

Міністерство освіти і науки України
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
Факультет соціології
Кафедра соціальних структур та соціальних відносин

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему:

«ВЕГЕТАРІАНСТВО ЯК СТИЛЄЖИТТЄВА ПРАКТИКА: КУЛЬТУРНІ РЕПЕРТУАРИ І ПРИЧИНИ ВИБОРУ»

Спеціальність: 054 «Соціологія»
Освітня програма: «Соціологія»
Освітній ступінь: бакалавр
Кваліфікація: бакалавр соціології

Авторка:
Пех Яніна Олегівна,
студентка 4 курсу

Наукова керівниця:
Куценко Ольга Дмитрівна,
доктор соціологічних наук, професор.

Бакалаврська робота допущена до захисту
рішенням кафедри соціальних структур та соціальних відносин

Протокол No _____ від «____» _____ 2021р.
Зав. кафедри _____ доц. Мазурик О.В.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. СТАН ТА РОЗРОБЛЕНІСТЬ ПРОБЛЕМАТИКИ ВЕГЕТАРІАНСТВА.....	6
1.1 Дефініція поняття та соціально-історичний контекст проявів феномену вегетаріанства	6
1.2 Динаміка практик вегетаріанства в сучасному світі	8
1.3 Аналітичний огляд стану досліджень вегетаріанства як практики харчування	11
Висновки до першого розділу	21
РОЗДІЛ 2. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЕГЕТАРІАНСТВА ЯК СТИЛЄЖИТТЄВОЇ ПРАКТИКИ.....	23
2.1 Вегетаріанство крізь призму концепції соціального розрізнення, стилів життя і практик П.Бурдьє	23
2.2 Теоретичний аналіз вегетаріанства як споживацьких, гастрономічних, культурних і сакральних практик.....	29
2.3 Причинна теоретична модель вегетаріанства як стилєжиттєвої практики.	38
Висновки до другого розділу.....	45
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КУЛЬТУРНИХ РЕПЕРТУАРІВ ВЕГЕТАРІАНСТВА ЯК СТИЛЮ ЖИТТЯ.....	48
3.1 Програмні засади дослідження.....	48
3.2 Результати дослідження та їх обговорення.....	58
Висновки до третього розділу	69
ВИСНОВКИ.....	72
ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	75
Додатки	82

Додаток А.....	82
Додаток Б.....	85
Додаток В.....	88
Додаток Г.....	90
Додаток Г.....	93
Додаток Д.....	95
Додаток Е.....	97
Додаток Є.....	100
Додаток Ж.....	103
Додаток З.....	105
Додаток И.....	108

ВСТУП

Вегетаріанство як особлива практика споживання та соціальний феномен з кожним роком набуває свого поширення. Прихильників такого способу життя стає все більше [Проект “Здорово Їмо”, 2020]. І у свою чергу, у кваліфікаційній роботі я хочу з’ясувати соціальні чинники вибору вегетаріанства, крізь призму культурних репертуарів. Чому люди перестають споживати м’ясо та переходять на рослинний спосіб споживання, що є основними чинниками мотивації, яким чином дослідники вивчають даний феномен? Все це вкрай актуальні запитання, що стосуються даної проблематики.

Актуальність даної роботи в її онтологічному аспекті полягає у збільшенні уваги в сучасних високотехнологізованих суспільствах до екологічної проблематики в її різних вимірах: від проблем клімату, збереження природнього середовища до фізичного, психічного, ментального та соціального здоров’я людини. Поширення практик вегетаріанства в сучасних суспільствах може бути відповіддю людини як на екологічні виклики, так і на виклики власного стану здоров’я або економічні проблеми домогосподарства, як проявом усвідомленого ставлення до такої практики, як відповіді на різні типи викликів, так і проявом символічної боротьби за соціальні статуси за допомогою таких практик: посилення власної ідентичності, слідування цінностям, традиціям, релігійним заборонам тощо. Існує нестача досліджень сучасного українського вегетаріанства крізь призму соціологічних теорій та практик. Дуже мало відомо про те, як і чому люди стають вегетаріанцями, як це пов’язано з соціальною структурою і можливими культурними змінами у способах життя. На фоні стрімкого росту вегетаріанських закладів харчування, магазинів, груп ініціатив, як реальних так і номінальних, вивчення даної теми постає важливим.

Багато інформації стосовно вегетаріанської дієти можна прочитати в зарубіжних фахових медичних виданнях. Західними медиками та науковцями активно вивчається вплив на здоров’я людини вегетаріанської дієти [American

Dietetic Association, 2003; Craig, 2009]. Також, доволі розвиненою стороною вивчення вегетаріанства є дослідження відмови від м'яса та впливу на екологію та екосистему в цілому. На жаль, набагато менше досліджень, які б пов'язували соціологічну теорію та феномен вегетаріанства як стилю життя. На жаль, набагато менше досліджень, які б пов'язували прояви практик вегетаріанства із добровільним або вимушеним вибором стилю життя, їх соціокультурними і структурними обумовленостями. Чому люди відмовляються від споживання м'яса та пов'язані з цим причини, Чи існує зв'язок між практикуванням вегетаріанства та соціогруповими характеристиками його суб'єктів (соціально-демографічними, економічними, професійними, соціокультурними, статусними, класовими)? Які наслідки для здоров'я суспільства та його екології має поширення вегетаріанства? А також, які наслідки для суспільства в цілому має існування вегетаріанців, як окремої групи, що практикує такий спосіб життя.

Окрім цього, вивчення даного феномену в контексті мотивацій споживачів може допомогти підприємцям, які прагнуть мати свою справу та працювати у «вегетаріанській» сфері, а також рекламістам та маркетологам задля ефективного поширення товарів на дану групу людей. Таким чином, це засвідчує практичну значимість даної роботи.

Мета: виявлення чинників і мотивів вибору вегетаріанства як стилю життя, виокремлення зразків поведінки та варіативності індивідуального вибору осіб, що практикують вегетаріанство, крізь призму культурних репертуарів.

Завдання:

1. Окреслити витоки вегетаріанства та здійснити термінологічний огляд поняття «вегетаріанства».
2. На підставі вторинного аналізу спеціальної літератури оцінити динаміку практик вегетаріанства в сучасному світі.

3. На основі аналізу спеціальної літератури визначити стан дослідження вегетаріанства в соціальних науках
4. Здійснити концептуалізацію поняття вегетаріанства як стилізованої практики на засадах теорії соціального розрізнення і практик П. Бурдьє.
5. З опорою на концептуальні розробки теорій демонстративного споживання (Т. Веблен), моди (Г. Зіммель), смаків-габітусів-практик (П. Бурдьє), культурних репертуарів, культурних і сакральних практик (Е. Лич) уточнити концептуальну модель вегетаріанства як культурної, гастрономічної практики, практики споживання і харчування.
6. В межах визначених концептуальних засад і вторинного аналізу результатів наявних досліджень визначити теоретичну модель чинників вибору вегетаріанства з врахуванням культурних репертуарів суб'єктів практик.
7. Застосувати розроблену теоретичну модель в пілотажному емпіричному дослідженні причин та мотивацій вибору вегетаріанства як стилю життя в залежності від культурних репертуарів.
8. За результатами пілотажного дослідження уточнити теоретичну модель та зробити узагальнення щодо напрямків подальших досліджень вегетаріанства засобами соціології.

Об'єкт: вегетаріанство як соціальний феномен.

Предмет: соціальні фактори і мотиви вибору вегетаріанства як стилю життя.

РОЗДІЛ 1. СТАН ТА РОЗРОБЛЕНІСТЬ ПРОБЛЕМАТИКИ ВЕГЕТАРІАНСТВА

1.1 Дефініція поняття та соціально-історичний контекст проявів феномену вегетаріанства

Варто почати з того, що проблема вегетаріанства у соціології відноситься до соціології повсякденності, а зокрема, до соціології харчування. Саме харчування постає обов'язковим компонентом системи соціальних відносин, що знаходиться під впливом сучасних викликів та вразливостей сучасного світу. Їжа, а також пов'язані із нею практики, що стосуються споживання їжі, які демонструють процесуальну або комунікативну сторону процесів соціального споживання постають важливими складовими соціальних відносин. Їжа, в свою чергу, одна з складових структурної організації життя сучасної людини. Конкретна система харчування має свій вплив та значення в суспільстві, а саме: може спричиняти соціальне напруження серед населення, підвищувати рівень очікувань, формувати нові практики та ризики, що сприятимуть виробництву та розподілу ресурсів.

Щодо вегетаріанства, то перш за все, варто окреслити саме визначення даного поняття, адже воно вкрай необхідне для подальшого аналізу та розуміння в рамках дипломної роботи. Більшість сприймає вегетаріанство як відмову від м'яса, не вникаючи в саму суть і зміст даного визначення. Проте, існує безліч течій і підвидів цього феномену. Сам термін «вегетаріанство» виник у Англії засновниками «Британської вегетаріанської спілки» у 1842 р. і походить від латинського слова «Vegetus», що має значення міцний, свіжий, здоровий. Товариство було засноване 140 особами і до 1853 р. налічувало 889 членів. Багато з них вірили у просте життя та "чисту" їжу, гуманістичні ідеали та суворі моральні принципи [Gregory, 2007]. Згідно ж визначенню найстаршої у світі вегетаріанської організації – Vegetarian Society, вегетаріанство визначається як «спосіб харчування, при якому людина не вживає м'ясо, птицю, рибу, морепродукти, а також (іноді) яйця, молоко [Vegetarian Society]. International Vegetarian Union – найбільше об'єднання вегетаріанців по всьому

світу визначає вегетаріанство як раціон продуктів, отриманих з рослин, з молочними продуктами, яйцями та / або медом або без них [International Vegetarian Union] З кінця XIX століття в Індії слово "вегетаріанське" стало загальноприєднаним до традиційної індуїстської / джаїнської дієти, яка "з коров'ячим молоком", але "без яєць". Таке розуміння використовують багато етнічних індійців у всьому світі. З кінця XX століття більшість організацій Північної Америки, які називають себе "вегетаріанськими", пропагують дієту, повністю виведену з рослин (тобто без яєць та (або) молочних продуктів). З моменту заснування в 1974 р. Північноамериканське вегетаріанське товариство назвало це "цілком вегетаріанським". Слід виокремлювати також «веганство», як підвид і дещо вужче поняття вегетаріанства, яке на загал не передбачає вживання не лише м'яса, але й похідних від нього продуктів (молока, сиру, меду, тощо). Проте, у роботі братимуться до уваги вегетаріанці в широкому значенні і віднесення до них усіх інших підвидів, які існують.

Ідеї, на яких базується вегетаріанство виникли близько 500-600 років до н.е.. Втім, на даний момент, саме Індія посідає чільне місце серед вегетаріанців, адже саме там відсоток споживання м'яса залишається одним з найменших у світі: до 5 кг на одну людину, в той час, як в США цей показник становить близько 100 кг [Meat Consumption Person, 2007].

Популярність вегетаріанства росла в XX - му столітті в результаті харчових, етичних, екологічних і економічних проблем. До 1914 р. вегетаріанське товариство існувало майже в кожній країні Європи та в багатьох інших країнах світу. У 1916 р. повинен був відбувся конгрес у Парижі, проте до 1916, по причині Першої світової війни, «відмовників за ідейними міркуваннями», до яких належали тисячі вегетаріанців Європи, було ув'язнено або страчено за відмову воювати одне з одним. Протягом кількох років після революції 1917 р. Вегетаріанство було оголошено незаконним у Радянській Росії, десятки вегетаріанських товариств та ресторанів були закриті [History of the International Vegetarian Union]. Потужне відродження вегетаріанства спостерігається наприкінці XX століття.

1.2 Динаміка практик вегетаріанства в сучасному світі

Одним з найбільших та найзначиміших вегетаріанських об'єднань залишається International Vegetarian Union [IVU]. Це глобальне об'єднання поєднує безліч країн більше ніж 100 років поспіль. Метою IVU є розвиток глобальної мережі незалежних вегетаріанських організацій. На веб-сайті IVU є безліч інформації: починаючи від історії об'єднання до порад стосовно пошуку готелів та ресторанів для вегетаріанців.

Наступним постає «The Vegetarian Society», що було засновано у Британії 1847 року. Протягом ХХ століття діяльність Товариства була зосереджена насамперед на державній освіті. Виконуючи цю місію, товариство співпрацювало з іншими громадськими групами, щоб просвітити громадськість про користь здорового харчування. До відомих членів Вегетаріанського товариства ввійшли Пітер Кушинг, Генрі Стівенс Солт, Ісаак Пітман, Джорджа Фокс, Джордж Бернар Шоу, Махатма Ганді, Пол, Лінда, Стелла Маккартні та Джером Флін.

Ще одним таким товариством постає «The Vegan Society» (Веганське товариство) – зареєстроване благодійне та найдавніше веганське товариство у світі, засноване у Великобританії у листопаді 1944 року Дональдом Уотсоном та його дружиною Дороті разом із чотирма друзями. [Rodger, 2002]. До того ж, заснування Веганського товариства відзначається щорічно 1 листопада як Всесвітній день веганства. Згідно порталу «TheVegansociety.com», товариство займається інформаційною діяльністю: надає інформацію про всі аспекти життя веганів, ключові факти про те, як і навіщо ставати веганом. Цікавим є той факт, що The Vegan Society реєструє веганські товари за допомогою своєї торгової марки Vegan і тим самим забезпечує, що всі продукти та їх похідні, які зареєстровані, не містять тваринних інгредієнтів та тестування на тваринах. Окрім цього, товариство публікує кварталний журнал і надсилає безкоштовно для всіх своїх учасників.

Одним з найбільших американських вегетаріанських товариств постає Північноамериканське вегетаріанське товариство (NAVS), що було засноване у 1974 році. Мета товариства полягає у створенні мережі підтримки для членів товариства та вегетаріанців загалом, а також інформуванні громадськості про те, як вегетаріанство приносить користь людям, тваринам та землі. [NAVS].

Щорічно у світі відбуваються тисячі досліджень стосовно чисельності вегетаріанців у світі, але складністю є те, що не всі країни приймають участь у таких дослідженнях, тому важко скласти цілісну картину розподілу по усіх країнах за якийсь конкретний рік. Останній звіт «Євромонітор» щодо глобальних споживчих тенденцій [Euromonitor International, 2019] засвідчує, що ця тенденція не обмежується багатими країнами, як США. У багатьох регіонах, що розвиваються, вегетаріанство також стає все більш популярним, особливо серед молоді, міського населення, середнього та високого доходу. Однак, якими є причини такого поширення? Чи вегетаріанство є вільним вибором стилей життя людей в цих країнах?

Найбільш вегетаріанською країною постає Індія. Вона займає чільні позиції десятки років і згідно даним 2014 року там налічується 31% вегетаріанців [Census, 2014]. А якщо оцінювати країни з найменшим відсотком вегетаріанців, то сюди можна віднести Португалію – 1,2% [Centrovegetariano, 2017], Таїланд 3,3%, Росію – 4% [Исследовательский центр портала “Superjob.ru.”, 2013]. Сюди ж можна віднести і США, де серед такої великої кількості населення від 5% – 8% є вегетаріанцями [Reinhart, 2018], адже споживання м'яса є одним з найвищих у світі.

Що стосується сучасного стану вегетаріанства в Україні, то існує велика кількість вегетаріанських та зоозахисних організацій. Наприклад, великою зоозахисною організацією є «Відкриті клітки» [ГО “Відкриті Клітки”], яка була створена у 2017 р. з ініціативою «зміцнення захисту прав тварин, що перебувають на промислових фермах» [ГО “Відкриті Клітки”]. Хоча, основною метою організації є захист тварин, а не вегетаріанство, як основний спосіб

життя, але за сприяння цієї організації було проведене масове всеукраїнське дослідження спільно з КМІС стосовно кількості вегетаріанців в Україні, які виявили, що в Україні, станом на 2017 рік існує 5.2% вегетаріанців [Омнібус, 2017]. Також дана організація всіляко підтримує вегетаріанців своїми дописами у соціальних мережах та власному веб-сайті, поширює інформацію про рослинну дієту, підтримує вегетаріанські челенжі та інформує про жорстоке поводження з тваринами.

У 2019 році було проведено повторне соціологічне дослідження КМІСу спільно з ГО «Відкриті клітки», згідно якому, за останні 2 роки чисельність вегетаріанців зросла до 7,1% у 2019, що демонструє факт ще більшої зацікавленості у даній тематиці, особливо зважаючи на таке підвищення у 1,9% за 2 роки [Омнібус, 2019].

Найновішим дослідженням в Україні є минулорічне дослідження (2020 року), яке також провів КМІС на замовлення «UA Plant-Based» серед 2 тис. українців віком від 18 до 45 років. Методом дослідження стало самостійне заповнення онлайн анкети респондентом на онлайн панелі «INPOLL». В результатах дослідження йдеться про наступне: «За даними дослідження, станом на жовтень 2020 року 11% населення (понад 4,5 млн) вже відмовилися від вживання м'яса, а 2% не вживають жодних продуктів тваринного походження. Такі показники зростатимуть, адже 30% людей зізнаються, що зацікавлені у рослинних альтернативах м'яса, і 27% повідомили, що протягом останнього часу стали вживати менше продуктів тваринного походження, керуючись власним свідомим вибором.» [пр. “Здорово Їмо”, 2020] Тому, можна вважати, що наразі в Україні 13% вегетаріанців сумарно, якщо додати вегетаріанців і веганців.

Варто зазначити, що в Україні за останній рік навіть компанії-гіганти, як от «АВК» почали виготовляти аналоги м'ясу на рослинній основі. А рослинне молоко «Ідеаль Немолоко» українського виробництва, що є аналогом коров'ячому молоку на рослинній основі, можна легко знайти у будь-якому

супермаркеті України. Такий тренд підхопили і інші компанії, наприклад, «Eat Me At», які займаються виготовленням рослинного м'яса. Тож, варто очікувати, що в найближчому часі, тренд вегетаріанства тільки набиратиме обертів в Україні.

Світ трансформується і задля того, щоб об'єднатись однодумцям, людям із спільними баченнями, вподобаннями та стилями життям не обов'язково утворювати організації, а достатньо створити групу ініціативи у Facebook чи власний веб-сайт, де вегетаріанці могли б обмінюватись інформацією стосовно даної тематики. Такими зокрема є: «Вегани Вегетаріанці Сироїди України»; «UA Plant-Based»; «Здорово Їмо»; «Fridays For Future Ukraine»; «UAnimals»; «Світла Сторона Сили»; «Кожна тварина» – усі вони доволі різні за вмістом, проте у всіх закладена ідея відмови від м'яса та продуктів тваринного походження. До того ж, станом на 2020-2021 рік у Києві та інших містах України функціонує велика кількість закладів харчування з вегетаріанськими та веганськими стравами, магазини з продуктами, які б відповідали вегетаріанському стилю харчування. Поширення таких практик потребує соціологічної уваги щодо їх соціальних проявів, причин та наслідків для індивідів і суспільства.

1.3 Аналітичний огляд стану досліджень вегетаріанства як практики харчування

Соціологія їжі – відносно новий науковий напрям, який тісно пов'язаний з соціологією споживання, соціологією харчування, гастрономічною соціологією, соціологією смаків, хоча деякі роздуми і теорії, крізь які можна досліджувати вегетаріанство та інші харчові практики існують давно. До прикладу, Г. Зіммель, П. Сорокін, М. Дуглас роздумували в даному напрямку. Проте, саме формування «глобальної» їжі, посилення споживацьких практик в сфері харчування, індивідуалізація харчування, руйнування традиційних цінностей у споживанні їжі призвели до актуалізації дослідження харчових практик [Барбарук, 2017].

Наприклад, Г. Зіммель аналізує трапезу як форму соціальної взаємодії, а саме – спілкування. Адже в процесі споживання їжі відбувається не лише задоволення базових потреб, але й певна ритуалізація: час, сервірування столу та подання страв. У Н. Еліаса, поведінка за столом постає предметом аналізу, як і у Зіммеля. Стандарти поведінки за столом віддзеркалюють певний шар соціально закріплених форм поведінки, що відповідають цілком конкретній соціальній структурі. Еліас, розвиваючи теорію Зіммеля про стилізацію індивіда доводить, що стилізації зазнає не лише індивід, але і їжа, яка споживається впродовж трапези [Бурлачук, 2010, с. 179-186]. Цікавими є думки Т. Веблена, який підкреслює статусний чи нормативний характер їжі. Він активно розвивав ідею престижного споживання, що мала відношення до моди, а згодом переніс цей концепт на їжу [Набруско, 2016, с. 10-14]. Таким чином, спосіб життя і моделі споживання не тільки відображають соціальні відмінності, але виступають засобами підтримки високого соціального статусу.

Що стосується українських вчених, що висвітлюють дану тематику, слід виокремити І. Набруско, В. Коротича, Ю. Винничука, В. Панченка, В. Супруненко, В. Буларчука, В. Ніколенка. До прикладу В. Буларчук у праці «Трапеза як предмет соціологічного дослідження» [Бурлачук, 2010, с. 179-186], підкреслює потенціал вивчення особливостей їжі та трапези у соціологічному аспекті, беручи до уваги класиків соціології. А І. Набруско у статті «Імперативний характер гастрономічних практик в рамках соціального простору сучасної людини» [Набруско, 2016, с. 10-14] аналізує основні підходи до вивчення практик харчування у соціологічній традиції, а також представляє класифікацію основних гастрономічних практик сучасного суспільства, які з одного боку постають забезпеченням внутрішньої соціальної гармонії та ідентифікації, а з іншого виступають виразом соціального тиску культурних норм, що існують в суспільстві. В. Ніколенко у своїй статті [Ніколенко, 2015, с. 44–50], присвяченій гастрономії досліджує та актуалізує взаємозв'язок між практиками харчування з однієї сторони та якістю життя з іншої.

Актуальність дослідження харчування саме в соціології пов'язана з тим, що харчування – це передусім суспільна діяльність. Харчується не лише індивід, а все суспільство. Смаки оприділяються не просто індивідуально, але соціально, а сама процедура харчування соціального нормована та структурована. До того ж, харчування дозволяє не лише утворювати соціальну групу, але і формувати її соціальні кордони. Процес харчування – це типова соціальна дія за М. Вебером: продукти харчування завжди наділені особливим змістом і значенням, а їх споживання орієнтоване не лише на себе, але й на інших [Веселов, с. 62].

Чудовий аналіз споживачів рослинної їжі було здійснено асоціацією «ProVeg» під назвою «Європейське опитування споживачів рослинної їжі» [Proveg international, 2020] за 2019-2020 рік. Загальна кількість опитаних 6221 особа, з яких 4746 споживачів виключно рослинної їжі. Опитування було проведене серед найбільших країн Центральної Європи та Великобританії. Аналіз продемонстрував такі соціально-демографічні характеристики як: 30% респондентів були віком від 25 до 34 років, а троє з чотирьох були жінками. Цікаво, що за результатами можна було прослідкувати споживчу поведінку вегетаріанців та які продукти тваринного походження вони замінюють рослинними. Наприклад, в топ три «Plant Based» (рослинних замінників) потрапили: молоко, м'ясо та йогурт, що може засвідчувати те, що смак даних продуктів до вподоби людям, але вони стараються їх вживати з етичних причин, аніж з причин смаку. Хоча, частина респондентів таки зазначила, що такі продукти «виглядають смачними».

Проблеми їжі і харчування нещодавно стали набувати все більшої популярності у науковому дискурсі, позаяк, саме ця сфера людської життєдіяльності може запобігти розмиванню соціальних інституцій у сучасній ситуації, що характеризується дискусіями про розпад соціального, втрати цінностей і пошуком нових ідентичностей. Існує ряд соціальних чинників, які сприяють такій актуалізації. Перш за все, це проблеми сучасного соціуму, що спричинені динамічним характером суспільних відносин, а також потребують

постійного реконструювання, а також це проблеми самої людини, яка перебуває у соціумі і знаходиться у постійному пошуку задоволення своїх соціальних та фізіологічних потреб [Набруско, 2016, с. 10-14].

В зарубіжній літературі існує широкий досвід досліджень на тему дискурсів харчування, як воно пов'язане з уявленнями про тілесність та тілесними практиками. Дуже часто в цих роботах харчування розглядається як одна із складових процесу конструювання «життєвого світу» індивіда. До прикладу, професорка кафедри харчових наук Упсальського університету – Крістіна Ф'єлстром розглядає харчування як культурну та соціальну арену, яка актуалізує культурно обумовлені системи знань про харчування. [Fjellström, 2007]. Авторка зазначає, що у повсякденному житті має значення те, як ми говоримо про їжу, готуємо, поводимо себе за столом. Їжа присутня в конструюванні ідентичності, через конкретну систему знань і ця система знань стосується таких питань як дозвіл та обмеження на споживання конкретної їжі певними людьми в певних ситуаціях, а також значень, приписаних їжі.

С. Хаворт-Хепнер звернула увагу на роль культури і сім'ї в ретрансляції уявлень про тіло і харчування в практиках сімейного виховання. Основна ідея полягала в тому, що сім'я управляє культурними нормами про худобу, стрункість тіла, тощо. В якості головних чинників, що впливають на харчову поведінку, були виділені: сила примусу з боку батьків, домінуючий дискурс про оптимальну вагу, рівень критики з боку сімейного оточення [Haworth-Hoerrner, 2004].

Хоча досліджень, що стосуються українського вегетаріанства вкрай мало, проте, вони існують. Цікавим є дослідження О. Куниці, яка описує визначення груп вегетаріанців в Україні за типами обмежень у їжі, за причинами невживання певних продуктів та основні характеристики цих груп; вивчає досвід вегетаріанців в Україні, причини переходу на вегетаріанський тип харчування, а також можливі проблеми та незручності, з якими мають справу вегетаріанці, та досвід їх вирішення. Основними причинами переходу до такого

стилю життя поставали: морально-етичні, приклади інших людей, релігійні, філософські, чинники здоров'я, а також була категорія, яка зазначала, що обрала такий спосіб життя «просто так» [Куниця, 2008, с. 3]. Тож, можна говорити про те, що не кожен вегетаріанець до кінця усвідомлює свій вибір та причини такого способу життя. Окрім цього, в дослідженні зазначається і про основні джерела інформації про вегетаріанство, а саме: Інтернет, література, власний досвід та приклад друзів [Куниця, 2008, с. 3].

З глобалізацією та поширенням різних тенденцій та течій такий чинник як пошуковість в мережі Інтернет певної тематики набуває важливого значення. За допомогою ресурсу «Google Trends» було проаналізовано термін «веган» по всій Україні за останні 5 років з 2016 по 2021. Чому саме термін веган, а не вегетаріанство, або «вегетаріанство», адже багато пошукових запитів в Україні здійснюється російською мовою. Термін «веган» є нейтральним для обох мов і має найбільш наочну статистику. Даний графік має свої показники: «цифри показують популярність пошукового терміна відносно найвищої точки на графіку для певного регіону та періоду часу. 100 – це пік популярності терміна. 50 означає, що популярність терміна вдвічі менша. 0 означає, що було замало даних про цей термін.» [Google Trends]. В даному випадку, нехай і доволі хвилеподібно, але продемонстровано, що популярність терміну зросла в розрізі 5 років і в травні-червні 2020 року набула свого піку. (Рисунок №1) Це частково можна пов'язати із карантинном, пов'язаним з Covid-19, втім це гарна динаміка демонстрації того, що популярність зацікавлення тематикою в Україні Роста. Зокрема, також, можна переглянути розподіл по містах, що дозволяє побачити міста, які найбільше зацікавлені в даній тематиці. В топ 10 увійшли такі великі міста як: Севастополь, Київ, Харків, Одеса, Львів, Чернівці та інші.

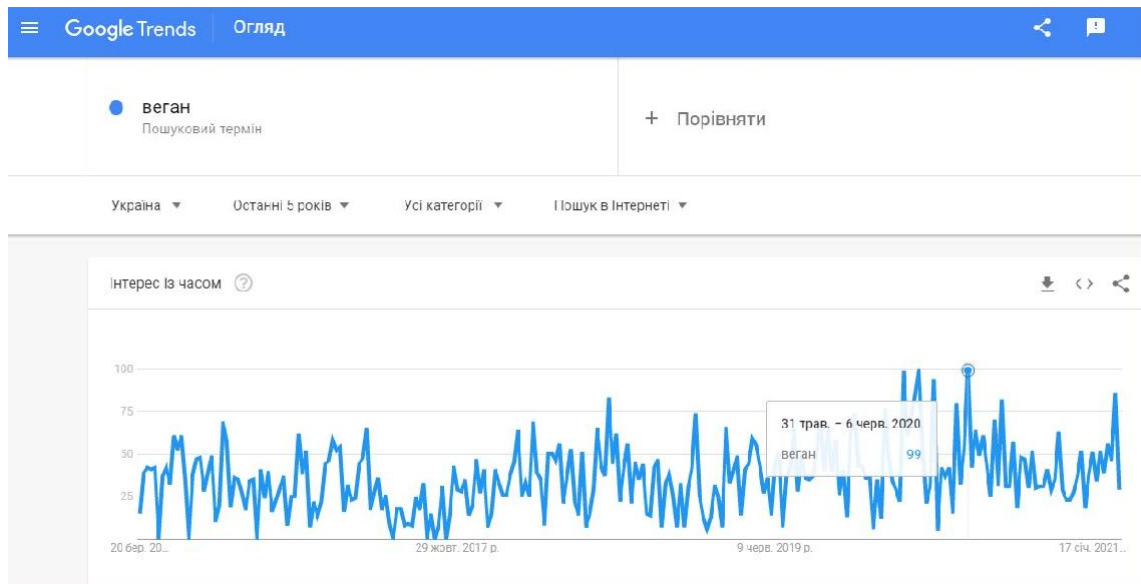


Рис. 1. Динаміка пошуковості терміну «веган» в мережі Інтернет згідно даних «Google Trends».

Про поширення вегетаріанства свідчать і інші дані, зокрема, згідно звіту аналізу ринку, а саме розміру ринку аналогів м'яса на рослинній основі [Grand View Research, 2020], що був опублікований у 2020 році йдеться про те, що обсяг світового ринку рослинних м'ясних продуктів оцінився у 3,3 млрд. доларів США у 2019 році, і очікується, що він буде зростати з 2020 по 2027 рік. Зростає інтерес споживачів до рослинних продуктів харчування, разом з цим очікується те, що підвищення рівня обізнаності щодо прав тварин сприятиме зростанню ринку [GVR, 2020]. М'ясо на рослинній основі є невід'ємною частиною веганської дієти, коли люди приймають вегетаріанський спосіб життя, який позбавлений продуктів тваринного походження. Таким чином, зростання кількості людей, які дотримуються веганської дієти, посилить зростання ринку.

Існує велика кількість міждисциплінарних досліджень на тему вегетаріанства, а саме, найбільша кількість у галузі медицини та дієтології, так як вегетаріанський стиль харчування безпосередньо впливає на стан здоров'я; у економіці та маркетингу, які вивчають ринок споживання; в сфері екології велика кількість досліджень на тему впливу на екологію відмови від м'яса; у соціології, де досліджуються різноманітні чинники, мотивації осіб, які

дотримуються вегетаріанства, їх соціально-демографічні характеристики, розподіл по країнах, тощо.

Щодо досліджень, які пов'язують вегетаріанство та здоров'я, то у США було проведено ряд досліджень, у яких взяли участь більше 76 тис. учасників і вони показали, що ризики смерті від ішемічної хвороби серця зменшується на 31% для чоловіків та на 20% для жінок, якщо порівнювати вегетаріанців та невегетаріанців [ADA, 2003]. Дещо схожі дослідження проводили науковці із Британії, порівнюючи вегетаріанців та невегетаріанців [Appleby, 1999, р. 525-531].

Що стосується здоров'я, то таких досліджень справді безліч. Лікарі то підтверджують користь вегетаріанства, то спростовують його, тому одностайної думки в медичній сфері все ж не існує. Але ось, одне з досліджень, представлене Оксфордом, в якому йдеться, що люди, які не харчуються м'ясом, особливо вегани, мали вищий ризик повних або деяких переломів кісток, особливо переломів стегна. Отримані результати свідчать про те, що здоров'я кісток у веганів вимагають подальших досліджень та уваги в цій галузі. [Tammy et al., 2020]

У дослідженні 2019 року, що налічувало понад 300 000 учасників, вчені з Гарварду виявили, що вживання вегетаріанських продуктів може знизити ймовірність появи діабету 2 типу майже на чверть – 23% [Qian et al., 2019]. До того ж, вегетаріанство може допомогти людям із надмірною вагою знизити жирові маси і сприяти схудненню без обмеження калорій. У 16-тижневому рандомізованому клінічному дослідженні було перевірено вплив дієти на рослинній основі на стан тіла та інсулінорезистентність. В результаті, було доведено, що вегетаріанський стиль харчування - це ефективна стратегія лікування ожиріння [Kahleova et al., 2018].

Цікавим є дослідження під назвою «Аналіз та оцінка користі для здоров'я та зміни клімату змін дієти», яке пов'язує вегетаріанський стиль харчування одночасно із здоров'ям та екологією. Аналіз підкреслює подвійні переваги для

здоров'я та довкілля щодо зменшення частки продуктів харчування, отриманих тваринами. Здійснюється кількісна оцінка наслідків зміни стилю харчування для здоров'я та довкілля. Перехід на більш раціональну дієту, може зменшити глобальну смертність на 6–10%, а викиди парникових газів - на 29–70% порівняно з еталонним сценарієм 2050 року. [Springmann et al., 2016].

Що стосується взаємозв'язку екології та вегетаріанства, дослідження Оксфордського університету 2018 року є найбільш всебічним аналізом збитків, що були наразі завдані землеробству на планеті. Воно виявило, що "уникнення м'яса та молочних продуктів – єдиний та найкращий спосіб зменшити свій вплив на Землю", оскільки тваринництво забезпечує лише 18% калорій, але займає 83% наших сільськогосподарських угідь [Poore and Nemecek, 2019].

Відповідно до індексу Higg [Mathews, 2018], що є стандартом для визначення і оцінки екологічності та стійкості (sustainability) матеріалів, з яких виготовляється одяг, сумки та взуття, їх вплив на навколишнє середовище, було виявлено, що шкіра корів майже втричі шкідливіша для навколишнього середовища, ніж еко-шкіра, тобто замітник тваринної шкіри, а шерсть удвічі шкідливіша, ніж поліестер [Mathews, 2018].

Щодо економіки, то європейські та британські дослідження засвідчують про те, що ринок рослинних продуктів та заміників м'яса росте. Продажі м'ясного замітника зросли на 451% на європейському ринку за чотири роки до лютого 2018 року [University of Hohenheim, 2018]. А за оцінками «Британського звіту Мінтель 'безм'ясні продукти' за травень 2017 року» ринок без м'яса Великобританії зросте з 559 млн фунтів в 2016 році до 658 млн фунтів до 2021 року. Незважаючи на те, що Великобританія залишається нацією, що їдять м'ясо, багато споживачів стають пильнішими щодо того, скільки вони їдять, і 28% свідомо зменшили або обмежили кількість м'яса / птиці в своїх раціонах протягом шести місяців до березня 2017 року [Clifford, 2017].

Щодо дослідження соціально-економічних та демографічних чинників споживання м'яса існує низка досліджень на цю тематику, цікавим постає таке

дослідження 2016 року, опубліковане в журналі «Proceedings of the Nutrition Society» [Clonan et al., 2015]. Було досліджено, що у деяких країнах з високим рівнем доходу останнє десятиліття спостерігалось загальне падіння або стабілізація споживання м'яса, на відміну від країн, що розвиваються, де його споживання продовжує зростати зі зростанням доходу та швидкою урбанізацією. Виробництво та споживання м'яса стало основним занепокоєнням щодо впливу на довкілля, а також через високі обороти споживання м'яса і неінфекційні захворювання, що пов'язані із такою дієтою. У цій роботі досліджено, як споживання м'яса залежить від віку, статі, соціально-економічного статусу та в різних глобальних контекстах. Існують деякі ключові соціально-економічні та демографічні закономірності споживання м'яса. Чоловіки, як правило, споживають його частіше і у більших кількостях, і є дані про соціальну компоненту, коли нижчі соціально-економічні групи споживають м'ясо частіше і в більших кількостях. У країнах з низьким та середнім рівнем доходу споживання м'яса зростає, особливо в Китаї та Бразилії. Способи заохочення населення до збереження своїх традиційних раціонів здорового харчування потрібно шукати у країнах з низьким та середнім рівнем доходу, які матимуть користь для здоров'я, довкілля та економіки.

Дещо можна дізнатись із досліджень про соціально-демографічні характеристики вегетаріанців, таких, до прикладу як вік. У 2000 році Imaner Consultants, компанія з розробки програмного забезпечення, що базується в Великобританії, організувала "Веганську дослідницьку комісію", що складається з 2048 членів групи. Вісімдесят три відсотки цих членів були веганами або вважали себе "майже веганами". Дослідження показало, що 78% з них перейшли до вегетаріанства у віці від 16 до 34 років. Середній вік вегетаріанців становив 24,1 року. [The Vegan Research Panel, 2000]. На основі цього дослідження ми можемо зробити висновок, що люди стають веганами в досить молодому віці. Враховуючи, що стати вегетаріанцем є головною зміною в житті людини, не дивно, що ця зміна відбувається, коли люди молоді.

Молодші особи часто частіше досліджують новий спосіб поведінки та схильні змінювати свій стиль життя, ніж ті, хто старший.

Було проведено також дослідження, що пов'язує вегетаріанський стиль життя із соціально-економічним статусом [Chan and Zlatevska, 2019, p. 257–266]. Виходячи з психологічних теорій компенсації, особи з низьким рівнем суб'єктивного соціально-економічного статусу повинні мати більшу перевагу перед м'ясом, оскільки м'ясо може виконувати компенсаторну функцію, бути заміненим на статус, якого їм не вистачає. Результати показують символічний зв'язок між м'ясом та статусом, що демонструється у наслідку зв'язку щодо переваги їжі.

У 2019 році було проведено глобальне дослідження, чому люди стають веганами. Всього, в цьому дослідженні взяло участь 12 814 учасників з 97 різних країн, але 74,3% з них були з Австралії, Великобританії, США, Канади та Нової Зеландії. Ось деякі результати цього дослідження: 68,1% респондентів стали веганами через жорстоке поводження з тваринами, з етичних причин. Більшість учасників опитування стали веганами після перегляду повнометражних документальних фільмів, аніж з будь-яких інших причин. Слід виокремити фільм «What The Health», який став найвпливовішим документальним фільмом серед веганів. Виявилось, що серед цієї категорії людей багато людей займається такою громадською активністю, як поширення листівок та брошур, які закликають до вегетаріанства. 50,5% учасників респондентів відповіли, що переконали когось ще стати веганом. [Hish, 2019].

Оцінивши ряд досліджень на тематику вегетаріанства, можна побачити наскільки відрізняються причини, мотивації, статуси та соціально-демографічні характеристики осіб, що дотримуються вегетаріанства. На жаль, надто малий відсоток українських досліджень на дану тематику не дає змоги оцінити реальну картину вегетаріанства в Україні, проте вивчення міжнародного досвіду та проведення схожих галузевих та міждисциплінарних досліджень у сфері вегетаріанства дасть в подальшому змогу вивчити детальніше категорію

вегетаріанців, як особливу групу, з визначеною мотивацією та відповідним стилем життя.

Висновки до першого розділу

Вегетаріанство, як особливий рух, група однодумців та послідовників виникає задовго до появи самого визначення вегетаріанства, проте виникнення перших вегетаріанських організацій дозволило значно посилити вплив на громадськість. З середини XIX століття стрімко зростає кількість вегетаріанців та стає відомо більше про осіб, що є членами вегетаріанських організацій. Проводяться з'їзди вегетаріанців зі всього світу, обговорення проблемних тем, а також з'являється деяка література з цієї тематики. Проте, в XX столітті, вегетаріанство як рух зазнає деяких змін у зв'язку із війнами та політиками багатьох країн щодо інакодумців.

На даний момент вегетаріанство з кожним роком набуває свого поширення в багатьох країнах світу через низку причин: погіршення клімату, з причин власного здоров'я та бажання прожити якомога довше, з етичних причин (любові до тварин), релігійних, тощо. У зв'язку з цим в багатьох галузях проводяться дослідження на дану тематику, досліджується також і кількість вегетаріанців по всьому світу. Особливо актуальними постають дослідження вегетаріанства як дієти і впливу такого раціону на здоров'я, а також впливу на екологію. Деяко менше досліджень, які пов'язували б вегетаріанство та соціологію: мотивації, ідентичність, групову солідарність, наслідування, тощо, хоча з кожним роком їх стає також все більше.

Щодо України, незважаючи на велику сферу тваринництва, а також багаторічні традиції споживання м'яса, послідовників вегетаріанства налічується понад 5%. На жаль, проведено надто мало досліджень, щодо вегетаріанства, чинників та мотивацій, які б сприяли цьому. Але можна спостерігати як на загал українське суспільство стає «екологічнішим» та «етичнішим». Про це свідчить відкриття чисельних закладів громадського харчування та магазинів, які пропонують вегетаріанські страви та продукти, до

того ж останнім часом навіть у звичайних кафе стало популярно виокремлювати сторінку в меню з вегетаріанськими позиціями. Особливо актуальним трендом останніх років стала відмова від натурального хутра. Ну і звісно, формування нових громадських організацій та рухів, що сприяють такому стилю життя як вегетаріанство.

РОЗДІЛ 2. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЕГЕТАРІАНСТВА ЯК СТИЛЄЖИТТЄВОЇ ПРАКТИКИ

2.1 Вегетаріанство крізь призму концепції соціального розрізнення, стилів життя і практик П.Бурдьє

Вегетаріанці як особлива соціальна група, яка конструює стиль життя, що заключається у відмові від м'яса та продуктів тваринного походження, незважаючи на їх аскетизм, постають частиною суспільства споживання, про що свідчить популяризація спеціалізованих продуктів та послуг для вегетаріанців.

За останні декілька десятиліть стилю життя як науковій категорії та предмету дослідження присвятили свої публікації численні західні науковці, такі як У.Бек, Д. Белл, П. Бурдьє, Е. Гіденс, Р. Інглехарт, З. Міллер, Е. Тофлер та інші. Щодо висхідних теоретичних передумов стильового аналізу виступають роботи У. Бека, Е. Гіденса, Т. Веблена, М. Вебера, К. Маркса. Незважаючи на те, що К. Маркс і М. Вебер не використовували напряму термін «стиль життя», між тим, стиль життя по суті розглядався ними як форма вираження класових і статусних груп, як стратифікаційна ознака, стиль життя ставав похідною змінною від класової або статусної позиції.

Що стосується більш загального визначення стилю життя, то тут можна говорити про те, що саме стиль життя постає важливою частиною теорій індивідуалізованого суспільства (У. Бек), яка наголошує на тому, що в сучасному світі поведінка людей в більшій мірі визначається їх схильностями, а не інституційними та стратифікаційними чинниками. Припускається, що більше значення має саме вплив на особистість споживацьких стандартів, відношення до релігії, політики, здоров'я та ціннісних орієнтацій.

Ще одним дослідником, який говорить про стилі життя є Е. Гідденс. Згідно його визначенню, стиль життя базується на концепції особистості в умовах радикальних соціальних змін. Гідденс виявляє перехід від «політики емансипації» до «життєвої політики», тобто від боротьби за втілення в життя ідеалів свободи та рівності до вибору життєвого стилю на основі того, як варто

жити [Гидденс, 2003]. Така позиція Гідденса, що ставить в центр життєвого стилю домінанту вподобання «як варто жити» виводиться з його теорії структуризації, згідно якій диференціація в суспільстві базується на відмінності соціальних практик, які виступають одиницями аналізу. Такі соціальні практики форсують безперервне відтворення соціальної дії, що формує структури, ресурси і стандарти, що в свою чергу формує дії акторів. Саме такі дії акторів і можна розглядати в якості стилів життя.

Інше трактування стилю життя дає французький соціолог П. Бурдьє. Його вихідні уявлення пов'язані з ідеєю про класоутворення як процесу, що відбувається в багатовимірному просторі соціальних відносин. У Бурдьє фундаментальне значення набуває поняття «соціальний простір», оскільки воно фіксує реальність стійких і випадкових форм зв'язків. В даному випадку мають значення зв'язки реальні і уявні, постійні і нестабільні, існуючі паралельно і ті, які накладаються один на одного, сходяться і розходяться. В цьому просторі відбувається розподіл капіталів різного роду. Таких капіталів існує чотири: економічний, культурний, соціальний і символічний. Як результат, структура соціального простору підпорядковується розподіленню цих капіталів. Соціальний простір функціонує символічно, як простір життєвих стилів та як груп, які характеризуються різним способом життя [Бурдьє, 1993].

Якщо аналізувати стилі життя, то тут можна виокремити дві основні течії: з однієї сторони, стиль життя розуміється як виразна характеристика статусних груп, що характерно для підходу П. Бурдьє, а з іншої сторони як набір індивідуально визначених практик та вподобань. [Featherstone, 2007]. В першому варіанті підкреслюється залежність стилю життя від позиції в соціальній структурі, в той час як у другому варіанті стиль життя пов'язується з особистим вибором.

Кожна суспільна група, наприклад вегетаріанці та м'ясоїди, формують власну ідентичність – яка розрізняє себе від інших, а також формує внутрішнє єдинство. Теорія соціальної ідентичності стверджує, що більш сильне почуття поділу між основною та індивідуальною групою значною мірою пояснюється

сильною ідентифікацією всередині руху чи групи [Kelly, 1993]. Для групи вкрай важливо виділити їхню відмінність від інших і це в свою чергу допомагає просувати позитивну соціальну ідентичність. Таке бажання дистанціюватися, бути відмінним, вказує на бажання людини існувати не лише фізично, але й соціально, тобто бути визнаним іншими.

У дослідженні «Beyond Hippies and Rabbit Food: The Social Effects of Vegetarianism and Veganism» вивчається прийняття вегетаріанців американцями. Так, було виявлено, що 49 % американців прихильно ставляться до вегетаріанців, тоді як 22 % - негативно; і 38 % американців сприймають веганів у сприятливому світлі, але 30 % цього не роблять [Lindquist, 2013]. Це дослідження виявляє той факт, що незалежно від того, наскільки непомітна чи ненав'язлива різниця, ми продовжуємо по-різному ставитися до тих людей, які відхиляються від соціальних норм. Іноді ми стигматизуємо цих людей через ознаку чи поведінку, яку вони виявляють, адже вона виявляється іншою від загальноприйнятої.

Така вегетаріанська ідентичність, якщо прив'язувати теорію П. Бурдьє створює опозицію між двома протилежними типами відношення до їжі: вегетаріанців, які визнають свободу у виборі та послідовуванні приписаним правилам вегетаріанської спільноти та м'ясоїдів. Тут покладені наче два антагоністичних погляди на життя, два світи, два уявлення про людське тіло та буття, два різних стилі життя.

Для опису вегетаріанців як стилезиттєвої групи доцільно використати категорію культурного репертуару [Gillis, Dorkeijn and Herman, 2003] харчування. В процесі його створення соціальні агенти орієнтуються на корпус правил і цінностей певної організованої спільноти та обирають з елементів більш широкої культури й дискурсів те, що здатне аргументувати власні дії в сфері харчування. А використання мовних маркерів (як-то: лакто-вегетаріанство, ово-вегетаріанство, флексетаріанство, тощо) в комунікаціях всередині групи вегетаріанців та між іншими групами посилює можливість заявляти власну ідентичність та підтримувати її [Ариф, 2019]. За допомогою

таких стилізованих дій вегетаріанці як особлива група можуть виокремити «своїх» та «чужих» в процесі соціальної взаємодії, тобто здійснити соціальне розрізнення, про яке пише Бурдьє.

П. Бурдьє звертається до кейсу французького вищого класу, де дворяни не можуть відвідувати приморське містечко Сен-Тропе – розкішний вид дозвілля. Здавалось би, що дворяни – це вже вищий клас, але не все так однозначно. Доступ до ексклюзивного місця відпочинку має поодинокі еліта. Відповідно, це опис розрізнення, так-званий процес легітимації соціальних розрізень, який керується виключно найвищими класами [Barreiros and Mazon, 2017], наприклад, всі зазвичай їдять м'ясо та іншого способу споживання, такого як вегетаріанство. Така тенденція ставить в один бік тих, хто володіє низьким культурним та соціальним капіталом (орієнтований на функцію речей), а з іншого боку - вищі класи (орієнтовані на стилізацію, сублимацію задоволень та естетику речей). Саме завдяки цим механізмам правлячі класи структурують моделі споживання, визначаючи законні смаки та те, що слід споживати [Barreiros and Mazon, 2017]. Застосовуючи такий підхід до сфери вегетаріанства, можна уявити, які конкретні культурні коди були б необхідні, щоб споживачі могли розшифрувати суміжні та відмінні значення цього класу харчових продуктів. Щоб зрозуміти, як рослинне харчування узгоджується зі стійким, хоча й абстрактним світоглядом, необхідний культурний капітал. Необхідно, щоб агенти піддавалися когнітивній схемі споживання, яка дозволяє споживачам візуалізувати виробничий ланцюг, до якого належить обраний продукт. Чому вегетаріанська продукція на ринках часто знаходиться поруч зі «здоровими» продуктами? У самій категорії є різноманітні смаки, які розкривають різні соціальні класи та їхні способи привласнення продуктів. Таким чином, поява стилю життя в системі смаків, в свою чергу, орієнтується на класові диспозиції.

Відмова від споживання м'яса і продуктів тваринного походження ставить перед вегетаріанцями трансформацію їх повсякденних практик: пошук і купівлю продуктів, одягу, косметики, таблеток, пошук нових рецептів та

приготування страв, а також це стосується і місць громадського харчування, які повинні відповідати вимогам «без м'яса, без насилля». Реалізація таких практик потребує зусиль подолання постійного тиску оточення, що походить від інших, які споживають «все» і м'ясо в тому числі.

Вподобання в їжі, а зокрема саме вегетаріанство організоване згідно такої же фундаментальній структурі, що і соціальний простір, який детермінований об'ємом та структурою капіталу. Щоб повністю вибудувати простір стилю життя, де має своє місце культурне споживання як особлива практика вегетаріанства варто вивести для кожної окремої конфігурації капіталу форму габітуса, яка переводить в особливий стиль життя потреби і можливості що характерні для конкретної групи [Бурдьє, 2005, с. 47-48], в даному випадку для вегетаріанців. Також, варто встановити, яким чином в кожній з основних сфер практик уточнюються диспозиції габітуса, реалізуючи ту чи іншу стилістичну можливість, що представляється полем харчування. В результаті накладення таких гомологічних просторів можна отримати відображення стилю життя, який допомагає охарактеризувати ознаки, наприклад, відмови не лише від м'яса, але й від інших продуктів тваринного походження по відношенню до рис, які характеризують вегетаріанство, а також по відношенню до сукупності ознак, що складають цей стиль життя, всередині якого оприділяється його соціальне значення.

У своїй роботі «Практичний сенс» П. Бурдьє неабиякому значенню наділяє поняття практик, що є вкрай важливим з приводу дослідження вегетаріанства як стилжиттєвої практики, адже це центральне поняття. Він піднімає питання про те, що вся наша дійсність і наші предмети пізнання, як те ж вегетаріанство повинні бути соціально сконструйованими, а не просто існувати, чи бути зазначеними як «існуючі». Постійно на практиці будуються систему позицій та диспозицій, які відповідають за певні соціальні конструкти. [Бурдьє, 2001].

Габітус як система стійких і нестійких диспозицій здатні породжувати практики. І він здатен виробляти не просто індивідуальні практики, але й колективні, що в результаті творить історію. Недарма, вище так багато уваги було присвячено саме історії вегетаріанства, адже, будь яка людська діяльність в даному випадку є продуктом габітуса. Саме завдяки цьому ми можемо забезпечити постійність і стійкість практик в часі.

Габітус постає системою зразків діяльності, що індивіди відтворюють в ході соціальних практик. Кожен індивід, який є членом будь-якої спільноти, вчиться діяти відповідно до зразків, які прийняті ще до нього, беручи специфічну естафету від інших членів спільноти. Відтворення зразків можна зрозуміти як відтворення форм дії. Припускається, що габітус не може бути не втіленим у якійсь своїй частині в комунікативних та господарських практиках, які притаманні тій чи іншій групі. Він структурує їх, будучи джерелом їх стабільності та змін. Таким чином габітус стоїть над людиною, тому що інститути «об'єктивовані в тілах» «в постійній схильності тіл визнавати та підкорятися вимогам середовища» [Бурдьє, 1998, с. 87–96].

Роль габітусу в аспекті вегетаріанства полягає в формуванні екологічних, оздоровчих, релігійних, статусних орієнтацій. Під впливом вегетаріанства в людини формуються нові уявлення, нові правила стосовно того, як жити та діяти у соціумі. Їсти тварин – це не норма, це вбивство. Вегетаріанці завдяки своїй приналежності до групи однодумців створюють ініціативи, займаються активною соціальною діяльністю, а також утворюють щоразу нові правила та вимоги, яким повинні підпорядковуватись усі члени спільноти. Зовсім неетично бути вегетаріанцем зі сторони власного здоров'я, не вживати м'ясо, але при цьому ходити в шубі з лисиці, яку жорстоко вбили.

Теорія соціального світу Бурдьє базується на утвердженнях, що індивіди та групи існують лише у відмінностях з іншими індивідами та групами. Соціальні характеристики та особливості не мають змісту самі по собі, а отримують значення в структурі зв'язків та ієрархій. Така структура

знаходиться в постійному русі, але ієрархія між ними зберігається, відносини панування та підпорядкування зберігаються. Таким чином, можна сказати про вегетаріанство, яке зараз набуває поширення і диктується не лише окремими групами вегетаріанців, але й відомими особами, вихідцями з вищих класів: зірками, політиками, лідерами думок, духовними практикаками. Вегетаріанство якраз таки дає цю можливість підняти себе вище, отримати неабиякий новий культурний капітал та жити у відповідності з новими, засвоєними правилами та орієнтирами.

2.2 Теоретичний аналіз вегетаріанства як споживацьких, гастрономічних, культурних і сакральних практик.

В області дослідження споживання існують різноманітні традиції. Класична традиція розглядає споживання як елемент способу життя. Проте, якщо взяти до уваги сучасне трактування, то при аналізі споживчої поведінки враховуються не лише соціально-економічні параметри, але й культура [Барбарук, 2016].

Споживання оприділяють в якості свідомого вибору конкретних об'єктів, що задовільняють конкретні потреби. В результаті, кожна сфера життя, в тому числі, сфера культурних вподобань, сприймається крізь призму споживання.

В другій половині ХХ століття, інтерес вчених все більше фокусується на проблемах культури споживання. Проводяться якісні дослідження та здійснюється методологічний підхід до вивчення повсякденності. Все більшого поширення набувають дослідження, сфокусовані на аналізі знаково-символічної природи споживання, зокрема це теорії З. Баумана, У. Бека, А. Верді та Ж. Бодріяра [Барбарук, 2016].

А головним результатом неокласичного етапу в дослідженні споживання стало відкриття, що в рамках одного і того ж способу життя та умов, можуть формуватись зовсім різні стилі споживання. У індивіда, як виявляється є можливість прояву свого особистого вибору. Було встановлено, що особа має здатність проявляти гнучкість у своїй поведінці [Барбарук, 2016].

Для опису вегетаріанського споживання важливим є окреслення поняття культурного репертуару споживання, тобто широкого спектру споживчих практик, ідей та звичок. Зміст споживчого репертуару і аргументація його вибору відбираються з елементів більш широкої культури, конструюють кордони всередині групи, а також між угрупованнями та іншими групами [Ариф, 2019]. Під більш широкою культурою розуміються дискурси споживання.

До прикладу, М. Арчер та П. Томпсон говорять про те, що культура є важливим компонентом, що напряду впливає на структуру зв'язків та поведінку соціальних акторів [Барбарук, 2016]. Хоча досліджень, які б демонстрували зв'язок проблеми соціокультурного аналізу споживання з функціонуванням та відтворенням соціальної структури доволі мало. В цьому випадку, прикладом постає П. Бурдьє.

П. Бурдьє якраз таки пов'язує споживання і стилі життя із соціальною структурою суспільства [Бурдьє, 2005]. Розглядаючи тіло, як найбільш очевидну матеріалізацію смаку, П. Бурдьє вказує, що сприйняття різними класами тіла і впливу на нього їжі, яка споживається – відрізняються. «Робочі класи віддають перевагу силі і купують дешеві, калорійні харчові продукти, коли професіонали (середній та вищий клас) концентруються на здоров'ї, споживаючи смачну, здорову, легку і нежирну їжу» [Бурдьє, 2005]. Про це ж говорить в Т. Веблен, який ототожнює продовольчі заняття з нижчими класами, а благородні дії, такі як змагання, полювання, керівництво – виключного з вищими, дозвіллевими класами. [Веблен, 1984, гл. iv].

Ще одним аспектом споживання постає культурне споживання, яке розглядається в контексті стилю життя, який вважається відображенням стратифікаційної системи суспільства [Bourdieu, 1984]. При цьому, культурне споживання може бути означено в якості форми споживання в цілому, або в якості культурного капіталу, який може бути використаний при недостатці інших ресурсів.

Важливо, що для Бурдьє неабиякого значення мають саме поняття культурних ресурсів та вимірів, габітусу та практик. [Куценко, 2000, с. 212]. Він вводить поняття «культурного капіталу» як складової соціальної позиції. На його думку, соціальна ієрархія представлена класами, кожному з якого відповідає певний рівень економічного та культурного капіталів, що відображаються в стилі життя [Bourdieu, 1984]. Культурний капітал представлений у трьох формах : інкорпорованій, куди відносяться знання та смаки індивіда; об'єктивованій, де знаходяться предмети культури якими володіє індивід, включаючи книги, картини, тощо; інституціоналізованій, що означає наявність у індивіда сертифікатів та дипломів, які підтверджують рівень його знань та, відповідно, певної кваліфікації. [eds. Szeman and Karosy, 2011, p.81–93]. Тобто, в даній системі культурне споживання виступає в якості однієї з форм інкорпорованого культурного капіталу, що проявляється в стилях життя.

Раніше, щоб отримати найвищий рівень культурного капіталу необхідно було розбиратись в опері, мати певні знання, щоб розуміти театральні постанови, проте, зараз культурний капітал визначається дещо іншими патернами. Висока культура в сучасному світі не обов'язково характеризує вищий клас, який володіє і високим рівнем економічного та соціального капіталу. Світ трансформується та переходить в так-зване суспільство символічного споживання, де демонстрація певного стилю життя вказує на приналежність до певного класу.

Харчування оперує не лише продуктами, але й символами – це символічна діяльність, де не лише символ відноситься до продукту, а один символ посилається на інший. Тобто споживання їжі та напоїв – це символічне споживання, яке живить не тільки «тіло» усього класу, але і його душу.

Група вегетаріанців охороняє свої кордони за допомогою культурного споживання нового типу. Знання про певні екологічні проблеми, обізнаність в останніх тенденціях сфери здоров'я та дієтології надають можливості розмовляти вегетаріанцям на такі теми, що стосувались би відмови від м'яса у

різних аспектах. А ті, хто їдять м'ясо постають не їх групою. Часто, читаючи різні видання, можна спостерігати, як власники вегетаріанських закладів харчування беруть на роботу лише однодумців, тих хто поділяє вегетаріанство, аргументуючи це тим, що лише таким чином, вони зможуть надати найвищий рівень своїх послуг.

Концепція Бурдьє передбачає, що окрім соціальної ієрархії, існує також нерівність символічної цінності різних об'єктів та практик. Всі культурні феномени мають певну символічну цінність і розподіляються між соціальними класами, формуючи гомологічну структуру споживання [Bourdieu, 1984]. Індивід, що існує всередині певного соціального класу та під його впливом, переймає ті практики, які відповідають його соціальній позиції. Такі засвоєні диспозиції формують габітус [Bourdieu, 1984]. Завдяки габітусу відтворюються символічні відмінності між соціальними класами, але в той же час такі диспозиції сприймаються як власні вподобання. Індивід навчається розрізняти символічну цінність продуктів та практик і обирає те, що найкраще буде відповідати його соціальному класу.

Автор виокремлює три репертуари вподобань: високий або легітимний; середній або міщанський; низький або масовий. Вищий клас, що володіє високим рівнем економічного та культурного капіталу, є включеним в легітимні практики, тобто тими, які напряду пов'язані із визнаними витворами мистецтва: відвідування опери, балету, театрів, тощо [Bourdieu, 1984, р. 2-15]. Включеність в такі практики потребує великих матеріальних, часових затрат, а також певного рівня культурної компетенції для розуміння та споживання. Протилежною до легітимної структури споживання є масове споживання. Він не потребує високого рівня компетенції, а також певних знань. Такий стиль життя характерний для представників нижчого класу [Bourdieu, 1984, р. 175-193]. Середня структура споживання характерна відповідно для представників середніх класів. Дана структура «смаків» характеризується стремлінням наслідування легітимному репертуару вподобань. Проте, такий стиль життя представлений популяризованими легітимними практиками та продуктами.

Представники середнього класу можуть піти в театр, як і представники вищого класу, проте, в їх репертуар вподобань входитимуть лише ті опери, які стали популярними. [Bourdieu, 1984, p. 25-38]. Смак постає не просто простим виміром серед інших. Скоріше, це головний вираз позиції, займаної в соціальному просторі. Тому, можна вважати, що культурне споживання визначається за символічною цінністю вподобань та смаків.

Існує також альтернативний варіант визначення культурного споживання, а саме Р. Петерсона та Р. Керна. У своєму дослідженні [Peterson and Kern, 1996] вони показали, що в структурі споживання існують прихильники легітимної культури, а також споживачі масової, однак існує ще одна група «всеїдних», які демонструють як легітимні, так і масові вподобання. Ці «всеїдні» та послідовники легітимної культури належать до вищого класу, а споживачі масової культури – нижчого класу. Таким чином, можна говорити про ускладнення структури споживання, що пов'язана з соціальною ієрархією.

Культурне споживання за П. Бурдьє – це не лише один з елементів стилю життя, але як і похідне від соціальної позиції. Тому, важливою є не лише частота споживацьких практик, але і їх вміст: культурні смаки, сприйняття культурних продуктів та знання у визначеній сфері. До того ж, ідеї автора заклали основу для групування елементів стилю життя та культурного капіталу. А все це разом створює підґрунтя для вивчення структури культурного споживання.

Таким чином, при застосуванні практичної парадигми до аналізу споживання, визначаються соціальні практики як такі, що є загальноприйнятими формами діяльності, які супроводжують життя людей. Практики в даному випадку є діями соціального актора і сформовані його соціальним оточенням. Соціальні практики є певним здійсненням об'єктивних та суб'єктивних соціальних структур. Практики постають змінними соціального світу, які виробляє конкретний агент [Бурдьє, 2001, с. 43].

Бурдьє стверджує, що завдяки перебуванню у конкретній соціальній позиції, утворюється ціла система позицій та диспозицій, що в свою чергу

породжує «смаки», які можна реалізувати в практиках споживання. Таким чином, індивіди, що взаємодіють з безліччю інших індивідів та груп, відтворюючи конкретні стилі життя, сприяють відтворенню і репрезентації типових практик споживання.[Бурдьє, 2001, с. 46].

Смак постає механізмом перетворення речей у відмінні знаки, та ті, які дають змогу відрізнитись. Він переносить відмінності, вписані у фізичний стрій тіла, в символічний простір знакових відмінностей. Саме смак перетворює об'єктивно класифіковані практики, за допомогою яких визначається соціальне положення, в символічне вираження класової позиції фактом одночасного і взаємозв'язаного сприйняття у відповідності з соціальними схемами класифікації. Таким чином, він лежить в основі системи відмінних ознак, яка визначає умови існування того чи іншого класу. Дослідження культурних смаків дає можливість більш детально розглянути зміст культурного споживання.

Але чи завжди вегетаріанство це про особистісні вподобання? Все частіше, в сучасному світі ми зіштовхуємось з таким поняттям як «демонстративне споживання», яке було введене Т. Вебленом. Даним терміном він пояснює такий вид споживання, коли людина «споживає задля демонстрації свого багатства», споживання в даному випадку виступає «засобом підтримки репутації» [Веблен, 1984, с.108]. Якщо говорити про прямий прояв демонстративного споживання, то він виражається в носінні дорогого одягу, а також в домашньому інтер'єрі, просторих приміщеннях прислуг, тобто ті речі, що стосуються королівської сім'ї та двору. Іншою формою демонстративного споживання Т. Веблен називає споживання їжі, одягу, житла, інтер'єрів тощо. Друга форма є більш поширеною і її можна більш наочно пов'язати з тематикою вегетаріанства, що в деяких випадках може виступати демонстративним споживанням.

Демонстративне споживання нового типу, яке виникає з розвитком цивілізації є дуже справедливим, адже така кількість товарів та благ ще раніше не була видима людству. І здавалося би, що демонстративне споживання – це

феномен перш за все класичного періоду в історії, а особливо сучасності. Та Веблен пише, що таке явище виникає набагато раніше і використовується для розрізнення людей у суспільстві. Ще на початкових етапах розвитку культури була відмінність між мужніми чоловіками та з іншої сторони – слабшими жінками, які знаходились нижче. Відповідно, в давнину відбірні продукти харчування, або ж дорогоцінні прикраси не були доступні жінкам, дітям, а також рабам. [Веблен, 1984, гл. iv]. І вже з тих первісних часів вибудовується схема, за якою вищий клас, або ж як його називає Веблен «дозвіллевий клас» має переваги завдяки демонстрації певних благ та символів.

Цікаво, що вегетаріанство передбачає невживання м'яса як центральну тезу, а натомість вживання корисних продуктів для організму, які не шкодять екології та екосистемі в цілому. Часто, після переходу до вегетаріанства та інших підвидів індивіди перестають споживати цукор, натомість вживати більш «модні», здоровіші, екологічніші та відповідно дорожчі аналоги. Це нерафінований кокосовий цукор, різні замітники цукру, що недоступні людям із низьким доходом. Відповідно, як пише Веблен: споживаючи товари вищої якості ми виражаємо багатство, демонстративне споживання та створюємо так-звану почесність цього процесу [Веблен, 1984, гл. iv], аби інші могли цікавитись та висловлювати захоплення таким стилем життя.

Для вегетаріанців, які живуть таким стилем життя і мають в оточенні таких же друзів, родичів чи знайомих важливо постійно підтверджувати свій статус, стиль життя завдяки демонстрації неспоживання м'яса і це постає механізмом досягнення поваги в групі. Вегетаріанці, аби утвердитись нерідко використовують прийоми демонстрації себе через похід у вегетаріанські кафе, вегетаріанські магазини та навіть споживають одяг, при виготовленні якого не використовують тваринну сировину. Справді, не варто заперечувати того, що для деяких вегетаріанців це індивідуально усвідомлений вибір, проте для частини – це спосіб продемонструвати себе у суспільстві завдяки такому типу споживання, тому виходячи з цього, у наступному розділі, при розрізненні культурних репертуарів вегетаріанства буде детальніше описано модний

репертуар, або ж по-іншому демонстративний репертуар, до якого, ймовірно, належить левова частина вегетаріанців.

Завдяки сучасним засобам комунікації і можливостям мобільності – сучасна людина постає постаттю, на яку мають змогу дивитись безліч інших людей, які зможуть оцінити її спостерігаючи безпосередньо на те, що вона змогла виставити напоказ. [Веблен, 1984, с.122]. До прикладу, носячи екосумку, ми вже демонструємо себе, як особу, яка дбає про довкілля, або навпаки, купуючи поліетиленовий пакет – до нас можуть віднестись з обережністю і презирством. Аналогічна ситуація і з купівлею товарів в еко-лавках та вегетаріанських спеціалізованих магазинах чи кафе, де оцінка виставляється виключно за тим, що людина в змозі продемонструвати. Якраз таки Т. Веблен і говорить про те, що в сучасному світі ми все більше відвідуємо громадські місця, місця великих скупчень людей, де й маємо змогу продемонструвати себе, але задля цього ми повинні використовувати доступні коди, які легко буде зчитати [Веблен, 1984, гл. iv]. Тобто, одяг, дії, споживання певних продуктів в ресторані – постають тими кодами, які дозволяють підвищити можливість корисного використання демонстративного споживання з конкретною ціллю, а саме віднесення себе до групи вегетаріанців та демонстрації власного стилю життя.

Суміжним поняттям щодо «демонстративного споживання» є мода. Г. Зіммель наряду з Т. Вебленом є одним з першопочатківців у сфері соціологічного дослідження моди. Згідно автору мода має дві головні функції, перша з яких – об'єднувати, а друга – індивідуалізувати. Завдяки моді ми можемо об'єднуватись з однодумцями і утворювати спільноти за інтересами, але в той же час демонструвати те, якими ми є і створювати завдяки власним ідеям нове – модне середовище. Мода – це «послідовування певному зразку, завдяки чому вона дає змогу покривати потребу у соціальній підтримці та опорі» [Зіммель, 1996], в той же час, мода «задовільняє потребу у розрізненні, диференціації та виділенню з маси людей» [Зіммель, 1996].

Зараз ж модно бути частиною якоїсь споживчої групи: хтось споживає лише продукти екологічного походження, інші споживають виключно локальні продукти, які вирощені на просторах власної країни, а інші, як от вегетаріанці – окреслюють свої кордони завдяки неспоживанню м'яса. Чому ж тоді вегетаріанство можна вважати модною течією за Зіммеєм? А тому, що він наголошує на тому, що модним залишається те, що не розповсюджене на всіх [Зиммель, 1996]. Тільки як річ стає надто поширеною і популярною, кожен може отримати її у вільному доступі – вона стає нецікавою. Цю парадигму можна сміливо застосувати і до вегетаріанства, перехід до якого потребує неабияких зусиль, знань та ресурсів і не є легкодоступним.

Цікаво, що іноді причиною залучення до якої-небудь модної сфери може стати несприйняття або невиправдання очікувань індивіда в суспільстві. В цьому разі мода стає засобом реалізації власного Я і дозволяє виокремити людину із сірої маси, відчувати себе важливим і потрібним. Можливо, в деяких випадках вегетаріанству слідує особи, що зневірилися у собі та не знайшли власного призначення, проте, наразі, таких досліджень ще не було проведено. Але, в будь-якому разі, залучення до нової спільноти завжди тягне за собою нові знайомства, практики, а що найважливіше – можливість вираження власної індивідуальності, власного стилю життя.

Дослідником, який говорить про культурні і сакральні практики є британський антрополог Е. Лич. На його думку, все людське існування заключається у символізмах та символічній діяльності. Однією з центральних його тез є ритуали. Він говорить, що всі людські дії умовно можна поділити на дві підгрупи: «do things» та «say things». Щодо перших, то тут йдеться про повсякденні, технічні та автоматизовані дії, щодо других – вони містять у собі так зване «естетично-інформаційне» навантаження [Черных, 2015]. Друга категорія згідно Е. Личу – це ритуали, до яких можна віднести і вегетаріанство. Це щось глибше, те, що ми можемо обирати і в той же час, наповнювати це значенням. Можна взяти яскравий приклад людей, які є неповними вегетаріанцями, але раз в тиждень роблять день без м'яса. Таким чином, вони

вкладають у свій вчинок сакральне значення, що постає вже певним ритуалом з точки зору практик, які вони реалізують.

Можна підкреслити і те, що створюється наче опозиція між священним, тобто сакральним і повсякденним. Якщо в повсякденності більшості притаманний м'ясоїдний спосіб життя, де часу на роздуми про щось глибше, про екологію та морально-етичні практики немає, то в сакральному – є елемент ритуалізму і священності, про що пише Е. Лич [Лич, 2001, с. 64]. Таке розрізнення між двома світами – простим і сакральним по суті, це підтверджує і його центральну тезу про ритуали.

Вивчення культурного споживання постає важливим феноменом, що допомагає прослідкувати соціальну структуру, яка заснована на класових та статусних відмінностях, а також символічні кордони між соціальними групами. Водночас культурне споживання може бути визначене і в контексті стилю життя, що виражає соціальну позицію її власника. Окрім цього, культурний репертуар споживання розглядається в якості складової культурного капіталу і таким чином постає основою для соціальної диференціації. Втім, в ключі сучасного суспільства споживання все більше актуалізується і демонстративне споживання, яке має на увазі споживання їжі, одягу та продуктів крізь призму самовираження, а також під впливом модних тенденцій та течій. Все частіше спостерігаємо такі модні та актуальні тенденції як: екологічність, стійкість і відповідно до цього вкрай умісним є і вегетаріанство як стиль життя, що одночасно задовільняє потреби у здоровому харчуванні, екологічності і до того ж дає змогу продемонструвати те, що індивід «в темі» і розуміється на трендах сучасності. А в ключі надання глибинного значення вегетаріанству як чомусь «унікальному», «ритуалізованому» та «специфічному» можемо розкривати цю тематику як частину сакрального та потаємного.

2.3 Причинна теоретична модель вегетаріанства як стилжиттєвої практики.

Практики споживання їжі та формування здорового харчування, за допомогою регульованого споживання конкретних продуктів харчування

досліджуються соціологами у відповідності до конкретних умов життя сучасної людини: релігійні вподобання, національно-етнічна приналежність, характер трудової діяльності, інтенсивність соціальних комунікацій, а також індивідуальним стилем життя. Установка на індивідуалізм в харчуванні є своєрідним проявом соціального тиску в споживанні їжі, а дослідження раціону мають практичну значимість діагностики соціального благополуччя в суспільстві.

Розширення можливостей для демонстрації та презентації індивідуальності, способом обраного стилю харчування сьогодні постає важливим трендом розвитку суспільства споживання. Стилiзація в сфері харчового споживання є яскравим прикладом стилізації життя сучасної людини в цілому, що обумовлено розвитком масових комунікацій, стрімкою урбанізацією та ростом соціальної мобільності населення. Зростає потреба індивідів у формуванні соціальних відмінностей, а також конструюванні соціальної ідентичності, за допомогою власних споживчих практик.

Зараз вегетаріанство – це більше про індивідуальний вибір та повсякденні практики у способі життя [Cherry, 2006], аніж рух, де люди використовують свою купівельну спроможність для того щоб продемонструвати свою приналежність до певного класу.

Було виявлено, що такі дружні підходи, як обмін рецептами, обговорення власного прикладу переходу до вегетаріанства, обговорювання порад щодо прийняття веганського або вегетаріанського способу життя, як правило, "сприяють збільшенню шансів на прийняття вегетаріанської або веганської ідентичності" [Christopher, Bartkowski and Haverda, 2018].

Чинники, через які люди стають вегетаріанцями, можуть сильно впливати на те, як вони дотримуються дієти та довготривалості такого способу життя. Повідомлялося, що люди, які змінили дієту з етичних причин, мали більш сильні переконання щодо того, щоб бути вегетаріанцями, і, швидше за все, вони будуть вегетаріанцями довше [Hoffman et al., 2013].

Чинники, що сприяють переходу до вегетаріанства як основного стилю життя, також можуть визначати особистість людини більше, ніж саме харчування. Наприклад, вегетаріанці з причин здоров'я скоріше будуть ідентифікуватися за споживчими практиками, такими як харчування та споживання рослинних продуктів, тоді як «етичні» вегетаріанці, швидше за все, визначатимуться як захисники тварин та боротьбою за екологічність. До прикладу, носитимуть еко-шуби, еко-шкіру, тощо. До того ж, було виявлено, що така різниця поглядів в межах одного стилю життя може призвести до конфлікту всередині вегетаріанської спільноти. Було встановлено, що етичні вегетаріанці критикують вегетаріанців за станом здоров'я, вважаючи цю причину егоїстичною [Christopher, 2018].

Враховуючи емпірично виявлені розрізнення, можна уточнити основні чинники, що сприяють вегетаріанству як способу життя. Аналізуючи вегетаріанство як стилезиттєву практику, кожен чинник слід розглядати в межах різних репертуарів, які формуються за умов різних життєвих обставин і потреб, різних соціальних позицій і диспозицій людей. За цими репертуарами і відбувається соціальне розрізнення. Аналіз результатів спеціальних досліджень дозволяє виокремити наступні репертуари, що обумовлюють різні стилезиттєві практики вегетаріанців.

Етико-екологічний репертуар. Це так-званий репертуар захисту тварин та охорони навколишнього середовища, в якому використовуються такі мовні маркери, як «експлуатація тварин» та «знущення над тваринами». Центральною тут постає проблема взаємовідносин людини, тварини та всієї планети Землі. В даному репертуарі вибір вегетаріанства заснований на цінностях природи та тваринах. А турбота побудована навколо бережного ставлення до екосистеми. Тут мають місце диспозиції, що могли бути сформовані у ході соціалізації, коли батьки вчили нас любові, захисту ближніх, в тому числі тварин та навколишнього середовища. Часто-густо такі особи займаються активною соціальною діяльністю і схильні участі в благодійних проектах [Ариф, 2019].

Репертуар власного здоров'я. Наступним вкрай важливим репертуаром є власне здоров'я. Турбота про тіло в останні роки набуває неабиякого поширення. Це пов'язано з бажанням жити добре, продовжити довголіття, проживати активну старість та не хворіти на загал. До того ж, повсюдно активізується імператив худого тіла, до якого закликають у ЗМІ, а також популярні блогери, зірки та «інфлюенсери» на своїх сторінках у соціальних мережах останні декілька років, диктуючи тим самим правила та те, що є модним та актуальним. З цієї точки зору, велика кількість таких людей, які ведуть свої блоги чи в Instagram, Youtube чи Facebook (їх можна вважати основними каналами та найбільш популярними) обирають такий стиль життя і спосіб харчування та активно його пропагують у мережі. Сюди ж можна віднести і популярних голівудських зірок, які обрали вегетаріанство, активно розповідають про нього, знімають ролики на дану тематику та відповідно яким індивіди прагнуть слідувати. Серед них найбільш відомими є: Beyonce, Бенедикт Камбербетч, Зак Ефрон, Еллі Гулдінг, Мадонна, Наталі Портман, Майлі Сайрус, а також экс-президент США Біл Клінтон [Ballard and Garrity, 2018]. Здебільшого вони таки і обґрунтовують свій вибір на користь здоров'я. Проте, перш за все, що стосується послідовництва вегетаріанству популярних зірок, то варто зазначити, що за це відповідають певні позиції, а саме доступ до економічних, соціальних і культурних капіталів, що призводить до вимушеного вибору і відповідно демонстративного споживання, що сприяє значущості самого явища вегетаріанства. Ключовими поняттями тут постають: саме здоров'я, харчові звички, спорт, лікування, обмеження.

Репертуар моди (наслідування, демонстративного споживання). Полягає у тому, що у сучасному світі мода – це не лише про вищі класи. Модним зараз може стати практично будь-хто з розвиненим культурним та економічним капіталом. Якщо раніше, згідно Т. Веблену у праці «Теорія бездіяльного класу: Економічне дослідження інституцій» мода існувала як засіб демонстративного споживання вищими класами і її основною функцією була саме демонстрація статусу та матеріального становища, то зараз це радше про культурну

обізнаність, знання та наслідування. Відповідно до того, що вегетаріанство набуває поширення з кожним роком по усіх континентах, такий стиль життя стає не лише вигідним для здоров'я та для захисту навколишнього середовища, а задля того, аби продемонструвати себе у новому світлі. Інколи, індивіди, не усвідомлюючи всієї глибинної суті вегетаріанства просто починають слідувати іншим, адже хочуть бути «як решта». Так і створюється популярне середовище тих, хто переходить до вегетаріанства, через всесвітню популярність. А слідування таким тенденціям популярними зірками та блогерами тільки підсилюють тезу про те, що часто вегетаріанство це про моду та демонстративне споживання.

Активістсько-просвітницький репертуар. Даний репертуар дещо перегукується з попереднім модним репертуаром, адже він про моду та активну соціальну діяльність одночасно. Деяким індивідам не достатньо просто бути носіями трендів, іноді їм хочеться бути тими «месниками», які можуть змінити світ і зробити його кращим. В даному репертуарі, особи, будучи вегетаріанцями ведуть просвітницьку соціальну роботу з іншими. Це можуть бути невеликі блоги у соціальних мережах, або ж канали мільйонники на YouTube, де люди поширюють інформацію про вегетаріанство, здорові рецепти, діляться практиками та ідеями, які б могли розвинути та розповсюдити вегетаріанство тощо. Сюди можна віднести і творців та діяльнісних учасників вегетаріанських організацій, які не лише слідують вегетаріанству, але й чинять значний вплив на суспільство.

Релігійний репертуар. Цікавим є релігійний репертуар, адже в цьому випадку відмова від м'яса розглядається як частина релігійного розвитку особистості. Саме «релігія здійснює значний вплив на харчові звички та вподобання прихильників різних конфесій, а також диктує заборони на ряд продуктів» [Новикова, Султаева и Галицкий, 2013]. В буддизмі, до прикладу, не заохочується споживання м'яса, риби, часнику та цибулі. А в індуїзмі, вегетаріанство розглядається як один із засобів досягнення милостивого способу життя, адже корова в Індії вважається священною твариною та

охороняється конституцією. Один з таких напрямків розповсюдження індуїзму спостерігається і в Україні, а саме: «Общество Сознания Кришны в Украине». У Києві у них є власний храм «храм Міжнародного товариства свідомості Крішні», а на вулицях можна часто зустріти представників «Крішні», які співають власну мантру. В рамках цієї релігійної течії забороняється споживання яєць, м'яса, риби, часника, цибулі, збуджуючих та дурманливих напоїв: кави та чаю. Тому, варто наголосити, що перехід до вегетаріанства як релігійний чинник має на меті включення в релігійні практики конкретної релігії чи вірування: медитації, ритуали та обряди. В такому випадку «чужими» постають християни, проповідники ісламу чи іудаїзму, де немає заборон на споживання м'яса чи продуктів тваринного походження. В релігійному репертуарі диспозиції утворюють схеми сприйняття реальності, оточення, що сформовані на основі позицій. Це такі утворення, що пов'язані з свідомістю релігійних заборон. І одночасно релігійний репертуар може виступати екологічним та етичним чинником, який виходить з прояву таких диспозицій як: «Не вбий».

Гастрономічний репертуар. Гастрономічний репертуар або репертуар смаку напряму пов'язаний із індивідуальними вподобаннями людей. Смаки та вподобання вегетаріанців є тими механізмами, які дають змогу відрізнитись. Споживання нового типу – символічне, переносить відмінності, вписані у фізичний стрій тіла, в символічний простір знакових відмінностей. Саме смак перетворює об'єктивно класифіковані практики, за допомогою яких визначається соціальне положення, в символічне вираження класової позиції фактом одночасного і взаємозв'язаного сприйняття у відповідності з соціальними схемами класифікації. Таким чином, він лежить в основі системи відмінних ознак, яка визначає умови існування того чи іншого класу, тобто як особливий стиль життя. Розглядаючи тіло, як найбільш очевидну матеріалізацію смаку, П. Бурдье вказує, що сприйняття різними класами тіла і впливу на нього їжі, яка споживається – відрізняються. «Робочі класи віддають перевагу силі і купують дешеві, калорійні харчові продукти, коли професіонали

(середній та вищий клас) концентруються на здоров'ї, споживаючи смачну, здорову, легку і нежирну їжу».

Економічний репертуар. Були проведені різні дослідження щодо того, чи мають вегетаріанці / вегани вищий соціально-економічний статус, ніж вегетаріанці / вегани. Деякі дослідження виявляють сильну кореляцію між високим рівнем доходу та практикою вегетаріанства / веганства; інші, з іншого боку, не знаходять кореляції [Beardsworth and Bryman, 2004]; ще інші вважають, що вегетаріанці / вегани мають нижчий соціально-економічний статус, ніж решта населення [Vinnari, Mustonen and Räsänen, 2010]. А дослідження проведене у 2019-2020 році засвідчило те, що продукти рослинного походження, що замінюють продукти тваринного походження є надто дорогими. [PI, 2020]. Таким чином, важко відповісти науково на питання, чи пов'язане вегетаріанство / веганство з певним соціально-економічним статусом, тому даний репертуар на разі не є ключовим.

Деякі люди, які дотримуються дієти, приховують своє вегетаріанство, використовуючи харчову алергію як причину. В інших випадках вегетаріанська або веганська особистість може бути більш приватною частиною їхньої ідентичності. Одні люди, які дотримуються вегетаріанського способу життя не бажають розголошувати, тоді як для інших це спосіб сприяти вегетаріанству, наприклад, задля добробуту тварин, навколишнього середовища або для власного здоров'я [The Vegan Society, 2019].

Таким чином можна охарактеризувати стиль життя – вегетаріанство, до якого належать певні сукупності людей із подібними габітусами (диспозиціями), що займають близькі або однакові позиції, тобто буття яких зумовлено однаковим, спільним чинником, а саме – відмовою від м'яса. Оскільки вегетаріанство, як стиль життя, за Бурдьє – це систематичний продукт габітусу, система класифікованих практик та знаків, які розрізняють. Серед вищезазначених основних репертуарів: етико-екологічного репертуару; репертуару власного здоров'я; репертуару моди; репертуару просвітництва; духовного репертуару; гастрономічного, а також можна виокремити також

наступні стилі споживання: гедоністичний, екологічний, етичний, самовираження. Етичний та екологічний етоси постають однією етикою, але з двома напрямками: споживання етично «для себе» та етично «для інших». Що стосується етичності «для себе», то це можна віднести до репертуару власного здоров'я (турбота про власне тіло), а також духовного репертуару (етично, корисно для власної душі). Етичність «для інших» відображається у екологічному репертуарі, де людина ставить центральною проблемою турботу про навколишнє середовище. Також, про етичність для інших частково може свідчити і репертуар просвітництва, у якому людина стимулює інших до переходу на такий стиль життя. І під кінець, слід сказати і про самовираження, де особа має на меті продемонструвати себе і тим самим підкреслити свій статус.

Підсумовуючи, слід сказати, що незважаючи на всі вищезазначені чинники переходу на вегетаріанство як стиль життя їх об'єднує відмова від певних продуктів тваринного походження та відповідно самого м'яса. Мотивація та причини, що сприяють вегетаріанству розглядаються по-різному. Прихильники захисту тварин можуть критикувати послідовників «вегетаріанства заради власного здоров'я» через надмірну егоїстичність і навпаки. Проте, як одна велика ком'юніті, що об'єднує однодумців вегетаріанство постає цікавою стилежиттєвою практикою, яку цікаво досліджувати та виявляти нові чинники та причини, які мотивують до такого стилю життя.

Висновки до другого розділу

Вегетаріанці, формуючи власну групу, ідентичність, стиль життя, тим самим формують власні кордони відмовою від м'яса та продуктів тваринного походження і створюють опозицію до інших дискурсів харчування та стилів життя на загал.

Споживання стає формою знакових відмінностей соціальних класів, а стилізація життя посилює ці відмінності та легітимізує їх, а також виступає формою впливу на групи з іншими життєвими стилями, шляхом нав'язування

їм свого власного бачення людини та світу [Бурдье, 1998]. Дослідження капіталу, та полів соціального простору, що перетинаються і відповідних їм життєвих стилів дозволяє розширювати пізнавальні можливості у вивченні сучасного суспільства, виявленні таких чинників життєвих стилів, наприклад, як культурний та матеріальний капітал батьків, освіта, професійний статус та особистий дохід. Бурдье розглядав стиль життя в якості систематичного продукту габітуса, тобто відрефлексованої щоденної звички. Стиль життя допомагає зрозуміти, що лежить в основі організації щоденного життя людини, він має ключову роль у формуванні соціальної ієрархії, оскільки саме в ньому знаходять відображення культурний та економічний капітал.

Культурне споживання як таке, розглядається одночасно з точки зору практик та смаків. І врахування саме цих двох аспектів постає важливою стороною розгляду вегетаріанства як стиліжиттєвої практики. Смаки та вподобання демонструють культурні відмінності, в той час як включеність в практики визначається певними мотиваціями.

Основними групами чинників, що впливають на перехід до вегетаріанства є так-звані репертуари споживання: *етико-екологічний репертуар, репертуар власного здоров'я, релігійний репертуар, репертуар моди, активістсько-просвітницький репертуар, духовний репертуар, гастрономічний та частково економічний*. Умовно, вегетаріанці всередині своєї групи чи спільноти можуть навіть протистояти, через свої мотивації. Екологічні та етичні вегетаріанці вважають, що причини переходу на вегетаріанство через питання власного здоров'я або самовираження є дещо егоїстичними і не враховують вкрай важливих чинників екології та тварин, що страждають.

Смаки та вподобання вегетаріанців є тими механізмами, які дають змогу відрізнитись. Споживання нового типу – символічне, переносить відмінності, вписані у фізичний стрій тіла, в символічний простір знакових відмінностей. Саме смак перетворює об'єктивно класифіковані практики, за допомогою яких визначається соціальне положення, в символічне вираження класової позиції фактом одночасного і взаємозв'язаного сприйняття у відповідності з

соціальними схемами класифікації. Таким чином, він лежить в основі системи відмінних ознак, яка визначає умови існування того чи іншого класу, тобто як особливий стиль життя.

Культурне споживання в даному випадку було оприділене в контексті стилю життя вегетаріанців, що виражає соціальну позицію її носія. А окрім цього культурне споживання розглянуте в якості складової культурного капіталу, що є основою для соціальної диференціації. Дослідження досвіду культурного капіталу дозволяє вяснити значимість вегетаріанства у суспільстві, а також стати основою для подальшого дослідження вегетаріанства як стилжиттєвої практики.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КУЛЬТУРНИХ РЕПЕРТУАРІВ ВЕГЕТАРІАНСТВА ЯК СТИЛЮ ЖИТТЯ

3.1 Програмні засади дослідження

Які мотиви, причини обумовлюють вибір вегетаріанського стилю життя в українському суспільстві? В яких культурних репертуарах такі стилі практикуються? Пошуку відповідей на ці питання присвячується емпіричне дослідження із застосуванням якісної методології. Якісні дослідження мають пояснювальну спрямованість, характеризуються опрацюванням досліджуваних аспектів поведінки споживачів, дають уявлення про приховані мотиви і потреби споживачів. Одним із найпоширеніших таких методів є метод глибинного інтерв'ю. Цей метод допомагає краще розібратися в поведінці споживачів, в емоційних і особистісних аспектах, у прийнятті рішень на індивідуальному рівні, отримати дані про мотивації та причини стосовно певного явища. Ефективність цього методу визначається тим, що інтерв'юери можуть встановлювати зв'язок з учасниками, щоб вони почувалися комфортніше та легше, що дає змогу отримати більш «правдиві» відповіді, а також є змога коригувати інструментарій в процесі збору інформації та отримувати додаткові корисні результати.

Дослідження проводиться із метою виявлення культурних репертуарів вегетаріанства як основного стилю життя в українському суспільстві, причин та мотивів їх вибору представниками молоді, соціальних чинників вибору вегетаріанства як основного стилю життя, описати вегетаріанців, фокусуючись, зокрема, на мотивах, зразках поведінки й варіативності індивідуального вибору споживачів, що в результаті дає змогу співставити та проаналізувати результати у відповідності до культурних репертуарів.

Об'єктом емпіричного дослідження є вегетаріанці серед молоді віком до 30 років, що обрали вегетаріанство в якості основного стилю життя.

Предметом дослідження виступають культурні репертуари вегетаріанства, їх чинники і мотиви вибору.

Виділимо основні завдання, які мають бути вирішені в процесі дослідження:

1. Ідентифікувати емпіричні форми і смисли практикування вегетаріанства, здійснити їх емпіричне розрізнення (класифікацію).
2. Визначити місце практик вегетаріанства в структурі життєвих цінностей індивідів.
3. На основі емпіричного визначення форм, смислів вегетаріанства та його місця в структурі життєвих цінностей – зробити емпіричну ідентифікацію культурних репертуарів вегетаріанства.
4. Емпірично визначити соціальні чинники, що впливають на вибір практик вегетаріанства як основного стилю життя; дослідити їх подібність/відмінність в залежності від культурних репертуарів вегетаріанства.
5. Емпірично визначити соціально типові мотиви, що підштовхують індивідів до вибору вегетаріанства як основного стилю життя, та їх зв'язок з культурними репертуарами, що практикуються вегетаріанцями.

Основні гіпотези дослідження засновані на ідеї про те, що люди, що обирають вегетаріанство в якості основного стилю життя в українському суспільстві, частіше мотивуються етичними та екологічними причинами (любов до тварин та їх захист) та метою покращення свого здоров'я, аніж економічними чинниками або релігійними поглядами. Поширеним також є прийняття вегетаріанства в якості *модного репертуару* та демонстративного споживання. Дані ідеї ґрунтуються, по-перше, на наявності в науковій та публіцистичній літературі найбільшої кількості публікацій, досліджень та даних саме стосовно етичних та екологічних причин переходу до вегетаріанства. Найбільша кількість досліджень, що стосуються відмови від м'яса, пояснюють це саме причинами екології та здоров'я. До того ж, з

розвитком інформаційного суспільства в індивідів є можливість вільного доступу до будь-якої інформації. Відповідно, люди більше читають, а про свої харчові уподобання є більше можливостей говорити, зокрема, через власні блоги, чати, канали в месенджерах та соціальних мережах, що суттєво поширює інформаційно-комунікативне поле. Втім, емпірично це недостатньо перевірено.

Частіше всього, за власними спостереженнями авторки роботи, було помічено, що люди, що слідуєть вегетаріанству, веганству та іншим підвидам відмови від м'яса схильні до того, аби демонструвати свій стиль життя іншим, а саме: виходячи на мітинги, акції, проводячи різноманітні заходи задля поширення такого стилю життя. Припускається також, що в межах одного стилю життя існують різні культурні репертуари послідовництва вегетаріанству. Тож і практики можуть суттєво відрізнитись в межах однієї ком'юніті.

Виходячи з цього, були сформульовані наступні основні гіпотези дослідження:

1. Причини й мотиви, що впливають на вибір практик вегетаріанства як основного стилю життя, є відмінними в залежності від культурних репертуарів вегетаріанства.
2. В практиках вегетаріанства / веганства в українському суспільстві домінують *етико-екологічний репертуар* і *репертуар власного здоров'я* та відповідні мотиви \ причини вибору такого стилю життя.
3. *Економічний* та *релігійний репертуари* не є поширеними серед вегетаріанців \ веганців в українському суспільстві.
4. Мода і демонстративне споживання є поширеними причинами \ мотивами практикування вегетаріанства.
5. Вегетаріанці є активним соціальним середовищем, в якому поширена активна просвітницька позиція, позиція самопрезентації.

Концептуалізація та операціоналізація основних понять та їх виміри

Культурний репертуар споживання (харчування) – сукупність типових практик, звичок, цінностей, норм, смаків, в якій індивіди або групи організовують процес свого інклюзивного споживання (харчування). Культурний репертуар споживання виступає так-званим фреймом, рамковою характеристикою стилежиттєвої практики харчування. Явище культурного репертуару характеризується виразливими «кордонами» споживання (того, що не можна) та гнучкістю: одні його компоненти можуть бути замінені на інші, але в межах певного ціннісно-нормативного фрейму.

Сутність культурного репертуару і аргументація його вибору відбираються з елементів більш широкої культури, конструюють кордони всередині групи, а також між угрупованнями та іншими групами. Культурні вподобання є наслідком соціальної позиції індивіда і таким чином відображають соціальну структуру.

Соціальні чинники індивідуального вибору вегетаріанства – це умови, за яких індивіди міняють свій стиль життя та обирають вегетаріанство. Чинники, через які люди стають вегетаріанцями, можуть сильно впливати на те, як вони дотримуються дієти та довготривалості такого способу життя. Зокрема, серед соціальних чинників можна виокремити: приклад друзів, знайомих; наукова література; фільми тощо.

Мотивація вибору вегетаріанства – комплекс чинників, що має здатність керувати поведінкою та свідомістю людини. Зокрема, що стосується вегетаріанства, завдяки мотивації можна визначити головні спонукальні елементи переходу до певного стилю життя, зокрема вегетаріанства, а також об'єднати цю модель із ціннісними орієнтирами.

Виміри	Індикатори – запитання анкети
Декілька слів про респондента	<ul style="list-style-type: none"> • Стать. • Вік. • Рівень, галузь освіти. • Характер зайнятості (навчається / працює - повна зайнятість, працює - неповна зайнятість / не працює). • Наявність сім'ї, дітей.

	<ul style="list-style-type: none"> • Чи займається спортом, фізичною культурою (зарядка, пробіжка, басейн...)? • Як оцінює стан свого здоров'я? Наявність хронічних захворювань? Алергії – на що?
Тривалість практик споживання + соціальна реакція	<ul style="list-style-type: none"> • Як давно Ви стали вегетаріанцем / вегетаріанкою? • Як відреагували Ваші друзі / батьки / знайомі на перехід до такого стилю життя? • Чи практикують ваші друзі / родичі / члени сім'ї чи знайомі вегетаріанство?
Спонукаючі чинники	<ul style="list-style-type: none"> • Що спонукало Вас до переходу до вегетаріанства? (наприклад: перегляд документального фільму про вегетаріанство чи суміжну тему (напр. екологію, вбивство тварин); після розмови з друзями / родичами / членами сім'ї чи знайомими; перегляд відео в інтернеті; прочитання книг; прочитання та перегляд дописів у мережі; відвідування лекції, виступу чи заходу, тощо).
Мотиваційний чинник	<ul style="list-style-type: none"> • Чому Ви вирішили стати вегетаріанцем / вегетаріанкою? Вкажіть основні причини.
Цінності – що цінується в харчуванні	<ul style="list-style-type: none"> • Чи пов'язане вегетаріанство з Вашими життєвими пріоритетами та тим, що Ви цінуєте у своєму житті? - Підтримка власного здоров'я, корисність харчування для здоров'я; - Смак, апетитний вигляд; - Бути ситим; - Не витратити час на приготування; - Не нашкодити живій природі, не бути «хижаком»; - «Не проміняти душу на шлунок» / не зашкодити духовним потребам; - Бути в тренді; - Допомогати іншим.
Звички (щодо «кордонів»)	<ul style="list-style-type: none"> • Чи уникаєте Ви споживання певних видів продуктів харчування? Яких саме? Як давно? • З чим це пов'язано? (здоров'я, екологічні цінності, релігійні заборони, тощо). • Чи замінюєте Ви м'ясо аналогами зі схожим смаком? (до прикладу, соєве м'ясо). <i>(Етико-екологічний репертуар; репертуар смаку(гастрономічний))</i> • Чи вживаєте Ви цукор? Якщо ні, то як давно? Чи пов'язано НЕ вживання цукру з переходом до вегетаріанства? • Чи викликає у Вас смак м'яса відразу та огиду? <i>(Етико-екологічний репертуар; репертуар смаку (гастрономічний))</i> • Який одяг Ви зазвичай купуєте? (екологічний, натуральний (зі шкіри тварин, пуху, пір'я, чи

	<p>шерсті), б/в (секонд-хенд), інше). <i>(Етико-екологічний репертуар)</i></p>
<p>Практики «До / зараз»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Чи практикували Ви щось з наступного до того, як стати вегетаріанцем: сортування сміття; зменшення використання пластику або повна відмова від пластику; економія води; економія світла; здача одягу на переробку; використання екологічного транспорту; інше...). <i>(Етико-екологічний репертуар)</i> • Чи займались Ви спортом до переходу до вегетаріанства? <i>(Репертуар власного здоров'я)</i> • Чи слідуєте Ви яким-небудь духовним, релігійним практикам в харчуванні? Яким саме? <i>(Релігійний репертуар)</i> • Який підвид вегетаріанства Ви практикуєте? (вегетаріанство; веганство; пескетаріанство; сиродіство, тощо) • Чи пов'язана Ваша основна діяльність (робота, навчання) із вегетаріанством? • Чи займаєтесь Ви діяльністю, пов'язаною із вегетаріанством, у Ваш вільний час? (ведення блогу, відвідування клубу за інтересами, тощо) <i>(Репертуар активістсько-просвітницький)</i> • Чи займаєтесь Ви наступною діяльністю: поширення, пропаганда інформації; агітація інших; роз'яснення переваг вегетаріанства; участь у спеціальних акціях / мітингах / протестах, що сприяють поширенню вегетаріанства у вашому місті/ країні, а можливо всьому світі? <i>(Репертуар просвітництва)</i> • Чи займаєтесь Ви поширенням мережі виробництва чи продажу вегетаріанських та веганських продуктів? • Чи доводилось Вам переконувати кого-небудь з Вашого оточення стати вегетаріанцем? Наскільки успішно? Якщо так, то яким чином: просто розказали чи порадили прочитати книжку/фільм переглянути, тощо... • Чи читаєте Ви спеціальну літературу по темі вегетаріанства? Чи прислуховуєтесь до ідей / висновків / порад? <i>(Репертуар моди)</i> • Чи слідкуєте за блогами вегетаріанців в соц. мережах? Чи прислуховуєтесь до ідей / висновків / порад? <i>(Репертуар моди)</i> <p>+ тут можуть бути уточнюючі питання як впливає література/фільм чи блоги на саму людину</p>
<p>Оціночне сприйняття вегетаріанства як руху, практики споживання</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Як би Ви оцінили своє послідовництво вегетаріанству? З чим воно пов'язане? (<i>мода / престиж / форма вірування / ідеологія збереження природи, тощо</i>)

	<ul style="list-style-type: none"> • Чи робить вегетаріанство людей більш щасливими? Більш здоровими? Більш толерантними, дружніми до інших людей, до природи? • Як Ви вважаєте, чи набуватиме вегетаріанство поширення серед вашої сім'ї, друзів, знайомих та в межах всієї країни? • Чи розглядаєте Ви свій стиль життя, вегетаріанство як далекоглядну перспективу, наприклад, на найближчі 5 років? • Чи не жалієте Ви про свій вибір і чи не хотіли б повернутись назад, до м'ясоїдного стилю життя? • Чи відчуваєте Ви дистанційованість від людей, які споживають м'ясо?
Труднощі	<ul style="list-style-type: none"> • Чи зіштовхувались Ви з якимись труднощами, пов'язаними з Вашим вегетаріанським стилем життя? - Придбання продуктів; - Приготування вегетаріанських страв; - Обмеження в закладах харчування (кафе, ресторани...); - Критичне / скептичне / неповажне ставлення з боку родичів, друзів, знайомих чи інших людей; - Дистанційованість з іншими, хто вживає м'ясо; - Ярликування (стигматизація).

У якості методу збору первинної соціологічної інформації використовується **метод глибинного інтерв'ю**. В умовах карантину здійснювались віддалені відеоінтерв'ю за допомогою використання технологічно-комунікативних можливостей Skype, Zoom та Telegram. Інструментарій дослідження (гайд глибинного інтерв'ю) включає сформовані питання відповідно до завдань дослідження, які могли бути скориговані або доповнені під час глибинного інтерв'ю. Гайд глибинного інтерв'ю представлено у додатку А.

У якості **методу відбору респондентів** для проведення глибинного інтерв'ю було використано модель 4 вікон. За допомогою даного методу отримуємо змогу опитати не лише потрібних представників певного явища, але й розділити їх на підкатегорії. Відповідно до цього, було виокремлено 4 категорії (4 вікна) респондентів за рівнем обізнаності та експертності:

1) *Типові представники.* Особи, що володіють типовими характеристиками носіїв даних практик. Сюди віднесемо вегетаріанців, які не споживають м'яса, тобто є класичними вегетаріанцями, які слідують такому стилю життя щонайменше пів року.

2) *Нетипові представники.* Носії нетипових властивостей даної практики. До таких осіб віднесемо дещо «глибших» вегетаріанців, які не лише не споживають м'яса, але й інших продуктів тваринного харчування. Це можуть бути вегани – особи, що не споживають будь яких продуктів тваринного походження, в тому числі меду та яєць; флексетаріанці – особи, що дотримуються рослинної дієти, втім є доволі гнучкими і час від часу можуть дозволити собі. Цікавим є факт, що дане слово стало словом року згідно з «Американським діалектичним товариством» за 2003 рік [The American Dialect Society, 2003], в номінації «Найкорисніше: слово чи фраза, яка найбільше задовольняє потребу в новому слові». Також, це можуть бути такі нетипові представники вегетаріанства як пескетаріанці – по суті ті ж вегетаріанці, які допускають вживання риби та морепродуктів. Існують також ово-вегетаріанці, які споживають яйця, але вживають молочні продукти і лакто-вегетаріанці, які, навпаки, не їдять яєць, але можуть включати у раціон молочні продукти. І останні, вегетаріанці-сироїди, які не вживають не те що тваринної їжі, а взагалі не піддають їжу термічній обробці.

3) *Експерти.* Це носії найбільш повних знань про практики. Експертами у сфері вегетаріанства постають особи, які перш за все, самі є вегетаріанцями і одночасно ведуть підприємницьку діяльність у цій сфері: мають кафе, ресторани, магазини здорового харчування, тощо. Також, сюди віднесено нутриціологів та експертів у галузі охорони здоров'я, що не споживають м'яса і пропагують таку ідею у своїх блогах, або безпосередньо на робочому місці.

4) *Специфічні.* Носії типових властивостей, але не носії самої практики. Найскладніша з 4 категорій для оприділення, адже більшість осіб, які не споживають м'яса вважають себе вегетаріанцями. Втім, до специфічної категорії можна віднести осіб, які працюють у вегетаріанських кафе, чи

магазинах, є частиною цього всього процесу, але не вважають себе вегетаріанцями. Також, це можуть бути члени вегетаріанських сімей, які не є вегетаріанцями. Специфічні представники дають змогу побачити явище зі сторони і оцінити його доволі критично з власними зауваженнями та оцінками.

Для організації глибинного інтерв'ю було відібрано 4 категорії респондентів, а саме вегетаріанців / веганців та інших підвидів вегетаріанства, які не споживають м'яса (експерти, типові та нетипові представники), а також «специфічних» респондентів, які дотичні до вегетаріанства у повсякденному житті, але не слідує такому стилю життя.

Усі респонденти віком від 18 до 30 років і мешкають у різних містах України. Категорії респондентів за ознакою зайнятості були різними: студенти, що навчаються і не працюють; студенти, що мають роботу; дорослі особи, які мають постійну роботу.

Соціально-демографічні характеристики респондентів

№ респондента	Стать (ж./ч.)	Вік	Місце проживання	Сфера діяльності	Тривалість практик	Категорія респондента
№ 1	Ж.	18 р.	Донецька область, м. Дружківка	Студентка. Не працює.	1 рік	Типові представники
№ 2	Ж.	22 р.	м. Київ	Фотограф, фрілансер.	3 роки	Типові представники
№ 3	Ж.	27 р.	м. Київ	Директор ГО «Кожна тварина».	10 років	Експерти
№ 4	Ч.	20 р.	м. Житомир	Юрист.	5 років	Типові представники
№ 5	Ж.	21 р.	м. Київ	Студентка, працює в сфері адміністрування.	1,5 року	Типові представники
№ 6	Ж.	21 р.	м. Рівне	Студентка, працює в сфері освіти.	6 років	Нетипові представники

№ 7	Ж.	21 р.	Донецька область, м. Волноваха	Працює в сфері маркетингу.	3 роки	Нетипові представники
№ 8	Ж.	27 р.	м. Київ	Працює в сфері ІТ (гейм-індустрія).	2 роки	Нетипові представники
№ 9	Ж.	21 р.	м. Одеса	Студентка, не працює.	1 рік	Нетипові представники
№ 10	Ч.	20 р.	М. Київ	Студент, працює.	3,5 роки	Нетипові представники
№ 11	Ж.	20 р.	м. Лубни	Студентка, працює в сфері маркетингу.	-	Специфічні представники
№ 12	Ж.	17 р.	Волинська область, с. Духче	Студентка, не працює.	2,5 роки	Типові представники
№ 13	Ж.	22 р.	Київська область	В декретній відпустці.	3 роки	Типові представники
№ 14	Ж.	20 р.	м. Миколаїв	Працює вчителем та репетитором.	9 років	Нетипові представники
№ 15	Ч.	25 р.	М. Львів	Працює в сфері ІТ.	2 роки	Типові представники
№ 16	Ч.	23 р.	Львівська область, м. Стрий	Студент, працює в галузі охорони здоров'я.	-	Специфічні представники
№ 17	Ч.	28 р.	м. Черкаси	Має власний бізнес.	2 роки.	Експерти
№ 18	Ж.	21 р.	м. Одеса	Студентка, працює в сфері маркетингу.	-	Специфічні представники
№ 19	Ч.	29 р.	м. Львів	Власник веганського кафе.	11 років.	Експерти

В ході дослідження було проведено 19 глибинних інтерв'ю в період з 1.04.2021 по 30.04.2020 року. Середня тривалість одного інтерв'ю складала 30 хвилин. Транскрипти інтерв'ю представлені у додатках Б – И.

Аналіз матеріалів інтерв'ю було здійснено за методом Шутце, який дозволяє вивчити структури та процеси, які впливають на життя і досвід індивіда, в результаті чого було досягнуто мети, а саме – виявлення культурних репертуарів вегетаріанства як стилю життя, причин та мотивів їх вибору вегетаріанства.

Для відбору респондентів було застосовано наймовірніший метод, а саме спрямований квотний відбір респондентів, що представляють 4 зазначені вище категорії. Відбирались ті потенційні респонденти, які були найбільш інформативними в своїй категорії та найбільше відповідали завданню дослідження. Саме такий метод найкраще підходить, коли необхідно створити вибірку із представників, про яких є певні знання на основі попереднього досвіду, а також, коли досліднику заздалегідь відомо, які представники стануть найкращими респондентами у конкретному випадку.

3.2 Результати дослідження та їх обговорення

Логіка викладення структури аналізу та представлення результатів здійснена згідно з вищеокресленими завданнями та структурою інструментарію (Додаток А). Аналіз даних, отриманих із застосуванням методу глибинного інтерв'ю, дозволяє виокремити основні групи чинників (класифікацію), що сприяли переходу на вегетаріанський спосіб життя, відмову від м'яса та продуктів тваринного походження. Перш за все, це етичні чинники, а саме чинник любові до тварин (не бути «хижаком»), або ж як зазначила респондентка № 14: *«не бути експлуататором»*, також це екологічні чинники, і особливий чинник прикладу власних друзів, чи знайомих, тобто в цьому випадку це бажання наслідування, що спричинено можливістю масової комунікації, спілкування через спеціальні сервіси повідомлень, а також завдяки розширенню кола спілкування. Респондентка № 5 зазначила, що перехід до такого стилю життя був *«випробуванням власної сили духу, спортивним інтересом. Я сама*

поставила собі запитання: "а цікаво чи зможу я протриматись тиждень без м'яса?", - тиждень протрималась, потім два...», а респондентка № 14 вказала: «...це був експеримент, наскільки довго я зможу протриматися не вбиваючи тварин заради свого проживання.» У респондентки №2 було зацікавлення: «Як то жити без м'яса?». Проте, якщо брати в більшості, то такий чинник як любов до тварин є найбільш поширеним серед усіх категорій респондентів. (Додаток Б)

Відповідно до етичних причин переходу до вегетаріанства та інших підвидів відмови від м'яса слід виокремити найпоширеніший – *етико-екологічний репертуар*. Як було зазначено у попередньому розділі: «це так званий репертуар захисту тварин та охорони навколишнього середовища, в якому використовуються такі мовні маркери, як «експлуатація тварин» та «знущання над тваринами». Центральною тут постає проблема взаємовідносин людини, тварини та всієї планети Землі». І справді, чи не найпоширенішим словом серед усіх респондентів стало «експлуатація» у різних варіаціях.

В більшості, респонденти зазначали, що вегетаріанство пов'язане з їх життєвими цінностями, якими переважно є любов до тварин, екологічність та гуманність. Що стосується здоров'я, то респонденти зазначали, що здоров'я – це скоріше похідний фактор у їхньому послідовництві вегетаріанству та веганству, або взагалі не має відношення до цього. До прикладу, респондентка №3 зазначила: «Це не для здоров'я. Я харчуюсь так як і раніше, лише за виключенням продуктів тваринного походження», а респондентка №4 вказала: «Взагалі вегетаріанство чи веганство це не про здоровий спосіб життя». Те ж саме зазначив і респондент №15: «Рослинне харчування – це не запорука здоров'я».

Але тут варто зупинитись та оцінити відповіді специфічних представників, які тісно спілкуються з вегетаріанцями, втім не є ними самими. Такі особи вказували на те, що їхні друзі та колеги не стали здоровішими, а навпаки. Респондент №16, що працює в галузі охорони здоров'я зазначив: «Рослинна дієта не може забезпечити організм усіма необхідними мінералами

та вітамінами, тому я проти повної відмови від м'яса та продуктів тваринного походження».

Ще одним важливим моментом з цієї точки зору, є виокремлення основних спонукальних ситуацій та контекстів, адже таке явище, як любов тварин властиве не лише вегетаріанцям та веганам, але й великій частині людей на планеті. Такими ситуаціями та контекстами постають перегляди фільмів, роликів прочитання спеціальної літератури і різноманітні рухи, які були зразком такого стилю життя. (Додаток В) Найпопулярнішим фільмом серед усіх респондентів є «Земляни» Шона Монсона, відзнятий у 2005 році.

Що стосується реакції друзів, батьків, знайомих на перехід до такого стилю життя, то тут відповіді дуже різняться. Одні респонденти зазначали, що оточення відреагувало позитивно, інші, що негативно, але щодо загальної тенденції, то це 50/50. Однозначно сказати важко, адже усі респонденти відповідали по-різному. Втім є одна загальна тенденція: старше покоління виявляється більш радикальним щодо поглядів на вегетаріанство. Респондент №10 зазначив, до прикладу: *«Важко також зі старшим поколінням, їм я розповідаю про веганство лише, якщо запитують».* Респондентка № 11 також роздумувала в даному напрямку: *«Говорячи про скептичне ставлення, то впевнена, що таке ставлення є від старшого покоління (батьків, бабусь та дідусів)».* Деякі приклади відповідей, що демонструють розбіжні настрої можна переглянути у додатку Г.

Цікаво, що у всіх респондентів є члени сім'ї, друзі або знайомі вегетаріанці. У декого вони з'явилися після переходу на такий стиль життя, а дехто простимулював друзів, або родичів до відмови від м'яса. Зокрема, респондентка №3 зазначила: *«Мій чоловік та брат стали веганами. Чоловік став практично одразу після мене, а брат став вегетаріанцем спершу, а потім теж перейшов на веганство і вже 2 роки – він веган».* А респондентка №6 тільки з переходом до такого стилю життя знайшла однодумців: *«В мене є друзі вегани, але вони не стали веганами після того як я з ними познайомилась, я познайомилась з ними, коли вони вже були веганами, я знайшла їх у*

«веганській тусовці». Респондент №10 також зазначив, що його перехід до веганства мав вплив на близьких: *«Тепер сестра практикує і друзі. Взагалі, коло спілкування змінилось. Друзі, які були раніше – теж почали веганити. Дома помало теж все змінюється, хоча насправді важко з цим»*. Більше відповідей респондентів щодо оточення можна прочитати у додатку І.

Після переходу до вегетаріанства у більшості респондентів сформувались позитивні звички. Практично усі респонденти зазначали про те, що вони займаються спортом, стараються вживати здорові та поживні продукти, такі як овочі та фрукти, а також намагаються зменшити свій негативний вплив на екологію. (Додаток Д) Це стосується також і специфічних представників, які під впливом друзів стали «усвідомленішими». До прикладу, респондентка № 18 розповіла: *«Моя найкраща подруга, яка вже давно відмовилась від м'яса почала шити екологічні сумки для походів за продуктами, а також мішечки для овочів та фруктів. Це мене надихнуло і я почала також використовувати екологічні пакети, а також сортувати сміття. Також, я використовую багаторазові соломинки і по можливості уникаю пластику»*. Також, усі без виключення респонденти не купують одяг тваринного походження і це для них вкрай важливо. Багато з них надають перевагу одягу із секонд-хенду та підтримують повторне використання. А дехто з респондентів намагається взагалі менше купувати, як от респондентка № 2: *«Одяг останні роки купую вкрай рідко, часто на секондах»*. А респондентка № 7, хоча і купує новий одяг, але він повинен бути екологічним і без матеріалів тваринного походження : *«Одяг купую переважно новий, екологічний. Уникаю натуральних компонентів»*.

Відмова від цукру не є важливою для вегетаріанців / веганів та інших підвидів відмови від м'яса. Також, респонденти в більшості заявляли, що люблять різноманіття в харчуванні, втім не завжди замінюють м'ясо аналогами, адже для когось це дорого, а хтось не сумує за смаком м'яса. Респондентка № 2 зазначила: *«Аналоги із занадто схожим смаком на м'ясо мене не приваблюють»*, а респондентка № 6 вказала: *«Я замінюю на аналоги зі схожим смаком, але не через те, що я люблю м'ясо, а просто тому що це смачно. Воно,*

насправді, ніколи не було на 100% схоже, але додає різноманітності у мою дієту і полегшує її». Тобто, з відповідей респондентів можна зробити висновок, що смак м'яса та його запах для більшості не є огидним, але й не приносить задоволення. Для них цей фактор не є ключовим.

Жоден з респондентів не заявив про духовні та релігійні практики у харчуванні і в той же час, практично усі респонденти заявляли, що не є віруючими і не відносять себе взагалі до жодної з релігій. Респондентка № 9 зазначила: *«Я навіть з релігією поки не можу оприділитись на 100%. Поки я ще «в пошуках себе», а респондентка № 13 відповіла: «Я взагалі не релігійна людина».* Тому тут можна підвести, що *релігійний репертуар* не притаманний жодному з респондентів, тому не фігурує в даному дослідженні.

Найцікавішими, на мій погляд, стали відповіді щодо практик. Майже усі респонденти займаються принаймні якоюсь активістською діяльністю, яка пов'язана з поширенням вегетаріанства. Дуже багато цікавих відповідей стосовно цього дала респондентка № 3, що є експертом в даній галузі. Зокрема, вона зазначила: *«Я зараз займаюсь громадською організацією, яка займається захистом прав тварин та популяризацією веганства в Україні, тому на сьогоднішній день моя діяльність нап'язана з веганством. Приймаю участь в акціях, організовую їх, читаю лекції. Наша організація називається «Кожна тварина» і ми займаємось захистом прав тварин та популяризацією веганства в Україні. В нас є декілька освітніх проектів. Щонеділі до локдауну ми проводили акцію в центрі Києва, де ми показували, що відбувається з тваринами в різних індустріях і спілкувались з перехожими на цю тему та давали їм такий ресурси. Також, у нас є безкоштовний курс «Веган-експрес». Це 7-ми денний безкоштовний курс, який можна пройти у месенджері Telegram або через e-mail розсилку, де ми також розповідаємо про використання тварин у різних індустріях і що кожен з нас може зробити. У нас цілий день присвячений спілкуванню з близькими, як справлятися із тролінгом, пресингом та тиском оточуючих. Також, в нас є веган-гід по Україні, який ми створили в рамках курсу. Там містяться приклади раціону та*

багато іншої корисної та практичної інформації та тему веганства. На даний момент ми також займаємось розробкою відео-курсу і перекладаємо його на російську мову. Також, маємо акцію «Подивись на світ їхніми очима», де в окулярах віртуальної реальності ми показуємо ферми та скотобійні. З даною акцією ми зазвичай приймаємо участь у різних фестивалях, таких як «Молодія» або «Веган-бум». Інші експерти, а саме респондент № 17 та № 19 також напряму приймають участь у поширенні вегетаріанства та що більше, безпосередньо займаються бізнесами, пов'язаними з рослинною їжею. Експерт № 17 займається снеками для веганів і радіє, що його продукція набирає обертів з кожним місяцем: «Коли ми тільки починали 5 років тому, то не могли подумати, що зможемо знайти стільки прихильників. Наразі ми співпрацюємо з великими мережами супермаркетів та закладів харчування». А респондент № 19 розповідає, що його відмова від м'яса це чудовий спосіб не лише допомогти тваринам та навколишньому середовищу, але й зробити себе кращим, тому його кафе можуть відвідувати не лише ті, хто відмовились від м'яса, але й м'ясоїди, які можуть надихнутись смаком страв без продуктів тваринного походження і таким чином перейти на світлу сторону: «Ми не обмежуємо відвідин нашого закладу тільки вегетаріанцями, веганами, пексетаріанцями та іншими особами, що відмовились від м'яса, але навпаки заохочуємо кожного спробувати якою смачною та різноманітною може бути рослинна їжа».

Незалежно від типу представників та їхньої приналежності до того чи іншого культурного репертуару, відповіді усіх респондентів, що відмовились від м'яса перегукуються і є доволі схожими. Типові та нетипові представники наряду з експертами всіляко сприяють поширенню тематики не лише приймаючи участь в акціях, заходах та ходах, але й інформують своїх друзів про переваги відмови від м'яса і мають неабиякий вплив на членів власних сімей. Деталізовані відповіді респондентів про активістсько-просвітницьку діяльність можна прочитати у додатку Е.

Респонденти переважно слідкують за блогами інших вегетаріанців та веганців у соціальних мережах, але не всі прислуховуються до ідей інших,

радше шукають однодумців в мережі, та знаходять корисні рецепти: *«Слідкую за блогами вегетаріанців, але скоріше задля рецептів, а не для того, щоб прочитати погляди, ідеї чи думки цих осіб. Мені не потрібно додаткового підтвердження, що вегетаріанство та веганство – це правильно.»*, - зазначила респондентка № 12. Найбільше опитані довіряють науковим дослідженням та науковій літературі. Респондентка № 2 зазначила: *«Читаю наукові дослідження. Для мене вони є авторитетними.»*.

Перехід до вегетаріанства мав деякий вплив на життя респондентів в цілому. Основні відповіді, що це підтверджують базуються на твердженнях покращення власного самопочуття, покращення стану шкіри, появи енергії та хорошого настрою. У частини респондентів з переходом на такий спосіб життя збільшився спектр позитивних звичок, додалась еко-свідомість, а також на загал змінилося ставлення до їжі. Але, на запитання: *«Чи робить вегетаріанство людей більш щасливими?»* - респонденти відповідали доволі неоднозначно. І ключовим моментом тут стало несприйняття з боку оточуючих і м'ясоїдів. Наприклад, респондентка № 11, що має двох сусідок, що не вживають м'яса відмітила: *«Не думаю, що більш щасливими. Сусідки досить часто зустрічаються з конфліктами зі сторони своїх бабусь та дідусів, оскільки вони не розуміють перехід на такий стиль харчування. Але вегетаріанство робить сусідок більш толерантними до природи»*. Що, в свою чергу підтвердили думки респондентки № 14: *«Ні, адже люди переходять на такий спосіб життя з етичних міркувань. Люди починають знаходити інформацію і розуміють наскільки в складному та негуманному світі ми живемо. В підлітковому віці для мене це було особливо важко. Наскільки інші люди ігнорують ці проблеми. Коли ти про це задумуєшся, то це зводить з розуму»*.

Стосовно питань, незручностей та інших труднощів, усі респонденти, відповідали типово, не дивлячись на приналежність до того чи іншого культурного репертуару. Незважаючи на те, що зараз існує велика кількість закладів харчування, магазинів з їжею та продуктами для вегетаріанців, а також є альтернативні способи покупок, таких як інтернет-магазини вегетаріанці

зіштовхуються з деякими труднощами в процесі життєдіяльності. Часто це пов'язано з нестачею продуктів рослинного походження у звичайних супермаркетах, адже не всі прихильники такого стилю життя мають поряд спеціалізовані вегетаріанські магазини чи еко-лавки, а також це стосується ціни таких продуктів – іноді вони вищі в 2,3 рази ніж їх аналоги тваринного походження. Одна з респонденток (№ 8) зазначила, що до того, як почати заробляти вона не могла собі дозволити перехід до вегетаріанства: *«Мені здавалось, що тільки люди з певним достатком мають можливість «перебирати» в їжі. Тому, коли в мене з'явилась робота, яка дозволила мені більш вільно розпоряджатися фінансово, я одразу перейшла на веганство. Зараз я вже не вважаю, що для того, аби стати веганкою потрібні певні ресурси, адже дізналась певні рецепти, певні шляхи як можна бути веганкою і при цьому не витратити багато грошей. Але, з іншої сторони, я розумію, що певні рослинні аналоги все-таки дорожчі, аніж продукти тваринного походження. Наприклад, рослинне молоко – дорожче коров'ячого. Рослинний сир – дорожчий за звичайний»*. Також, складністю для тих, хто переходить на вегетаріанство є проживання у невеликих містах, де інфраструктура недостатньо розвинена та немає відповідних громадських закладів харчування. (Додаток Є)

Усі без виключення респонденти задоволені своїм стилем життя, спричиненим переходом до вегетаріанства і не бажають нічого змінювати, принаймні на момент інтерв'ю. Незважаючи на всі складнощі, часткове несприйняття з боку оточення людям до вподоби вегетаріанство як стиль життя. Це засвідчують наступні відповіді на запитання «Чи не жалієте Ви про свій вибір і чи не хотіли б повернутись назад, до м'ясоїдного стилю життя?», а також «Чи розглядаєте Ви свій стиль життя – вегетаріанство як далекоглядну перспективу, наприклад, на найближчі 5 років?». Відповіді представлені у додатку Ж.

Підсумовуючи, варто сказати, що основна гіпотеза, що стосується причин та мотивацій переходу до вегетаріанства як основного стилю життя

полягає в етичних та екологічних чинниках (любов до тварин та їх захист) та з метою покращення свого здоров'я, аніж з метою зекономити, мотивуючись економічними чинниками, чи з причин релігійних поглядів частково підтвердилась. Якщо брати до уваги всіх опитаних респондентів, то усі вони мотивувались екологічними та етичними чинниками власного на противагу економічним чи релігійним причинам. Тому, можна заявити, що переважаючим є саме *етико-екологічний репертуар*. Жоден респондент не зазначив серед усіх запитань про релігійні чинники чи приналежність до якоїсь релігійної спільноти. Тож, *релігійний репертуар* не має місця і значення для жодного з респондентів. Більше того, не тільки не слідують духовним практикам, скільки взагалі вважають себе не релігійними. Лише одна респондентка (№ 2), згідно відповідям може бути віднесена до *репертуару власного здоров'я*, адже її перехід до вегетаріанства був спричинений проблемами зі здоров'ям, після чого її стан значно покращився: «Оскільки моя хронічно хвора травна система була тільки вдячна цьому розвантаженню, я продовжила життя "без м'яса"». І лише одна респондентка (№ 9) зазначила, що її перехід до пескетаріанства пов'язаний в першу чергу з гастрономічними вподобаннями, тобто тут йде мова про *гастрономічний репертуар*, а вже потім з любов'ю до тварин. Щодо економічних чинників, на них звернула увагу також лише 1 респондентка. Дещо згадувались перешкоди серед інших, але скоріше вони стосувались не економії, а навпаки, що спеціальні продукти для вегетаріанців є малодоступними та дорогими.

Втім, варто зазначити, що зазвичай *етико-екологічний репертуар*, що притаманний більшості респондентів поєднаний з *активістсько-просвітницьким репертуаром*. Тобто, помимо збереження природи, індивіди займаються активною діяльністю. Для них це постає вкрай важливою частиною власного стилю життя.

Перша гіпотеза, що стосується чинників, що впливають на вибір практик вегетаріанства як основного стилю життя і те, що вони є відмінними в залежності від культурних репертуарів вегетаріанства була спростована.

Насправді, усі респонденти, незалежно від репертуару та категорії респондентів говорили про любов до тварин, етику, захист навколишнього середовища та бажання не вбивати. Навіть представники специфічної категорії, що мають в найближчому оточенні та роботі вегетаріанців зазначали, що люблять тварин, беруть навколишнє середовище, але наразі просто ще не готові відмовитись від м'яса. Як-от респондент № 16, який зазначив: *«Моя сім'я відмовилась від м'яса, а я поки один його вживаю. Звісно, не можу сказати, що я жодного дня би не прожив без стейку, втім для мого здоров'я так буде краще. Але я дуже люблю тварин, я роблю все, аби захистити навколишнє середовище, навіть перейшов на електрокар»*. І навіть ті респонденти, що були в меншості і яких радше можна віднести до *гастрономічного репертуару* та *репертуару власного здоров'я* зазначали про етичні та екологічні чинники.

Щодо диференціації, то радше можна зазначити, що існує певний конфлікт між типовими та нетиповими представниками, тобто особами, які відмовились від м'яса, та тими, які відмовились не лише від м'яса, але й усіх продуктів тваринного походження, а особливо відчутний конфлікт між вегетаріанцями і тими, хто споживає м'ясо і нав'язує свою думку. На цьому фоні виникають непорозуміння, адже вегани переконані в тому, що можуть нашкодити бджолам, в той час, як вегетаріанці не будуть вважати це шкодою і вживатимуть мед. А ті, хто дотримується м'ясної дієти вважатимуть таку дискусію абсурдом і незрозумілим діалогом. Детальніше про конфлікти всередині спільноти та за її межами у додатку И. Найбільш толерантною категорією виявились експерти, які вважають, що вибір, що їсти, а що ні стосується кожного на особистому рівні, тому не варто сперечатись.

Варто зазначити, що гіпотезу про те, що популярності набуває вегетаріанство в якості модного стилю життя та демонстративного споживання можна частково підтвердити, втім вона має негативний відбиток на явищі вегетаріанства на загал. Респонденти зазначали, що дійсно, з розвитком інформаційно-технологічного суспільства у нас є все більше доступу до інформації, зокрема формуються течії та тренди. Вегетаріанство в свою чергу,

згідно вищепредставленим дослідженням доведено набирає обертів. Але представники даного стилю життя не завжди в цьому вбачають позитив. (Додаток З) До прикладу, респондентка № 9 багато міркувала на дану тему: *«В нас молодь віком від 15 до 25 років дуже часто роблять щось не тому, що це етично, чи добре, а по причині того, що це стає модним. До такого я відношусь негативно, коли це неусвідомлений вибір, а просто тому що це круто, або ж друзі роблять «так само». Якщо це розповсюджується, то тому що у людей з'являється розуміння, більше знань, усвідомленість – таке розповсюдження звісно позитивне, коли люди самі до цього приходять. Якщо це лише для того, щоб «поділитись в Інстаграмі», тоді це беззмістовно. Або коли перестають їсти м'ясо, а потім розповідають, що в кафе випадково з'їли салат з куркою. Це неправильно».* Респондент № 15 також вказав на те, що тренди і вегетаріанство це не завжди добре: *«Не їсти м'ясо задля того, щоб показати це в TikTok? Ні, мені таке не до вподоби. Вегетаріанство – це про свідомий вибір та любов до тварин, які поряд, у яких є почуття та душа».* Можна однозначно сказати про одне, що на думку усіх респондентів, вегетаріанство тільки набуватиме поширення в межах всієї країни та всього світу. (Додаток З)

І остання гіпотеза, що вегетаріанці є активною соціальною спільнотою / середовищем, в якому поширена активна просвітницька позиція, то вона підтвердилась. Серед респондентів, як було зазначено, перш за все, переважає *етико-екологічний репертуар*, який підкріплюється *активістсько-просвітницьким*. Для представників даного стилю життя важливо говорити про відмову від м'яса, демонструвати це та приймати участь у різноманітних заходах. (Додаток Е) Навіть ті респонденти, які сумнівались в тому, чи можна назвати їх діяльність «активістською» зазначали, що в майбутньому хотіли б ще більше робити задля поширення вегетаріанства. Як, до прикладу, респондентка №14: *«Наразі, я спілкуюся в вегетаріанських та веганських чатах та групах і також планую приєднатись до активістської діяльності».*

Висновки до третього розділу

На основі проведеного аналізу та інтерпретації даних інтерв'ю в третьому розділі, було проведено емпіричне дослідження основних причин та мотивацій вибору вегетаріанства як стилю життя крізь призму культурних репертуарів, серед молоді до 30 років, що дозволило зробити наступні висновки:

1. В ході проведення глибинних напівструктурованих інтерв'ю, що стосувалось основних причин та мотивацій вибору вегетаріанства як стилю життя крізь призму культурних репертуарів, основна гіпотеза дослідження заснована на ідеї про те, що люди, які обирають вегетаріанство / веганство в якості основного стилю життя, частіше мотивуються етичними та екологічними причинами (любов до тварин та їх захист) та з метою покращення свого здоров'я (*репертуар власного здоров'я та етико-екологічний репертуар*), аніж з метою зекономити, чи з причин релігійних поглядів частково підтвердилась. В більшості, центральним постає саме *етико-екологічний репертуар*, який тісно корелює з *активістсько-просвітницьким репертуаром* в тому числі. Що стосується *репертуару власного здоров'я*, то він є похідним від *етико-екологічного* для більшості респондентів, втім не є ключовим.

2. За результатами глибинних напівструктурованих інтерв'ю, серед 19 респондентів, основними чинниками переходу до вегетаріанського стилю життя стали етичні чинники та екологічні чинники, етичні, рідше чинник власного здоров'я, або смаку. Саме етичність та «не бути експлуататором» зазначив чи не кожен респондент в ході інтерв'ю. Це постає ще одним підтвердженням чисельних соціологічних досліджень, що стосуються вегетаріанства та власної ідентичності, які акцентують на етичних та екологічних чинниках в якості основних мотиваторів при переході до вегетаріанства. У більшості випадків вегетаріанство сприяло покращенню здоров'я та самопочуття, а у зв'язку з переходом до вегетаріанства були додані і інші корисні звички: екологічність, спорт, покращення власного раціону в цілому.

3. Респонденти, незважаючи на відмінність в культурних репертуарах наслідування вегетаріанству демонструють подібність у своїй поведінці,

цінностях, чинниках переходу до такого стилю до життя. Іноді відповіді респондентів із різних категорій на одне і те ж питання збігались, особливо про любов до тварин та «нежорстокість».

4. Для респондентів ключовим фактором є власна усвідомленість та обізнаність. Вони вважають, що бути вегетаріанцем просто тому, що це модно – неправильно. Вегетаріанство – це не про моду, не про популярність і навіть не про здоров'я. Перш за все – це про любов до тварин і збереження навколишнього середовища. Це ті цінності, які є базисом для кожного, хто відмовився від м'яса і перейшов до вегетаріанства.

5. Можна відзначити, що існує тісний зв'язок між активістською діяльністю та вегетаріанством. В більшості вегетаріанський стиль життя респондентів мотивує їх долучитись до етичних (вегетаріанських та веганських організацій та рухів) та екологічних рухів заради збереження всієї планети. Сюди додаються і інші позитивні звички, вегетаріанство постає початком позитивної зміни світогляду індивідів і їх поглядів на життя. Загалом, усі опитані вегетаріанці зазначають, що вегетаріанство – це найкращий стиль і спосіб життя, який вони коли-небудь мали і це дає їм неабиякої енергії, заряду сил та бадьорості, а розуміння, що завдяки власному стилю життя, власному прикладу можна не лише покращити власне здоров'я, але й вберегти всю планету додає неабиякої радості і усвідомленості переходу до такого стилю життя.

Дане дослідження має неабиякі перспективи для подальшого розвитку. Цікавим з цього приводу є продовження такого дослідження в аспекті різних станів вегетаріанства (вегетаріанство, веганство, сиродіння, пескетаріанство, флексетаріанство, тощо), та чи з часом вегетаріанці, що відмовились лише від м'яса, відмовляються і від інших продуктів тваринного походження. Частково, така тематика була заторкнута респондентами, адже нетипові представники, спочатку були вегетаріанцями, а далі почали відмовлятися від інших продуктів тваринного походження. Втім таке питання не було ключовою метою даного дослідження. До того ж, можна було б дослідити чи існує зв'язок між різними

типами вегетаріанства. Особливо актуальним є дослідження конфлікту та дистанційованості між різними видами відмови від м'яса та тими хто споживає м'ясо. Чи можуть вегетаріанці та невегетаріанці бути друзями, мирно співіснувати, чи в результаті один стиль життя буде ключовим і вплине на партнера? Ці теми здаються мені особливо важливими, після отримання відповідей респондентів в даному дослідженні, адже виявилось, що існує ще дуже багато проблем, які хвилюють вегетаріанців, але відповідей на них – немає.

ВИСНОВКИ

В результаті проведеного теоретичного та емпіричного дослідження отримані наступні результати та висновки:

Визначено витоки вегетаріанства як стиліжиттєвої практики і соціального руху в історичному й сучасному аспекті, а також окреслено поняття «вегетаріанство», інтерпретація якого є культурнозалежною. Вегетаріанство як соціальний рух, група однодумців та послідовників виникає задовго до появи самого поняття вегетаріанства. Виникнення перших вегетаріанських організацій сприяло формуванню поняття «вегетаріанство» та значно посилило вплив їх ідей і практик на громадськість. Зокрема, згідно визначенню найстаршої у світі вегетаріанської організації – Vegetarian Society, вегетаріанство визначається як «спосіб харчування, при якому людина не вживає м'ясо, птицю, рибу, морепродукти, а також (іноді) яйця, молоко» [Vegetarian Society]. Таке визначення є найбільш загальним та найбільш просто виражає саму ідею вегетаріанства, що коротко визначається як відмова від м'яса та продуктів тваринного походження.

Дослідження вегетаріанства переважно є міждисциплінарними. Проаналізовано ряд досліджень в різних сферах: від медицини до економіки, а також соціологічних досліджень вегетаріанства, які не лише виявляють соціально-демографічний портрет вегетаріанців, але й особистісні якості, мотивацію, індивідуальний досвід, ідентичність, ціннісні орієнтації тощо. Зокрема, величезна кількість досліджень в галузі медицини всіляко доводить, що відмова від м'яса сприяє покращенню стану індивідуального здоров'я. Не менш важливими в цьому плані є екологічні дослідження, які неабияк наголошують, що раціон людини може змінювати всю екосистему та що більше мати вплив на ресурсоємність планети в майбутньому.

На підставі теоретичного доробку П. Бурдьє та його концептів культурного споживання, соціального розрізнення та стилю життя уточнено концептуальне розуміння вегетаріанства як стилю життя, практик, а що

найбільш суттєво – теоретично визначено культурні репертуари такого стилю. В процесі такої стилізації життя крізь призму практик харчування відбувається як соціальна інтеграція групи, що практикують вегетаріанство, так і соціальна диференціація (шляхом культурних репертуарів практик харчування відбувається соціальне розрізнення груп вегетаріанства). Їжа та харчування – не лише матеріальне задоволення потреби, але й символічне споживання. Проаналізована роль габітусу, а саме – екологічних, оздоровчих, етичних, релігійних, статусних орієнтацій. Виявлено, що вегетаріанці, формуючи власну групу, ідентичність, стиль життя, тим самим формують власні соціальні та дискурсивні кордони відмовою від м'яса та продуктів тваринного походження і створюють опозицію до інших дискурсів харчування і стилів життя.

Виявлено і основні групи репертуарів, що постають чинниками переходу до вегетаріанства та диференціації вегетаріанських стилежиттєвих практик, а саме: *етико-екологічний репертуар, репертуар власного здоров'я, релігійний репертуар, репертуар моди, активістсько-просвітницький репертуар, духовний репертуар, гастрономічний та частково економічний*. Найбільш суттєвою відмінністю вегетаріанства є яскраво виражені установки на індивідуальний вибір стилю життя і стратегії поведінки, а також індивідуальна відповідальність за це.

Емпіричне пілотажне дослідження із застосуванням глибинних інтерв'ю допомогло окреслити культурні репертуари вегетаріанства як стилю життя; емпірично розрізнено етичні, екологічні, оздоровчі, активістсько-просвітницькі, модні, релігійні, гастрономічні та економічні репертуари таких стилів. «Підштовхуючими» чинниками вибору вегетаріанського стилю харчування також стають перегляди документальних фільмів та приклад власних друзів. Емпіричний матеріал свідчить про високу ступінь переконаності та обізнаності індивідів у своєму виборі вегетаріанського стилю життя та індивідуальну спрямованість на посилення цілісності таких стилежиттєвих практик (зокрема, ще більше уваги приділяти екології та захисту тварин та навколишнього середовища).

Вегетаріанство як соціальний феномен, стиль життя, соціальний рух, практика харчування постає вкрай актуальним в сучасному світі. Роль вегетаріанства як стилжиттєвої практики щороку набирає обертів і знаходить все більше прихильників такого стилю життя, бо дозволяє ефективно виявити індивідуальність, ідентичність, прагнення слідувати тенденціям бути здоровими, щасливими і жити у світі, де немає жорстокого ставлення до тварин, до природи та Землі в цілому. А у зв'язку із поширенням практик здорового способу життя, вегетаріанство (його смисловий акцент на користі для всієї планети) постає невід'ємною ланкою процесу стилізації життя.

Розширення мережі вегетаріанських та зоозахисних організацій лише доводить актуальність таких практик. Аналіз тенденцій розвитку вегетаріанства в світі та в Україні дозволяє припустити й подальше збільшення чисельності в суспільстві. А тому дослідження вегетаріанства в різних його аспектах постає неабияк актуальним і цінним, що дозволить краще зрозуміти як структуру суспільства в плані включеності різних соціальних груп, так і мотивації й культурних репертуарів і чинників вибору стилжиттєвих практик.

ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ариф Э. М. Культурные репертуары питания в молодежном вег-сообществе (кейс Санкт-Петербурга) / Ариф Э. М. // Социс. – 2019. – №10. – С. 119–126.
2. Ариф Э. М. Потребление в среде молодых активистов // Мониторинг общественного мнения : Экономические и социальные перемены. 2019. № 1. С. 66-83
3. Барбарук А. "Тело как инструмент сознания": повседневная концептуализация телесных практик в вегетарианстве / А.В. Барбарук. // Журнал социологии и социальной антропологии. – 2017. – №1.
4. Барбарук А.В. Социальная структуризация сообщества вегетарианцев на материалах г. Магадана. СПб, 2016
5. Бурдые П. Практический смысл / Бурдые П. – Санкт-Петербург «Институт экспериментальной социол: «Алетейя», 2001. – 562 с.
6. Бурдые П. Различения. Социальная критика суждения. Экономическая социология, 2005, 6(3): 25–48
7. Бурдые, П. Социология политики: пер. с фр. / сост., общ. ред. и предисл. Н. А. Шматко. М.: Socio-Logos, 1993. 336 с.
8. Бурдые, П. Структура, габитус, практика // Журн. социологии и соц. антропологии. 1998. Т. 1, № 2. С. 87–96
9. Бурлачук В. Трапеза як предмет соціологічного дослідження / В. Бурлачук // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. - 2010. - № 4. - С. 179-186.
10. Веблен Т. Теория праздного класса: экономическое исследование институций / Веблен Т., 1984.
11. Веселов Ю. Современная социальная система питания / Веселов Ю.. // Журнал социологии и социальной антропологии. – 2015. – №1. – С. 68–82.
12. Гидденс, Э. Устройство общества: очерки теории и структуризации. М.: Академ. проект, 2003. 354 с

13. ГО Відкриті Клітки [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://opencages.com.ua/>.
14. Думки та погляди населення України. // Омнібус. – жовтень 2017.
15. Думки та погляди населення України. // Омнібус. – травень 2019.
16. Зиммель Г. Мода / Зиммель Г., 1996. – (Избранное Т. 2.).
17. К вегетарианству в России относятся благожелательно, но практикуют редко [Електронний ресурс] // Исследовательский центр портала Superjob.ru. – 2013. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.superjob.ru/research/articles/111380/k-vegetarianstvu-v-rossii-otnosyatsya-bлагоzhelatelno/>.
18. Куниця О. Вегетарианство в Україні: типологія та бар'єри / Куниця О.. – 2008.
19. Куценко О. Суспільство нерівних. Класовий аналіз нерівностей в сучасному суспільстві: Спроби західної соціології / О. Д. Куценко. – Харків: Харк. ун- ту, 2000. – 316 с.
20. Набруско І. Імперативний характер гастрономічних практик в рамках соціального простору сучасної людини / І. Набруско // Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Соціологія. - 2016. - Вип. 1. - С. 10-14.
21. Ніколенко В. Гастрономія як складова збереження культурної спадщини та підвищення якості життя сучасного суспільства / В.В. Ніколенко. // Science and Education a New Dimension. Humanities and Social Sciences. – 2015. – №3. – С. 44–50.
22. Новикова М. В., Султаева Н.Л., Галицкий В. В. К вопросу об особенностях питания приверженцев различных религиозных традиций // Сервис в России и за рубежом. 2013. № 5. С. 96–116
23. Проект “Здорово Їмо” [Електронний ресурс] // Соціологічне дослідження, проведене за ініціативи ГО «ВІДКРИТІ КЛІТКИ». – 2020. –

Режим доступа до ресурсу: <https://uaplantbased.com.ua/blog/rezultaty-doslidjennya>.

24. Черных Алла. Ритуалы и мифы медиа / Черных Алла., 2015. – 160 с.
25. Эдмунд Лич. Культура и коммуникация. Логика взаимосвязи символов. Использование структурного анализа в социальной антропологии. М.: "Восточная литература" РАН, 2001. С. 125.
26. 2003 Words of the Year [Электронный ресурс] // The American Dialect Society. – 2003. – Режим доступа до ресурсу: https://www.americandialect.org/2003_words_of_the_year.
27. A plant-based diet in overweight individuals in a 16-week randomized clinical trial: metabolic benefits of plant protein / [H. Kahleova, R. Fleeman, A. Hlozkova та ін.]. // National Center for Biotechnology Information, U.S. National Library of Medicine. – 2018.
28. Analysis and valuation of the health and climate change cobenefits of dietary change / [M. Springmann, H. Charles, J. Godfray та ін.]. // PNAS. – 2016.
29. Appleby P. N. et al. The Oxford Vegetarian Study: an overview // Am. J. Clin. Nutr. - 1999. - Vol. 70 (3 Suppl). - С. 525-531
30. Association Between Plant-Based Dietary Patterns and Risk of Type 2 Diabetes A Systematic Review and Meta-analysis. / [F. Qian, G. Liu, F. Hu та ін.]. // JAMA Intern Med. – 2019.
31. Ballard J. 30 Celebrities You Didn't Know Were Vegan [Электронный ресурс] / J. Ballard, A. Garrity // GH. – 2018. – Режим доступа до ресурсу: <https://www.goodhousekeeping.com/life/g5186/vegan-celebrities/?slide=5>.
32. Barreiros, B. C. Organics consumption from a sociological perspective: Analyzing a specialty market in Florianópolis-Sc. Ambiente & Sociedade / Barreiros, B. C, Mazon, M. D. S.. // Scielo. – 2017. – №20. – С. 147–164.

33. Beardsworth, A., & Bryman, A. (2004). Meat consumption and meat avoidance among young people: An 11-year longitudinal study. *British Food Journal*, 106(4), 313-327
34. Bourdieu P. 1984. *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. Cambridge, MA: Harvard University Press
35. Bourdieu P. 2011 (1986). *The Forms of Capital*. In: Szeman I., Kaposy T. (eds) *Cultural Theory: An Anthology*. Chicester, UK: John Wiley & Sons, Ltd.; 81–93.
36. Chan, EY; Zlatevska, N (2019). "Jerky, tacos, and burgers: Subjective socioeconomic status and meat preference". *Appetite*. 132: C. 257–266.
37. Cherry E. *Veganism as a cultural movement: A relational approach*. / E. Cherry. // *Social Movement Studies*. – 2006. – №5. – C. 155–170.
38. Christopher A. *Portraits of veganism: A comparative discourse analysis of a second-order subculture*. / A. Christopher, J. Bartkowski, T. Haverda. // *Societies*. – 2018. – №8. – C. 55–76.
39. Clifford E. *Mintel "meat free food" report UK* / Emma Clifford. // *Mintel*. – 2017.
40. Clonan A. *Socioeconomic and demographic drivers of red and processed meat consumption: implications for health and environmental sustainability* / A. Clonan, K. Roberts, M. Holdsworth. // *Proceedings of the Nutrition Society*. – 2015.
41. Craig WJ. *Position of the American Dietetic Association: vegetarian diets* / Craig WJ, Mangels AR, American Dietetic Association. // *J. Am. Diet. Assoc.*. – 2009. – №109.
42. *Differences between health and ethical vegetarians. Strength of conviction, nutrition knowledge, dietary restriction, and duration of adherence*. / S.Hoffman, S. Stallings, R. Bessinger, G. Brooks. // *National Center for*

Biotechnology Information, U.S. National Library of Medicine. – 2013. – №65. – С. 139–144.

43. Estudo da Nielsen, para o Centro Vegetariano [Электронный ресурс] // Centrovegetariano. – 2017. – Режим доступа до ресурсу: <https://www.centrovegetariano.org/Article-620-N-mero-de-vegetarianos-quadruplica-em-10-anos.html>.

44. European consumer survey on plant-based foods. // Proveg international. – 2020.

45. Featherstone M. Consumer Culture and Postmodernism / M. Featherstone. – London: Sage, 2007.

46. Fjellström C. Food's cultural system of knowledge — meals as a cultural and social arena. / Ch. Fjellström. // Uppsala University, Disciplinary Domain of Humanities and Social Sciences, Faculty of Social Sciences, Department of Domestic Sciences.. – 2007.

47. Gillis J. Dorkeijn and Herman L. J. Vanstiphout (Eds.). Cultural Repertoires: structure, function, and dynamics. – Peeters, 2003. – Pp. IX-XII.

48. Google Trends [Электронный ресурс] – Режим доступа до ресурсу: trends.google.com.

49. Grand View Research. Plant-based Meat Market Size, Share & Trends Analysis Report By Source (Soy, Pea), By Product (Burgers, Sausages), By Type (Chicken, Fish), By End-user (Retail, HORECA), By Storage, By Region, And Segment Forecasts, 2020 - 2027 / Grand View Research. – 2020. – p. 145.

50. Gregory J. Of Victorians and Vegetarians: The Vegetarian Movement in Nineteenth-Century Britain / James Gregory. // -I.B. Tauris. – 2007.

51. Haworth-Hoepfner S. The Critical Shapes of Body Image: The Role of Culture and Family in the Production of Eating Disorders / Susan Haworth-Hoepfner. // Journal of Marriage and Family. – 2004.

52. Hish M. Why People Go Vegan: 2019 Global Survey / Hish M. // <https://vomadlife.com/>. – 2019.
53. History of the International Vegetarian Union [Электронный ресурс] // International Vegetarian Union – Режим доступа до ресурсу: <https://ivu.org/history-legacy-pages.html>.
54. International Vegetarian Union [Электронный ресурс] – Режим доступа до ресурсу: <https://ivu.org/>.
55. Kelly C. Group identification, intergroup perceptions and collective action / C. Kelly. // European Review of Social Psychology. – 1993. – №4. – С. 59–83.
56. Lindquist A. Beyond Hippies and Rabbit Food: The Social Effects of Vegetarianism and Veganism / Anna Lindquist. // University of Puget Sound. – 2013.
57. Mathews B. Higg Materials Sustainability Index updated [Электронный ресурс] / B. Mathews // Apparel Insider. – 2018. – Режим доступа до ресурсу: <https://apparelinsider.com/higg-materials-sustainability-index-updated/>.
58. Meat Consumption Per Person [Электронный ресурс] // Daily charts from The Economist. – 2007. – Режим доступа до ресурсу: <https://ru.scribd.com/doc/91840616/Meat-Consumption-Per-Person>.
59. Meat substitutes and lentil pasta: Legume products on the rise in Europe [Электронный ресурс] // University of Hohenheim. – 2018. – Режим доступа до ресурсу: https://www.uni-hohenheim.de/en/press-release?tx_ttnews%5Btt_news%5D=39041&cHash=7d3379678828c2cddf90799cde96b63c.
60. NAVS Purposes & Programs [Электронный ресурс] – Режим доступа до ресурсу: <https://navs-online.org/purposes-programs/>.
61. Peterson R. A., Kern R. M. 1996. Changing Highbrow Taste: From Snob to Omnivore. American Sociological Review. 61 (5): 900–907.

62. Poore J. Reducing food's environmental impacts through producers and consumers / J. Poore, T. Nemecek. // Science. – 2019.
63. Position of the American Dietetic Association and Dietitians of Canada: Vegetarian diets // J. Am. Diet. Assoc. - 2003. - Vol. 103(6) . - P. 748-765.
64. Reinhart R. Snapshot: Few Americans Vegetarian or Vegan / R. Reinhart. // Gallup. – 2018.
65. Rodger GD. Interview with Donald Watson - Vegan Founder. Foods for Life / Rodger GD. – 2002.
66. Sample registration system baseline survey 2014. // Census Govt. India.. – 2014.
67. Social identity and veganism [Электронный ресурс] // The Vegan Society. – 2019.
68. The Vegan Research Panel [Электронный ресурс]. – 2000. – Режим доступа до ресурсу: <http://www.imaner.net/panel/index.htm>.
69. Top 10 Global Consumer Trends 2019 [Электронный ресурс] // Euromonitor International. – 2019. – Режим доступа до ресурсу: <https://go.euromonitor.com/white-paper-EC-2019-Top-10-Global-Consumer-Trends.html>.
70. Vegetarian and vegan diets and risks of total and site-specific fractures: results from the prospective EPIC-Oxford study / Tammy Y. N. Tong, Paul N. Appleby, Miranda E. G. Armstrong та ін.]. // BMC Medicine. – 2020.
71. Vinnari, M, Mustonen, P, Räsänen, P (2010) Tracking down trends in non-meat consumption in Finnish households, 1966-2006. British Food Journal 112, 836-852
72. What is a Vegetarian [Электронный ресурс] // Vegetarian Society – Режим доступа до ресурсу: <https://vegsoc.org/info-hub/definition/?pid=508>.

Додатки

Додаток А.

Гайд глибинного інтерв'ю представників вегетаріанства як стилежиттєвої практики

Блоки	Питання
1. Вступна частина	1.1. Стать респондента. 1.2. Вік респондента. 1.3. Рівень, галузь освіти респондента. 1.4. Характер зайнятості (навчається / працює - повна зайнятість, працює - неповна зайнятість / не працює). 1.5. Наявність сім'ї, дітей. 1.6. Чи займається спортом, фізичною культурою (зарядка, пробіжка, басейн)? 1.7. Як оцінює стан свого здоров'я? Наявність хронічних захворювань? Алергії – на що?
2. Тривалість практик споживання + соціальна реакція	2.1. Як давно Ви стали вегетаріанцем / вегетаріанкою? 2.2. Як відреагували Ваші друзі / батьки / знайомі на перехід до такого стилю життя? 2.3. Чи практикують ваші друзі / родичі / члени сім'ї чи знайомі вегетаріанство?
3. Причинно-мотиваційні чинники	3.1. Чому Ви вирішили стати вегетаріанцем/вегетаріанкою? Вкажіть основні причини. 3.2. Що спонукало Вас до переходу до вегетаріанства? (наприклад: перегляд документального фільму про вегетаріанство чи суміжну тему (напр. екологію, вбивство тварин); після розмови з друзями / родичами / членами сім'ї чи знайомими; перегляд відео в інтернеті; прочитання книг; прочитання та перегляд дописів у мережі; відвідування лекції, виступу чи заходу, тощо) 3.3. Чи пов'язане вегетаріанство з Вашими життєвими пріоритетами та тим, що Ви цінуйте у своєму житті? <ul style="list-style-type: none">- Підтримка власного здоров'я, корисність харчування для здоров'я;- Смак, апетитний вигляд;- Бути ситим;- Не витратити час на приготування;- Не нашкодити живій природі, не бути «хижаком»;- «Не проміняти душу на шлунок» / не зашкодити духовним потребам;

	<ul style="list-style-type: none"> - Бути в тренді; - Допомогати іншим.
4. Звички	<p>4.1. Чи уникаєте Ви споживання певних видів продуктів харчування? Яких саме? Як давно?</p> <ul style="list-style-type: none"> - З чим це пов'язано? (здоров'я, екологічні цінності, релігійні заборони, тощо). <p>4.2. Чи замінюєте Ви м'ясо аналогами зі схожим смаком? (до прикладу, соєве м'ясо).</p> <p>4.3. Чи вживаєте Ви цукор? Якщо ні, то як давно? Чи пов'язано НЕ вживання цукру з переходом до вегетаріанства?</p> <p>4.3. Чи викликає у Вас смак м'яса відразу та огиду?</p> <p>4.4. Який одяг Ви зазвичай купуєте? (екологічний, натуральний (зі шкіри тварин, пуху, пір'я, чи шерсті), б/в (секонд-хенд), інше.</p>
5. Практики «До/зараз»	<p>5.1. Чи практикували Ви будь-які з перелічених екологічних практик до того, як стати вегетаріанцем: сортування сміття; зменшення використання пластику або повна відмова від пластику; економія води; економія світла; здача одягу на переробку; використання екологічного транспорту; інше...).</p> <p>5.2. Чи займались Ви спортом до переходу на вегетаріанство?</p> <p>5.3. Чи слідуєте Ви яким-небудь духовним, релігійним практикам в харчуванні?</p> <p>5.4. Який підвид вегетаріанства Ви практикуєте? (вегетаріанство; веганство; пескетаріанство; сиродство, тощо)</p> <p>5.5. Чи пов'язана Ваша основна діяльність (робота, навчання) із вегетаріанством?</p> <p>5.6. Чи займаєтесь Ви діяльністю, пов'язаною із вегетаріанством у Ваш вільний час? (ведення блогу, відвідування клубу за інтересами, тощо).</p> <p>5.7. Чи займаєтесь Ви наступною діяльністю: поширення, пропаганда інформації; агітація інших; роз'яснення переваг вегетаріанства; участь у спеціальних акціях / мітингах / протестах, що сприяють поширенню вегетаріанства у вашому місті / країні, а можливо всьому світі?</p> <p>5.8. Чи займаєтесь Ви поширенням мережі виробництва чи продажу вегетаріанських та веганських продуктів?</p> <p>5.9. Чи доводилось Вам переконувати кого-небудь з Вашого оточення стати вегетаріанцем? Наскільки</p>

	<p>успішно? Якщо так, то яким чином: просто розказали чи порадили прочитати книжку / фільм переглянути, тощо...</p> <p>5. 10. Чи читаєте Ви спеціальну літературу по темі вегетаріанства? Чи прислуховуєтесь до ідей / висновків / порад?</p> <p>5.11. Чи слідкуєте за блогами вегетаріанців в соц. мережах? Чи прислуховуєтесь до ідей / висновків / порад?</p> <p>+ тут можуть бути уточнюючі питання як впливає література/фільм чи блоги на саму людину</p>
<p>6. Оціночне сприйняття вегетаріанства як руху, практики споживання</p>	<p>6.1. Як би Ви оцінили своє послідовництво вегетаріанству? З чим воно пов'язане? (<i>мода / престиж / форма вірування / ідеологія збереження природи, тощо</i>)</p> <p>6.2. Чи робить вегетаріанство людей більш щасливими? Більш здоровими? Більш толерантними, дружніми до інших людей та природи)?</p> <p>6.3. Як Ви вважаєте, чи набуватиме вегетаріанство поширення серед вашої сім'ї, друзів, знайомих та в межах всієї країни?</p> <p>6.4. Чи розглядаєте Ви свій стиль життя – вегетаріанство як далекоглядну перспективу, наприклад, на найближчі 5 років?</p> <p>6.5. Чи не жалієте Ви про свій вибір і чи не хотіли б повернутись назад, до м'ясоїдного стилю життя?</p> <p>6.6. Чи відчуваєте Ви дистанційованість від людей, які споживають м'ясо?</p>
<p>7. Труднощі</p>	<p>7.1. Чи зіштовхувались Ви з якимись труднощами, пов'язаними з Вашим вегетаріанським стилем життя?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Придбання продуктів; - Приготування вегетаріанських страв; - Обмеження в закладах харчування (кафе, ресторани...); - Критичне / скептичне / неповажне ставлення з боку родичів, друзів, знайомих чи інших людей; - Ярликування (стигматизація).

Фрагменти транскрипту інтерв'ю: Причинно-мотиваційні чинники переходу до вегетаріанства

«...любов до одних тварин і приреченість інших на страждань. Моє вегетаріанство нап'язане з моїми життєвими пріоритетами, зокрема, якщо є можливість не зашкодити, не вбити – то не зашкодь і не вбий. І уже як додатково + я усвідомлюю, що допомагаю екології.»
(респондентка № 2)

«Основна причина – етика. Це єдина і основна причина. Я не хочу причиняти біль та страждання, смерть тваринам. Моє життя та мій комфорт не вартують того, щоб вони страждали, адже можна спокійно обходитись без продуктів експлуатації тварин. Це тільки етика і нічого більше.» (респондентка № 3)

«Вегетаріанцем я хотів стати з дитинства, адже виріс в селі і на власні очі бачив як в селі вбивають свиню як взагалі утримують домашню птицю і мене це дуже обурювало.» (респондент № 4)

«Земля не крутиться навколо людей, то чому ж вони мають право забирати життя створінь, які є такою ж важливою складовою біосфери, як і людина?» (респондентка № 5)

«Я перестала споживати м'ясо, щоб позбавитись від цього пост-ефекту, а з часом я заглибилась в цю тему і причиною 100%-го прийняття стали тварини. В мене це дуже пов'язано з життєвими пріоритетами. Цінності і веганство дорівнюють одне одному.» (респондентка № 6)

-«Люблю тварин та себе, не хочу відчувати себе шкуродеркою, яка потім їсть пухнастих каченят.. Це пов'язано з екологічними цінностями.»
(респондентка №7)

«Найважливіший аспект – це почуття емпатії до тварин, які страждають при виробництві продуктів тваринного походження.»
(респондентка № 8)

«Я вже років 5 не їла свинину, а з птиці – лише філе. Інші продукти тваринного походження – були мені несмачні. Пізніше, я більше зрозуміла, що змушую себе їсти це м'ясо, що мені його взагалі не хочеться, що мені неприємно їсти м'ясо, воно смердить, тощо. По смакових якостях я себе взагалі не задовільняла, тож для чого мені його їсти? Вирішила спробувати не їсти м'ясо і мені дуже сподобалось! При тому, що мені завжди було шкода тварин. Я ніколи не була в селі, а коли вперше приїхала, то побачила як перевозять свиней у вантажівці, де їх було дуже багато. Ці свині пищали і мені було вкрай неприємно спостерігати це, до сліз шкода.» (респондентка № 9)

«1 причина єдина: я вважаю, що іншої взагалі не може бути – це відношення до тварин як до ресурсу.» (респондент № 10)

«Зі спілкування з сусідками, знаю, що вегетаріанство практикують задля того, щоб не бути "хижаком". Також вони вбачають, що вегетаріанство є набагато кориснішим, ніж мій (більшості людей) стиль харчування.»
(респондентка № 11)

«Скоріше за все – це егоїзм. Не хочеться бути учасником вбивства, знаючи, як працює індустрія не хочу ні допомагати, ні спонсорувати жорстокість.» (респондентка № 12)

«Одна ключова причина – це повага до тварин. В якийсь момент я просто зрозуміла що тварини це істоти, в яких є душа, почуття і вони заслуговують і мають право жити. Це було рішення одного дня – щодо самих тварин. Що тварина – це не шматок філе в магазині, а колись була курка. Що це не стейк, запакований обережно у плівку, а це колись була свиня. Не котлета, а корова. В один момент для мене це стало важливим. Я годую котів біля роботи, маю вдома котів, а чому я їм свиней, чи курей, чи корів?»
(респондентка № 13)

«Основна причина – етична, в 11 років - це був експеримент. Я росла у такій родині, де м'ясо вважалося обов'язковим і на той момент в мене не було особливого доступу до Інтернету та інформації, тож це був експеримент, наскільки довго я зможу протриматися не вбиваючи тварин заради свого проживання. Пізніше це почало набувати усвідомлення. І я можу вже сказати, що сатала веганкою з етичних причин. Здоров'я – це вже другорядна причина.»
(респондентка № 14)

«Для мої рідних вегетаріанство – це в першу чергу почуття співчуття до тварин. Для них це суто етика. Дружина постійно каже, що не вважає, що хтось повинен страждати, якщо цього можна уникнути. А потім вже всі інші причини.» (респондент № 16)

«Не нашкодити живій природі, не бути «хижаком», також допомагати іншим – це важливі для мене пріоритети. І безпосередньо підтримка власного здоров'я.» (респондент №17)

«Не бути «хижаком», не шкодити живій природі – це частина і більше спокій внутрішній, коли ти не їси нічого мертвого, нічого, що є продуктом експлуатації, насилля, жорстокості, егоцентризму людського.» (респондент №19)

Фрагменти транскрипту інтерв'ю: спонукальні елементи переходу до вегетаріанства

«Я дізналась, що відбувається з тваринами, подивилась трейлер до фільму «Земляни» і цього було достатньо. Я побачила розслідування на фермі і трейлер до цього фільму, після чого, в той же день стала веганкою.»

(респондентка № 3)

«Напевне, кульмінаційним моментом став перегляд відео зі скотобоєнь, мене це дуже вразило, стало огидно і тоді я остаточно вирішила утриматись від вживання продуктів, які "добуваються" таким методом.» (респондентка № 5)

«Конкретно веганство, після того як я побачила декілька кадрів з ферми, де утримують корів. А надалі веганство в ході спілкування з іншими веганами, в ході розбирання, чому мед – не ок, чому хутро – не ок, тобто це був поступовий процес прийняття... через документальні кадри, адже повністю дивитись фільми я не можу, не витримую емоційно.» (респондентка № 6)

«Задуматися над вегетаріанством та веганством мене змусила активістка-блогерка, що казала про екологія та який величезний негативний вплив має на неї тваринництво. Потім я читала багато статей на цю тему, досліджень. З цього все й розпочалося.» (респондентка № 7)

«На мене конкретно вплинули деякі відео на Ютубі. Я слухаю дуже багато англійських каналів і одного разу я слухала стрім, де спілкувались дві людини: веганка, у якої була освіта в сфері екології і невегана, які сперечались.» (респондентка № 8)

«... в шоу побачила як в селі стерилізували свиню, щоб м'ясо не смерділо і теж стало шкода. Я не могла зрозуміти для чого нам їсти живих, якщо можна їсти «неживих» і точно так само задовільняти свої потреби.» (респондентка № 9)

«Я дивився ще до того, як стати вегетаріанцем багато різних відео та документальних фільмів на кшталт «Земляни». Я передивлявся це все і намагався зрозуміти, проникнутись даною тематикою. В результаті я відмовився від м'яса. Але спершу я не відмовився від риби, тобто спершу був пексетаріанцем. Пізніше я побачив фільм, який називається «Домініон» 2018р. і я зрозумів, що я остаточно хочу відмовитись від усіх продуктів тваринного походження.» (респондент № 10)

«Перегляд документального фільму про ставлення до тварин в різних сферах нашого життя, вплив на екологію «Земляни.»» (респондентка № 12)

«Я побачила стікер на стовпі від екологічної платформи. Що там було написано точно, я не пам'ятаю, але це був заклик до вегетаріанства. І відповідно цей стікер став тригером мого переходу до вегетаріанства. «Земляни» я переглянула вже коли стала вегетаріанкою, аби розповідати про цей фільм іншим.» (респондентка № 13)

«Моя дружина працює ветеринаркою, тому, ще будучи студенткою вона бачила те, як проводять експерименти над тваринами – це стало ключовим.» (респондент № 16)

«Вже давно я дивився багато фільмів, читав багато про користь такого харчування і звісно всім відомий фільм «Земляни.»» (респондент № 19)

Фрагменти транскрипту інтерв'ю: соціальна реакція

«Друзі - добре, батьки - не добре...». (респондентка № 1)

«Мене всі зрозуміли: батьки, сім'я. Можливо далекі родичі поставились скептично, наприклад, бабусі, які переживали за мене. Але, на загал, нормально віднеслись і ніхто не утискав. Були конфліктні ситуації, але головне, що всі мене підтримали.» (респондентка № 3)

«І я зіштовхувався ще 5 років тому з критикою зі сторони родичів, так і стикаюся досі.» (респондент № 4)

«Критичне ставлення з боку родичів "коли ти вже станеш нормальною"; "в Київ переїхала так помінялась, ти хоч в секту там ніяку не ходиш?"; "усі люди як люди усе їдять, а ти оце маєшся хвігньої", і моє улюблене від бабусі: "я оце перед тим як вмирати буду хоч раз побачу, як ти м'ясо їси?".» (респондентка № 5)

«Друзі, батьки, знайомі відреагували з зацікавленням і частково зі скептицизмом, тобто як на якусь субкультуру, як на якісь зміни, які були спричинені якимось трендом, але це суто їхнє бачення і це була перша реакція до розмови зі мною.» (респондентка № 6)

«Я не акцентувала увагу інших на моєму стилі життя. Тож усі люди сприймали це як досить логічний, нормальний спосіб життя. Лише батьки іноді докоряють мені, що не їм "таке смачне" м'ясо та рибу. Бабуся жаліє, що дитина (тобто я) лишає себе молока та меду, а вони ж так "допомогають при хворобах".» (респондентка № 7)

«Батьки взагалі чудово відреагували. Вони поважають будь-яке моє рішення. Мама перестала споживати м'ясо разом зі мною, наречений також нормально. Іноді може сказати: «Ти себе погано почуваси? Іди з їси м'яса», але це більше в жарт. Друзі, в принципі, з повагою сприйняли. Єдина, хто була

не в захваті – це бабуся. Вона вважає, що всі проблеми від того, що я не їм м'яса.» (респондентка № 9)

«Мої батьки особисто не розуміють зміну стилю харчування моїх сусідок. Знайомі і близькі відносяться до цього нейтрально.» (респондентка № 11)

«Сім'я була різко проти, ніхто не розумів, боялися, що це зашкодить здоров'ю. Всі окрім сестри, саме вона навернула мене на цей шлях. В шкільному оточенні віднеслися з розумінням. З часом всі змирилися, адже переконати мене не змогли, і почали робити нахил на страви без м'яса.» (респондентка № 12)

«Батько відреагував нормально, він сприймає будь-яке рішення, якщо воно не шкодить оточуючим. А мама сприйняла негативно і досі відноситься до цього негативно, створюючи тим самим токсичне середовище навколо мене. На той момент в мене було 2-оє хороших друзів, один з них сказав, що я почала вважати себе вищою за інших і через це він повинен зі мною попрощатися, бо моє веганство дуже негативно впливає на мою соціалізацію. Я це сприйняла як якусь «відмазку», адже насправді він вважає себе вищим за мене. А друга подруга, з якою ми досі спілкуємось має негативне ставлення до веганства, але вона толерантна зі мною. Іноді запитує в жартівливій формі, чи я не хочу спробувати, до прикладу, творог.» (респондентка № 13)

«Серед родичів був супротив. Але вони його пережили. Друзі сприйняли нормально. Скоріше оточення, особливо у школі токсично до цього ставилися.» (респондентка № 14)

«Батьки були не в захваті. Але з плином часу думка змінилась, а мама скоротила споживання тваринних продуктів. І мама зараз майже повністю харчується рослинною їжею. Я впливав на маму. Друзі підколювали, жартували. Але пізніше, пройшло декілька часу і друг теж став вегетаріанцем. Деякі знайомі можуть говорити негативні речі і в такому разі я припиняю з ними спілкування.» (респондент № 15)

«Моя сім'я була б не проти, якщо би я став вегетаріанцем. Також дружина мені цілий місяць не розповідала, що вона відмовилась від м'яса, можливо це пов'язано з тим, що вона переживала, що я негативно до цього віднесусь. Я до цього відношусь позитивно-нейтрально.» (респондент № 16)

«Негативу зі сторони оточення ні, скоріше, це турбує їх. Друзі в перший час постійно розпитували про моє ставлення до тих чи інших продуктів.»
(респондент № 17)

«Я поважаю своїх друзів вегетаріанців і це не стає перешкоєю нашого спілкування.» (респондентка № 18)

Фрагменти транскрипту інтерв'ю: соціальне оточення

«Знайомих вегетаріанців та веганів знайшла лише згодом.»

(респондентка № 2)

«У мене ще є подруга, яка спілкуючись зі мною відмовилась від м'яса та молочних продуктів, втім, вона продовжує вживати рибу.» (респондентка № 3)

«Моя мама зараз не вживає м'яса. Вона не відмовилася від нього повністю, але коли в неї є можливість його не їсти і замінити соєвими битками – вона це робить. Моя сестра також зацікавилася веганством і планує зараз приїхати на веганський кінопоказ. Мій хлопець теж став веганом, втім я б не сказала, що я його переконувала, він сам до цього дійшов, але не без моїх розповідей.» (респондентка № 6)

«Я переконала стати вегетаріанкою свою подругу. Ми обговорювали фільм "Домініон" та прочитані статті про стан навколишнього середовища. Це було дійсно круто, коли вона наступного дня сказала, що вирішила відмовитися від м'яса та риби, як мінімум.» (респондентка № 7)

«До того як я перейшла на веганство одна моя подруга була веганкою і одна знайома, вони мене до цього підштовхнули.» (респондентка № 8)

«...мама також сказала, що хоче відмовитись від м'яса на постійній основі, адже воно не приносило їй ніякого задоволення, тому це було для неї гарною ідеєю.» (респондентка № 9)

«В своєму оточенні маю 2 сусідок вегетаріанок.» (респондентка № 11)

«Сестра була близько двох років вегетаріанкою, зараз вживає курятину. Цікаво, що вона кілька разів запитувала про моє ставлення до її рішення, але це її вибір, і я його поважаю.» (респондентка № 12)

«Багато з ким спілкуюсь, як з вегетаріанцями, так і веганами, але ці люди не є моїми близькими друзями.» (респондентка № 13)

«Так, у мене є друзі вегетаріанці та вегани з якими ми тісно спілкуємось.» (респондентка № 14)

«Більшість моїх друзів вегани або вегетаріанці, при чому це не був чинник, який нас поєднав. У нас були спільні цінності, тому ми здружились.» (респондент № 15)

«Моя дружина, її сестра та брат, а також мама дружини – вегетаріанці. Іноді в нас бувають непорозуміння, але ми любимо одне одного, тому це не переешкода.» (респондент № 16)

«Більшість моїх друзів вегетаріанці, вегани, пеккетаріанці, навіть знаю сиродів. У сім'ї ще не всі перейшли на рослинний спосіб життя, втім мої батончики їм дуже подобаються.» (респондент № 17)

«Вже давно дуже велике коло знайомств з вегетаріанцями маю. Це безпосередньо пов'язано з бізнесом, адже люди на кухні переважно не споживають м'яса, а інший персонал – спробує і одразу закохується в різноманіття рослинної їжі.» (респондент № 19)

Фрагменти транскрипту інтерв'ю: екологічні практики

«Сортую сміття, але я почала його сортувати після того як стала веганкою. І сортую сміття останні два роки. Стараюсь менше використовувати пластик.» (респондентка № 3)

«Стараюся мінімізувати використання пластику, а також, за можливості, здаю щось на переробку.» (респондент № 4)

«Сортування так, зменшення використання пластику так, економила воду завжди бо у мене в Ніжині бойлер на чотири людини.» (респондентка № 5)

«Я намагаюся купувати одяг якомога більше екологічний. Це точно не шкіра тварин, не пух, не пір'я, не шерсть – це 100% без цього. Це рослинні матеріали і частіше за все я купую одяг у секонд-хенді, тому що це re-use і там багато класного одягу насправді – це екологічно.» (респондентка № 6)

«Так, я практикувала до веганства і вегетаріанства зменшення використання пластику, економію води та світла. Зараз продовжую все це та намагаюся сортувати сміття, повністю відмовитися від використання пластику.» (респондентка № 7)

«Я більше не купую вироби зі шкіри, по можливості стараюся не купувати косметику та побутову хімію, яка тестується на тваринах. Втім, ліки доводиться купувати, адже, не дивлячись на те, що вони тестуються на тваринах, без них неможливо обійтись.» (респондентка № 8)

«Я не купую пакети в магазинах, ходжу з власною торбинкою, ношу воду у власній багаторазовій пляшці, якщо хочу воду, то купую лише у склі, використовують біо-пакети для сміття.» (респондентка № 9)

«Так, я почав сортувати самостійно сміття, до води почав більш економно відноситись, до одягу, до споживання на загал. Коли йду в магазин, або на ринок – беру з собою мішечки, стараюся уникати упаковки з пластиком.» (респондент № 10)

«Я не вегетаріанка, але практикую лише використання еко-сумок замість пакетів з магазинів. Мої сусідки також користуються спеціальними мішечками для овочів, фруктів. Вони практикують зменшення використання пластику.» (респондентка № 11)

«Зараз живу в маленькому містечку і тут дуже мало чого можна здати на переробку. Що можна, я сортую: макулатуру, скло, а з пластиком тут складніше. Маленьке містечко накладає свій відбиток на цьому.» (респондентка № 13)

«Рік чи два тому я практично не використовувала жодного пластику, окрім предметів гігієни. Одноразового пластику я взагалі не використовувала. Зараз, на жаль, це зійшло нанівець. Зараз я сортую, але проблема в тому, що в Миколаєві дуже важко знайти центри прийому і не все приймають.» (респондентка № 14)

«Так. Два рази на місяць ми здаємо сміття у сортувальний центр. За це доводиться додатково платити, але хочеться робити позитивний вплив на екологію. В нашому цеху є коробки для сортування сміття і ми дуже відповідальні в цьому плані.» (респондент № 17)

«Я придбала тканинні мішечки для покупок фруктів. Впринципі, намагаюсь не викидати пакети, а використовувати їх повторно. Але не можу сказати, що я практикую якісь екологічні практики.» (респондентка № 18)

«Я бігаю на роботу. Не використовую по можливості автомобіль, а також можу пересуватись на електросамокаті. В нашому заміському будинку є сонячні батареї. У нас багато екологічних звичок в сім'ї, ми вже звикли до цього і не вважаємо це чимось особливим, а скоріше – необхідним.» (респондент № 19)

Фрагменти транскрипту інтерв'ю: активістсько-просвітницька діяльність респондентів

«Ділюсь своїм власним досвідом і розповідаю цікаві факти про вегетаріанство друзям та знайомим.» (респондентка № 2)

«У нашій організації є підопічні, які живуть в притулку «Ріфуджіо» - це врятовані нами свинки і ми по можливості стараємось рятувати тварин, які більше не потрібні індустрії. Врятували морську свинку з лабораторії і намагались врятувати козлика. Надіємось, що найближчим часом ще вдасться врятувати тварин з лабораторій.» (респондентка № 3)

«У своїй професії мені пощастило пройти практику у зоозахисній організації «Відкриті Клітки». Я займаюся кубами правди.» (респондентка № 4)

«Моя основна діяльність не пов'язана з вегетаріанством і веганством, але я займаюся діяльністю пов'язаною з веганством у вільний час. Іноді в Інстаграмі пишу якісь пости на теми, які мене тривожать, стараюся спілкуватися з веганами, проводити акції. Агітації – так, наскільки я можу, я займаюсь цим, приймаю участь у «кубах», спілкуюсь з людьми про це при нагоді, якщо вони готові мене слухати і чути.» (респондентка № 6)

«Зараз я не є активісткою-вегетаріанкою у свій вільний час, але скоро планую у блозі цю частину свого життя розкривати.» (респондентка № 7)

«Я би не назвала себе активісткою, але, оскільки в мене художня освіта і я впринципі художниця за професією, то в ході спілкування з однією блогеркою, яка створює відео на тематику веганства і є активісткою зійшлись на тому, що я можу малювати логотипи та ілюстрації для їх зоозахисної діяльності. Тобто, я роблю це безкоштовно на волонтерській основі, тож можу себе в цьому плані назвати активісткою. Також, займаюсь агітацією в тому плані,

що розповідаю усім знайомим про веганство. Це не офіційна агітація, але я хочу змінити думку людей, які мене оточують.» (респондентка № 8)

«Я належу до однієї організації, де ми проводимо акції щотижня на Контрактовій площі у Києві, де показуємо стандартні практики виробництва одягу і на загал усіх продуктів тваринного походження, спілкуємось з людьми на цю тему, запитуємо, яке вони мають до цього відношення. Ми не говоримо про те, як повинно бути правильно, а лише цікавимося і таким чином через запитання приходимо до того, чи не хоче людина спробувати відмовитись від м'яса і стати веганом. Ця діяльність насправді займає дуже багато енергії, хоча це всього-лиш 2-3 години на тиждень, але я вкладаю в це багато сил та емоційно виснажуюсь. Також, в нашій організації з'явився онлайн-проект «Веган-експрес». За 7 днів усім бажаним ми розповідаємо про те, як експлуатують тварин в нашому житті. Під кінець курсу людина отримує бонус, яку ми створили разом – «Веган-гід», де зібрані усі магазини, cruelty-free косметика, бренди одягу, магазини, ресторани, книги, фільми, організації – все веганське, що можна знайти в Україні. Більше того, я особисто веду цей гід. Також приймав участь в акції «Куб правди.» (респондент № 10)

«Недавно була історія, коли я переконала свого майстра манікюру стати вегетаріанкою. Вона задумалася про вегетаріанство з моєї подачі. Намагаюсь впливати на своїх родичів поступово, навіть, якщо вони не стають вегетаріанцями, то зменшують поступово споживання м'яса в своєму житті. Згадую постійно щось про вегетаріанство у своєму Інстаграмі, але я не блогер. Також, розповідаю іншим людям про відмову від м'яса. Іноді, розклеюю стікери від екологічної платформи.» (респондентка № 13)

«Мій друг мені зізнався, що я мала вплив на його перехід до веганства. На власному прикладі він побачив як це бути веганом.» (респондентка № 14)

«Якщо людина підійде до мене і запитас чому я не їм м'ясо, то я розповім. Подруга під моїм впливом таким чином стала вегетаріанкою. Іноді буваю на певних протестах, мітингах, ходах...До того ж, з близьких мені

людей я переконав 5 близьких друзів відмовитись від м'яса. Це відбулось природнім чином. На загал таких людей взагалі можна підрахувати до 10.»
(респондент № 15)

«Постійно переконую в цьому усіх своїх рідних. Це дуже було б дуже корисно для здоров'я моєї мами. Адже м'ясо насправді є шкідливим для серця, для багатьох спектрів здоров'я, у старшому віці – м'ясо не потрібне. На мою думку, вживання м'яса дуже заважає людині бути емоційно цілісною, тому що більшість людей люблять тварин, вони відчують до них емпатію, люблять їх і в той же час – їдять їх.» (респондент № 17)

«Моя подружка веде свій власний блог, де розповідає про користь такого харчування та стилю життя на загал. Виставляє цікаві веганські рецепти і розповідає чим замінити м'ясо дешево та смачно.» (респондентка № 18)

«Вважаю, що найбільша моя активістська діяльність – це мій заклад. Я горджусь ним і вважаю, що спробувавши смачні, натуральні, корисні страви без м'яса та продуктів тваринного походження можна усвідомити, що вегетаріанство це смачно, здорово, поживно, а головне етично та екологічно!»
(респондент № 19)

**Фрагменти транскрипту інтерв'ю: труднощі послідовництва
вегетаріанству**

«Я зіштовхувалась із труднощами. Було багато моментів, коли в закладах не в Києві, а до прикладу у Карпатах, люди не дуже розуміють, що таке веганство і хто такі вегани. Тобі можуть приготувати їжу і покласти туди яйце і не зрозуміти, що щось не так. Такі ситуації були. Також зимою в Буковелі було проблематично харчуватись, доводилось «виживати» на гречці, капусті. Але ситуація така, що всюди додають вершкове масло і в таких, здавалося-би, невинних продуктах як рис чи гречка можуть міститися продукти тваринного походження. Тому було складно.» (респондентка № 3)

«Коли я почала вегетаріанити, то я була ще школяркою і не мала змоги самотійно купувати собі продукти. Я вживала все те ж, що й усі вдома, але без м'яса і получалось, що я їла лише каші та салати, відповідно я почувала себе обмеженою. Коли я самотійно заробляю, купую продукти і мешкаю окремо, то немає проблем з придбанням продуктів. Я знаю варіанти приготування страв і що більше, я полюбила куховарити, тому із цим все впорядку. Я не дуже люблю заклади харчування, тому це не проблема. А в суші барах є достатньо варіантів веганських ролів.» (респондентка № 6)

«Дуже дорого коштують деякі веганські продукти...» (респондентка № 7)

«Вибір будь-яких товарів, будь-яких продуктів ускладнюється. Вибір взуття обмежується, адже взуття в основному з натуральної шкіри. Я не можу просто піти в супермаркет по сир. Мені потрібно його замовити в Інтернеті. Я не можу замовити вночі піцу у районі, де я проживаю. Поряд зі мною не продається веганська піца, її потрібно доставляти на таксі, причому вдень. Якщо я захочу з'їсти щось пізно ввечері, то зможу замовити хіба-що ролі з авокадо. Такі речі – це не проблема. Але таких речей багато і буває, що вони дратують і втомлюють. Веганська піца завжди дорожча. Коли всі йдуть

на ланч, то переважно – це заклади і місця, де дуже обмежений вибір для вегетаріанців та веганців. Весь час доводиться уточнювати в офіціантів чи містяться все-таки в цьому шматку торта яйця.» (респондентка № 8)

«В закладах бувають складнощі, коли я прошу офіціанта принести страву без м'яса, шматочків хамона, тощо, а мені приносять з м'ясом, в результаті чого, доводиться чекати, поки принесуть нову страву. Або ж доводиться наперед обирати заклад, у який я йтиму, оцінюю меню, щоб там було не лише м'ясо.» (респондентка № 9)

«Вважаю, що є труднощі пов'язані з вегетаріанським стилем життя. Сусідки переконують, що набагато дешевше харчуватись. Але я вважаю, що це не так, оскільки ти не можеш обмежувати себе тільки овочами і фруктами і т.д. На мою думку, треба замінювати продукти від яких ти відмовився, якимись замінниками. Такі замінники є дорогими. І можливо йде більше часу на приготування вегетаріанських страв. Також, коли ми відвідуємо кафе, ресторани з друзями, де більшість знайомих не є вегетаріанцями, то самим вегетаріанцям досить складно обрати підходящі їм страви.» (респондентка № 11)

«Я проживаю у сільській місцевості, тож тут з цим вкрай важко: немає відповідних закладів харчування, більшість людей займається тваринництвом. Мені складно насправді. Мабуть, у великих містах з цим простіше.» (респондентка № 12)

«Обмеження в закладах харчування. Тут все дуже залежить від міста. У великих містах з цим простіше. У маленькому містечку справді важко знайти гарну вегетаріанську / веганську кухню. Людина, яка їсть все, заходить в суши-бар і бере ті суши, які їй смачні. Коли я заходжу в суши-бар в маленькому містечку – мені пропонують рол з огірком. Це децю важко. Мені важко навчитись сприймати це не як особисту образу. В той же час, я розумію, що не всі заклади можуть наразі задовільнити потреби вегетаріанців та веганів,

тому що не всі знають, що таке вегетаріанство в провінційних місцевостях.»
(респондентка № 13)

«Труднощів доволі багато, особливо було раніше. Спочатку була стигматизація з боку вчителів, з боку однокласників і особливо зі сторони сім'ї, яка все ще не розуміє і не підтримує мого вибору. Коли я стала вегетаріанкою, то навіть не знала, що є якісь альтернативи, мені здавалося що це буде проста пісна їжа, тому в мене не було ніяких розчарувань та відчуття обмеження з переходом до вегетаріанства, адже я просто не знала про альтернативи. Зараз, живучи в Миколаєві, я відчуваю це. В нас немає жодного веганського кафе і дуже мало альтернатив. Наприклад, коли я їду у великі міста – стає набагато простіше знайти щось для себе. Регіон проживання накладає свій відбиток та вплив і в більшому місті легше бути веганом.» (респондентка № 14)

«Веганство в умовах невеликого міста – це важко. Раніше я проживав у передмісті. Придбання продуктів ще кілька років тому у невеликих містах було проблемою. Коли великий піст, то мені набагато простіше, адже багато закладів пропонують альтернативи без м'яса.» (респондент № 15)

«Нам з дружиною буває важко ходити разом в магазин, адже я все ще їм м'ясо, хоча менше і купую рибу. Їй важко буває на це дивитись, тому я намагаюсь ходити за такими продуктами наодинці.» (респондент № 16)

«У нашому місті практично немає спеціалізованих закладів для вегетаріанців та веганців. Найкращий час для таких людей – це піст, коли безліч закладів пропонують пісні, безм'ясні альтернативи. Також, це набагато дорожче, якщо ви прагнете харчуватись різноманітно.» (респондент № 17)

«У м. Львів дуже багато можливостей і практично немає труднощів. Гадаю, що в інших містах можуть бути проблеми з пошуками рослинних аналогів, а також із справді смачними закладами харчування. В іншому разі продукти доводяться замовляти онлайн і готувати їжу самостійно.»
(респондент № 19)

**Фрагменти транскрипту інтерв'ю: оціночне сприйняття
вегетаріанства як руху, практики споживання**

«Я, особисто, стала більш щасливою, не від того факту, що стала веганкою, а що почала займатись активістською діяльністю і захистом тварин, адже це наповнило моє життя змістом та користю, яку я можу принести і допомогти тим, хто не може допомогти собі сам. В цьому плані я стала більш щасливою, що я знайшла цю справу, тому я щаслива, що стала веганкою. Я не повернусь назад. Не уявляю ситуації, при якій я повернулась би до традиційного харчування. У жодному разі не жалію і це був один з найкращих виборів у моєму житті і я дуже щаслива, що так трапилось, що я дізналась, що відбувається з тваринами і що це дозволило мені відмовитись від цих продуктів.» (респондентка № 3)

«Я розглядаю вегетаріанство як перспективу на найближчі 5 років, якщо получится, то на все життя. Про вибір свій я не жалкую.» (респондент № 4)

«Не жалкую, на даний момент повертатись до м'ясоїдного стилю життя не бачу сенсу, бо мене усе влаштовує.» (респондентка № 5)

«І на найближчі 5 років, і 10 років, і 15 – я не буду їсти м'яса, а було б класно і все життя.» (респондентка № 6)

«Так, я розглядаю вегетаріанство як стиль усього свого життя до смерті. Я ніколи не жалкувала, що одного дня зробила вибір більше не коштувати м'яса.» (респондентка № 7)

«Це на все життя. Я жалію лиш про те, що не зробила цього раніше.» (респондентка № 8)

«Через декілька місяців після того, як я стала пескетаріанкою, я відвідала китайське бістро, де раніше я любила «Курку в кисло-солодкому соусі». Наречений замовив цю страву і я попросила попробувати шматок, після

чого відчула огиду, я його виплюнула і мені стало несмачно, взагалі ніяк.»
(респондентка № 9)

«Я вже ніколи не повернуся до м'яса. Це перспектива на все життя. Ніколи не шкодувала про свій вибір. Навіть в шкоду здоров'я, але ніколи не відмовлюся від цього.» (респондентка № 12)

«Звісно буду, думаю, що я буду веганкою все життя. Сподіваюся, що в майбутньому вся моя сім'я буде веганити. Це остаточна позиція.»
(респондентка № 13)

«Веганство – це найкращий вибір у моєму житті! Вегетаріанство – це було щось простіше, я міг сумніватись. А ось веганство – це просто свобода. Я люблю тварин і не їм тварин. Я поважаю живих істот і не протириччу собі. Це дарує мені внутрішню свободу. Це один з найкращих виборів, які я коли-небудь робив.» (респондент № 17)

«Так, я вже тривалий час не споживаю м'яса та жодних продуктів тваринного походження. Це чудово, що люди хочуть ставати вегетаріанцями, що більше читають, цікавляться та дізнаються. Ми, в свою чергу, лише сприятимемо цьому.» (респондент № 19)

**Фрагменти транскрипту інтерв'ю: поширення вегетаріанства як
тренд**

«100% вегетаріанство розповсюджується, воно буде розвиватись і це відбувається вже зараз, адже у світу немає іншого шляху. Те, що ми робимо із тваринами, як ми їх експлуатуємо – це не лише вбиває самих тварин, але й екосистему в цілому, що в результаті вбиває і нас. Рано чи пізно ми всеодно припинимо експлуатувати тварин за різними причинами і це буде комплексно: етика, економіка та екологія.» (респондентка № 3)

«Вегетаріанство вже набуває поширення, навіть в маленьких містах. Якщо навіть говорити про попит на продукти, я часто перебуваю в смт і навіть тут вже є рослинне молоко.» (респондент № 4)

«Так, однозначно, вегетаріанство буде рухатись і такі люди як я, які про це весь час говорять – відіграють ключову роль. Коли про це говорять – значить воно існує. Я і моє оточення веганське постійно говоримо про це, значить ця тема варта цього.» (респондентка № 6)

«Так, я думаю, що вегетаріанство поступово буде поширюватися не тільки в моїй родині, а й у країні.» (респондентка № 7)

«Мені здається, що вегетаріанство / веганство ставатиме популярнішим. По-перше, такий тренд вже існує, а по-друге, все більше з'являється аналогів продуктів тваринного походження і ці аналоги стають все дешевшими. Плюс, більше людей отримує інформацію про екологію, про тваринництво, тому тренд точно ростиме.» (респондентка № 8)

«Стосовно сім'ї я не впевнений, адже частково в традиціях моєї сім'ї є м'ясо і деякі особи радикально налаштовані проти моїх поглядів. Щодо жителів нашої країни, як і весь світ – так. Економічно людство більше не зможе вирощувати тварин далі. Це настільки не вигідно, що поступово будуть знижуватись ціни на продукти рослинного походження, а дорожчати

продукти тваринного походження на рівні законодавства. Це надто неекологічно та невигідно. Якщо в цілому брати, то не можливо в межах всього світу прогодувати усіх людей, щорічно вбиваючи 18 млрд. наземних тварин.» (респондент № 10)

«Звісно, набуватиме. Вже навіть в супермаркеті біля дому можна придбати веганське масло за доступну ціну. Вже зараз тема набагато популярніша, аніж 5-10 років тому. Хоча, іноді мені прикро, що це на хвилі моди та популярності, особливо серед підлітків, які хочуть схуднути і думають, що вегетаріанство їм допоможе.» (респондентка № 13)

«В певній мірі зараз це модно. Іноді це може мати негативні наслідки для руху вегетаріанства як такого, тому що деякі люди недостатньо проінформовані. Вони починають вегетаріанити, потім розчаровуються, все ще не маючи достатньо інформації і це шириться в соц. мережах, відповідно, інші люди починають теж розчаровуватись. Але в той же час мода може бути позитивним впливом. Люди бачать приклад, що люди від такого стилю життя не помирають, не хворіють і почувають себе добре. Тому, вони починають пробувати і замислюватися більше.» (респондентка № 14)

«Поширення набуватиме. 4 роки тому, я не міг уявити, що буде повсюдно рослинне молоко. У великих містах харчуватися так дуже просто і при цьому раціон буде дуже різноманітним (за умови, що в тебе є кошти). Доступність товарів відіграє велику роль і сприяє переходу до вегетаріанства.» (респондент № 15)

«Я переконаний, що кожна людина має прийти до цього свідомо. Просто так, адже це модно і зірки в Голівуді практикують вегетаріанство? Ні, це неправильно. Тут потрібно спершу багато дізнатись, що їсти, як правильно, а не просто перейти на овочі та фрукти і казати «я вегетаріанець».» (респондент № 16)

«Я впевнений, що через 5-10 років перш за все, нікого більше не здивуєш словом «вегетаріанець», а по-друге це буде сприйматись абсолютно

нормально. Вегетаріанців стане більше і нічого в цьому не буде особливого. У США чи Європі ти взагалі не відчуваєш цього дискомфорту, усі знають хто це, є багато вегетаріанських «опцій» повсюдно. Але до України це теж дійде.»
(респондент № 17)

Фрагменти транскрипту інтерв'ю: конфлікти та критика всередині спільноти та за її межами

«Для мене ярликування (не тільки щодо вегетаріанства) є мірилом моєї / не моєї людини. У мене була людина з якою я була вимушена прожити і яка займалась висміюванням і приниженням мого способу життя. Спочатку, як наївне дитя, я намагалась спокійно і головне доступно донести що таке вегетаріанство, але, у висновку, виявилось, що я зіткнулась з типовим тролем, який не те що не чує, а просто живе із ціллю приїднести свою постать за рахунок приниження / знецінення інших. З тих пір я не беруся комусь щось ревно доводити: якщо бачу зацікавленість приїднімаю завісу страшного світу вегетаріанців, якщо отримую у свою адресу знецінення, спокійно ставлю, здебільшого жартома, цю людину на місце. Розумію, що завжди будуть люди, які готові покласти життя за традиції і будуть люди, які мінятимуть традиції.» (респондентка № 2)

«Скептичне ставлення було в деяких родичів, знайомих, а тим паче в інших людей. Поки вегетаріанці та вегани в меншості – присутнє ярликування, люблять посперечатись. Але, оскільки, я замаюся активізмом вже доволі довго, то я до цього звикла і нормально відношусь, мене це більше не ображає.» (респондентка № 3)

«Люди про мою позицію дізнаються і поводять себе більше як скептики а це виснажує дуже морально.» (респондентка № 5)

« Так, я відчуваю дистанційованість від людей, які споживають м'ясо і наразі для мене це проблема №1. Я знаю веганок, які від цього абстрагуються. Я, на жаль, не можу, тому що для мене – це не моя особиста справа, а це справа живих істот, яких вони їдять. Я віддаляюся від таких людей. Якщо такі люди намагаються пристосуватись до мене, то мені з ними легше, але якщо вони споживають м'ясо при мені – то ми перестаємо спілкуватись.» (респондентка № 6)

«Дистанційованість – це 100%. Я абсолютно впевнена, що я не можу стати близьким другом людині, яка споживає продукти тваринного походження і я би ніколи не змогла мати романтичних відносин з людиною, яка не є веганом. Я в цьому впевнена, без усіляких виключень. Це відіграє дуже велику роль у соціальному житті і це ціна, яку я готова платити.»

(респондентка № 8)

«Взагалі зі всіма по різному, друзям я вмикав відео і спілкувався з ними. З сім'єю децю по-іншому. Важко також зі старшим поколінням, їм я розповідаю лише, якщо запитують. Сестра цікавилась також цією тематикою, а я допоміг їй у цьому, розповів усе, підказав. Тепер сім'я мене звинувачує, що я її також на це «підсадив».» (респондент № 10)

«Сусідки досить часто зустрічаються з конфліктами зі сторони своїх бабусь та дідусів, оскільки вони не розуміють перехід на такий стиль харчування. Але вегетаріанство робить сусідок більш толерантними до природи.» (респондентка № 11)

«Стигматизація вегетаріанства мене зачіпає. Я можу їсти все, в нас є багато альтернатив. А натомість, люди будуть жартувати, що я їм одну капусту і харчуюсь «енергією сонця».» (респондентка № 12)

«Токсичне оточення, яке постійно намагається сказати мені щось наперекір, тобто токсичне оточення, ті ж родичі. Свекруха, яка підгодовує осторонь дитину сиром, або мама. Це накладає дуже негативний відбиток. Ці люди впливають, але я вчусь з цим жити. В моєму житті основною складністю є спілкування невеганами, які намагаються мені нав'язати свої цінності. Люди, які нав'язують м'ясо та продукти тваринного походження і постійно доводять мені, що я не права. Особливо важко з цим було в період вагітності та з дитиною зараз.» (респондентка № 13)

«Думаю, що відчуваю дистанційованість від людей, які не бажать чути, сприймати та розуміти іншу точку зору, відмінну від власної.»

Наприклад, у мене така ситуація на роботі від співробітників. У мене є друзі м'ясоїди, але вони поважають мій вибір.» (респондентка № 14)

«Відчуваю дистанційованість. Коли я розумію, що людина їсть м'ясо – мені не дуже приємно, особливо, коли це м'ясо їдять поряд зі мною.»
(респондент № 15)

«З більшістю буває важко, адже використовується різна лексика навіть, така як «спесишизм», коли говорять «ти поводишся наче свиня». Я виступаю проти такої лексики. Буває дуже непросто.» (респондент № 17)

«Є вегетаріанці та вегани, які поважають мої кордони і цінують власні. А є ті, хто не може сприймати факт мого м'ясоїдства. Серед людей, які не їдять м'ясо безумовно є хороші люди, просто буває інколи важко морально.»
(респондентка № 18)

«Іноді відчуваю дистанційованість від людей, які споживають м'ясо, це проявляється і в їх світогляді і способі життя. Але стараюсь розуміти їх і не зачіпати спірних тем.» (респондент № 19)