍKOVÁ, Hana, Alena VODÁKOVÁ a kolektiv. *Velký sociologický slovník*. 1. Praha: Karolinum, 1996, s. 965. ISBN 8071843105

POSTMES T., BRUNSTING S. *Collective Action in the Age of the Internet Mass Communication and Online Mobilization*. *Social Science ComputerReview*, Vol. 20 No. 3, Fall 2002 290-301.

RATHOUSOVÁ, Karolína. *Eko průvodce, aneb, Planetu B nemáme*. Praha: Karolína Rathousová, 2019. ISBN 978-80-270-7013-8.

SHARMA, G. *Pros and cons of different sampling techniques*. 2017, India: International Journal of Applied Research

TAFT, C. (2013). *Mom, Dad, I'm Vegan: A Guide for Understanding Your Vegan Family Member*. Massachusetts: Vegan Publisher.

VESER, P., TAYLOR, K. and SINGER, S. (2015), „Diet, authoritarianism, social dominance orientation, and predisposition to prejudice . Results of a German survey“, *British Food Journal*, Vol. 117 No. 7, pp. 1949-1960.

ZNEBEJÁNEK, František. 1997. *Sociální hnutí*. Praha: Sociologické nakladatelství. 175 s. ISBN 80-85850-31-1.

Internetové zdroje:

ČESKÁ VEGANSKÁ ASOCIACE (nedat.). 2016. O projektu. [cit. 2017-04-01]. Dostupné z: <http://www.veganskaasociace.cz/index.php>.

Desetina Čechů preferuje stravu s vyloučením či omezením masa | Ipsos. Redirecting to <https://www.ipsos.com/en> [online]. Copyright © 2016 [cit. 03.05.2021]. Dostupné z: <https://www.ipsos.com/cs-cz/desetina-cechu-preferuje-stravu-s-vyloucenim-ci-omezenim-masa>

Research For Effective Animal Advocacy - Faunalytics [online]. Copyright © [cit. 03.05.2021]. Dostupné z: https://faunalytics.org/wp-content/uploads/2015/06/Faunalytics_Current-Former-Vegetarians_Full-Report.pdf

The four lifestyle choices that most reduce your carbon footprint | Lund University. Home | Lund University [online]. Dostupné z: <http://www.lunduniversity.lu.se/article/four-lifestyle-choices-most-reduce-your-carbon-footprint>

The Vegan Society: *History*. [online]. [cit. 2016-01-10]. Dostupné z: <https://www.vegansociety.com/about-us/history>

What You Need to Know About Following a Vegan Eating Plan - Unlock Food. [online]. Copyright © [cit. 03.05.2021]. Dostupné z: <https://www.unlockfood.ca/en/Articles/Vegetarian-and-Vegan-Diets/What-You-Need-to-Know-About-Following-a-Vegan-Eati.aspx>

Teze bakalářské práce

Institut sociologických studií

Jméno studentky: Karla Hlavová

Vedoucí práce: Mgr. Václav Orcígr

Akademický rok vypsání: 2020/2021

Typ práce: Bakalářská práce

Jazyk práce: český jazyk

Předpokládaný název práce v českém jazyce: Vliv veganství na sociální život jedince

Předpokládaný název v anglickém jazyce: The influence of veganism on the social life of an individual

Vymezení tématu a vstupní diskuze:

Bakalářská práce se zaměří na vliv veganství na sociální život jedince (volbu partnera, reakce rodiny, nejbližších přátel a okolí). Práce bude zkoumat motivy změn postojů hodnot a preferencí aktérů, kteří se stali vegany, ve vztahu k zájmu o životní prostředí, etice, a souvisejícím sociálním otázkám a vztahům. Veganství se stává narůstajícím fenoménem, do kterého začíná spadat čím dál větší skupina lidí napříč věkovým i genderovým spektrem. Realizovaný výzkum chce objasnit a kontextualizovat životní situace, které přináší diverzita životních stylů a stravování. Již provedené výzkumy týkající se této problematiky pojednávají primárně o zdravotních aspektech a účincích, co však chybí je například seskupování veganů pomocí modelů, jaké byli podněcující činitele pro rozhodnutí se pro změnu a přechod na rostlinnou stravu či pokud dochází k znevýhodňování jedince. Cara C. Macinnis a Gordon Hodson ve studii „Evidence of bias toward vegetarians and vegans from both source and target“ provedli výzkum týkající se předsudků o veganství a vegetariánství. Studie prokázala, že lidé konzumující maso mají více předsudků vůči veganům, kteří jsou v pozici menšiny než proti jiným skupinám, které typicky bývají terčem předsudků. Práce přinese doplnění stávající sociologické debatě z hlediska zasazení do struktury sociálních vztahů a vytváření skupinové příslušnosti, zohlední zasazení tématu do environmentální sociologie a sociologie sociálních hnutí, a přinese i nová data pro specifické prostředí post-socialismu, ve kterém se environmentální spotřeba prosazuje v odlišných podmínkách než tradičně analyzovaných euro-

amerických prostředích. Mimo jiné může sloužit k podněcování výzkumníků pro další výzkumy v rámci veganství.

Předpokládané metody zpracování práce:

V první části se práce zaměří na definici hlavních pojmů s pomocí odborné literatury, s důrazem na vymezení veganství a co vše obnáší, druhá, empirická část se kvantitativně formou standardizovaného dotazníku zaměří na cílový vzorek), a to jedince, kteří se stravují vegansky. Kvantitativní metoda umožní zohlednit různé dimenze motivací, očekávání i sociálních vztahů u rozmanité a široké sociální skupiny. Sběr respondentů bude probíhat na sociálních sítích a zájmových internetových fórech. Získaná data budou analyzována kódováním dotazníků a jejich následným vyhodnocením pomocí statistického programu SPSS.

Výzkumneá otázka:

Má způsob stravování se (veganství) vliv na sociální život respondentů?

Předpokládaná struktura práce:

- 1 Úvod
- 2 Teoretické ukotvení
- 3 Cíle a výzkumné otázky
- 4 Kvantitativní výzkum
- 5 Závěr, hlavní zjištění

Klíčová slova v českém jazyce: veganství, hodnoty, sociální život, environmentální sociologie, vztahy

Klíčová slova v anglickém jazyce: veganism, values, social life, environmental sociology, relationships

Přehled předpokládaných zdrojů:

- 1 BELL, MICHAEL and ASHWOOD, LOKA L, [2015], An invitation to environmental sociology.
- 2 CHERRY, Elizabeth. 2015. I Was a Teenage Vegan: Motivation and Maintenance of Lifestyle Movements. *Sociological Inquiry*. 85(1), 55–74. DOI 10.1111/12061

- 3 CHERRY, Elizabeth. 2006. Veganism as a Cultural Movement: A Relational Approach. *Social Movement Studies*. 5(2), 155–170. ISSN 14742830600807543. ISSN 1474-2837.
- 4 Christel L. Larsson, et al. Veganism as status passage: The process of becoming a vegan among youths in Sweden. *Appetite* 41.1 (2003): 61-67.
- 5 COLE, M. 2008. Asceticism and hedonism in research discourses of veg*anism', *British Food Journal* 110(7): 706–16.
- 6 EDER, KLAUS, 1993, *New Politics of Class: Social Movements and Cultural Dynamics in Advanced Societies (Theory, culture & society)*. Sage Publications.
- 7 FOX, Nick a. WARD, Katie. 2008. You are what you eat? Vegetarianism, health and identity. *Social Science & Medicie*. 66, 2585–2595. ISSN 0277-9536.
- 8 JACKSON, Eve. 2004. *Jídlo a proměna: Symbolika jídla ve snech, pohádkách a mýtech*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka. 138 s. ISBN 80-85880-37-7.
- 9 TAFT, C. (2013). *Mom, Dad, I'm Vegan: A Guide for Understanding Your Vegan Family Member*. Massachusetts: Vegan Publisher.
- 10 ZNEBEJÁNEK, František. 1997. *Sociální hnutí*. Praha: Sociologické nakladatelství. 175 s. ISBN 80-85850-31-1.

Seznam příloh:

Vzor dotazníku