

Adipositas.

Fehlernährung und Bewegungsmangel -
Folgen eines kulturellen und
interkulturellen Wandels

Dr. Michael M. Zwick
www.zirn-info.de

Vortrag auf der 29. Wissenschaftlichen
Jahrestagung der AGEV; Köln 11.10.2007

SÖF  **Sozial-
ökologische
Forschung**

GEFÖRDERT VOM

ZIRN

Interdisziplinärer Forschungsschwerpunkt Risiko und Nachhaltige Technikentwicklung
am Internationalen Zentrum für Kultur- und Technikforschung der Universität Stuttgart



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

Das Projekt ...

- „Übergewicht und Adipositas bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen als systemisches Risiko“
- Auftraggeber: BMBF
Laufzeit: Januar 2006 – Dezember 2008
- Interdisziplinäre Ausrichtung
 - Epidemiologie
 - Physiologie
 - Ernährungswissenschaften
 - Psychologie
 - Soziologie
 - Philosophie
 - Ökonomie
 - Recht
 - Interessengruppenvertreter („2. Kreis“)

Inhalt ...

1. Die Fragestellung

2. Material und Methoden

3. Struktur- und kultureller Wandel im Nachkriegs-
deutschland

4. Modernisierung im Zeitraffer: Das Beispiel türkischer
Migranten

5. Resümee

1. Die Fragestellung

Übergewicht und Adipositas – wachsendes Gewicht

- Anstieg und wachsende Dramatisierung von Übergewicht und Adipositas und ihren Folgen – geschätzte Kosten 5 – 100 Mrd. € jährlich – in Deutschland
- Scheinbar simple Verursachung: Energieaufnahme > Energieverbrauch
- Deutung von Übergewicht und Adipositas als Folge individuellen Fehlverhaltens (Ernährungs- und Bewegungsstil). Implizit: Individualisiertes Risikoverständnis
- Ergo: (weitgehend erfolglose) Bearbeitung der Öffentlichkeit zur Veränderung der habituierten Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten

Adipositas – Folge individuellen Fehlverhaltens ...



Ärzte Zeitung, 16.07.2003

Wer die Adipositas wirkungsvoll bekämpfen will, der muß der Dummheit zu Leibe rücken

Übergewicht und Adipositas als systemisches Risiko

- Gegenthese: Übergewicht und Adipositas sind – auf der Entstehungs- wie der Folgenseite – systemisch entgrenzte Risiken, die sich nur unzureichend als individuelle Fehl Anpassung an gesellschaftliche Verhältnisse deuten lassen.
- Übergewicht und Adipositas verweisen bei Deutschen, v.a. aber bei Migranten auf fundamental veränderte kulturelle und sozialstrukturelle gesellschaftliche Verhältnisse
- Ergo: (erfolglose) Bearbeitung der Öffentlichkeit zur Veränderung des habituierten Ernährungs- und Bewegungsverhaltens
- Ungleich verteilte Kompetenzen und Ressourcen der Anpassung an gesellschaftliche Bedingungen und Erfordernisse
- Körpergestalt ~ Habituation und Manifestation gesellschaftlicher Ungleichheit

2. Material und Methoden

2. Das qualitative Datenmaterial

- Auswertung der Daten von vier Interviews mit Erwachsenen, die in den 1950er Jahren geboren sind – darunter drei Männer, eine Frau, drei Deutsche, ein türkischer Migrant.
- Auswertung der Daten von 11 Fokusgruppen mit Erwachsenen und Jugendlichen (ab 15 Jahren), deutscher und türkischer Herkunft
- Strukturelle Auswertung auf der „Ebene des gemeinten Sinns“. Systematische Verkodung des Materials mit MaxQda
- Ableitung und theoretische Generalisierung einiger archetypischer, allgemeiner Trends, die aber nicht auf jeden Einzelfall anwendbar sind (z.B. familiale Desinstitutionalisierung)

3. Struktur- und kultureller Wandel im Nachkriegsdeutschland

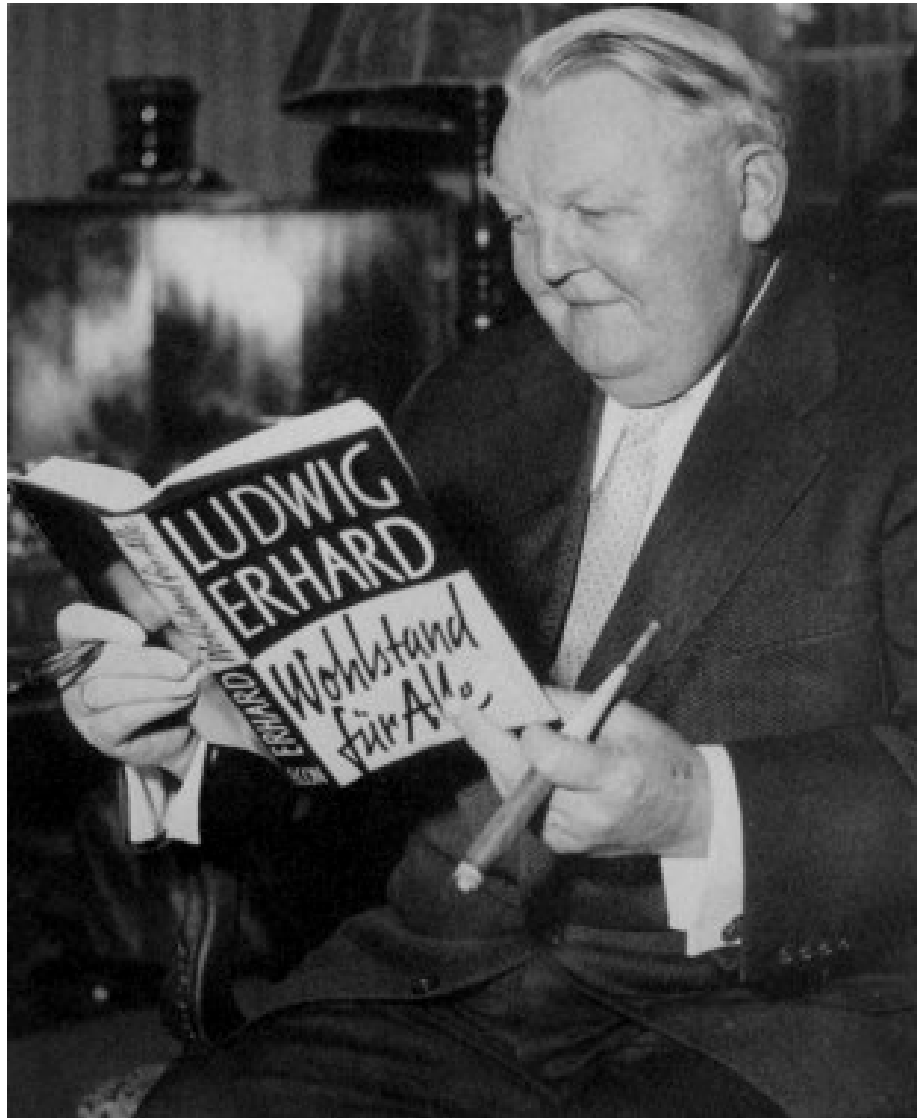
Ernährung und Bewegung: die Nachkriegssituation

- *“Das Essen zuhause hab ich damals als ausgesprochen schlecht empfunden. Meine Eltern waren sehr arm. Und ich erinnere mich noch, ... als wir dann freitags zum Lebensmittelladen gegangen sind. Da gab’s diese Rabattmarken, und da wurde dann von Rabattmarken für’s Wochenende noch ein bisschen was gekauft. Billige Sachen, also sagen wir mal so für Pfennigbeträge - ich hab’s allesamt gehasst.“ (Aerw1: 6)*
- *„Mit dem Roller, mit dem Fahrrad, wir waren immer draußen und immer unterwegs, weil die Wohnungen eigentlich viel zu klein waren, um sich dort aufzuhalten. Wir hatten keinen Fernseher... Durch mein vieles Herumtunnen war ich natürlich spindeldürr.“ (Aerw3: 18f.)*
- *“Ich glaube nicht, dass es Übergewicht schon immer gab. Wenn man mal die Nachkriegszeit anschaut, dann findet man wahrscheinlich kaum Übergewichtige.“ (FG06: 100)*

Die Wirtschaftswunderjahre: „Rund, gesund ...“

- *„Man hatte in den 60er Jahren dick zu sein. Wer es sich leisten konnte, hatte in den sechziger Jahren nach dem überstandenen Krieg zu dokumentieren, 'wir können's uns leisten! Wir sind rund und gesund!'“. Dick ist gleich gesund. Heute ist das freilich völlig anders.“ (Aerw1: 9)*
- *„Es wurde extrem fett gekocht. Was draufzuhaben auf den Rippen, bedeutete damals Wohlstand“. (FG05: 69)*
- Nachhaltige kollektive historische Erfahrungen (Mannheim)
- *„Außerdem galt: ‚Teller leer essen!‘ Mein Vater vertrat die Meinung, je mehr auf dem Teller liegt, desto besser. Es musste günstig sein und es musste viel sein. Diese Einstellung ist mir ziemlich in Fleisch und Blut übergegangen, so dass ich heute noch so esse. Ich kann Unmengen essen.“ (FG03: 16)*
- *„Das sind Nachkriegsmenschen. Meine Oma war auch so: ‚Kind iss doch noch was‘... Die hatten in der Generation erst nichts und dann viel. Dann war es halt so: man ‚braucht‘ es, man muss es bunkern. Man muss es auch die Kinder und Enkel ‚bunkern‘ lassen.“ (FG07: 155) (→ Mannheim)*

... und „stattlich“: Privilegierter Körperhabitus



Desinstitutionalisierung, Individualisierung ...

- *„Die Eltern arbeiten den ganzen Tag und sind abends noch bei Zusatzjobs unterwegs. Die haben weder Zeit für ihre Kinder noch für die Zubereitung eines anständigen Abendessens“ (FG01: 45)*
- *„In meiner Kindheit wurde gemeinsam gegessen. Heute ist das wegen unterschiedlicher Zeitabläufe nicht mehr so.“ (FG05: 48)*
- *„Wir essen ganz selten zusammen. Morgens nie. Ich esse meistens im Dönerladen.“ (FG 10: 63)*
- *„Meine Tochter nascht viel. Sie isst unkontrolliert. Ich habe nicht immer die Zeit dazu, sie zu kontrollieren. Das Kind setzt das Taschengeld in Süßigkeiten um.“ (FG04: 26)*
- *„Wenn ich Geld habe, gehe ich gern mal zum Chinesenschnellimbiss. Ansonsten gibt´s Döner oder McDonalds.“ (FG10: 35)*

Voluntarismus. Vergesellschaftung der Ernährung

- *„Meine Eltern arbeiten beide. Beide sind meistens nicht da. Da koche ich mir unter der Woche etwas allein. Entweder habe ich Essen aufgewärmt oder ich habe Fertiggerichte gemacht, Pizza oder Baguette. Ich habe da nicht viel Zeit hinein investiert. (FG07: 54)*
- *„Die Leute empfinden diese Form der Ernährung nicht als minderwertig. Häufig spielt auch der Kostenfaktor noch eine Rolle. Die Fertigprodukte sind häufig billiger, als wenn man die Nahrungsmittel frisch zubereitet. Wo die Nahrungsmittel herkommen, welche Qualität sie haben, spielt keine Rolle, denn durch diese Produkte wird das Geschmacksempfinden der breiten Masse getroffen. (FG01: 25)*
- *„Was mir auffällt, ist, dass kein Qualitätsdenken in Bezug auf Essen und Lebensmittel vorhanden ist. Alles sollte so einfach wie möglich gehen. Die Kinder haben nicht einmal die grundlegendsten Kenntnisse der Lebensmittelzubereitung. (FG01: 12)*

Gesellschaftliche Modernisierung und Ernährung

- Wandel von Knappheits- zu Überflusssituation ~ Akzeptanz zu Voluntarismus (Essen aus Hunger → Essen aus Appetit)
- Ausdifferenzierung von Ernährungskompetenz und Ernährungsstilen (Öko-/Bio-/Gourmetküche ... beiläufige, wenig kompetente, Fastfood- und Convenience-Ernährung) ...
- Tendenz zur Desinstitutionalisierung des familialen Ernährungssettings ... Kontrollabbau und Individualisierung
- Tendenz zum Abbau der Ernährungsverantwortung und –kompetenz (verändertes Rollenbild von Frauen / Doppelverdienerhaushalte / unvollständige Familien)
- Tendenz zur Vergesellschaftung der Ernährung
- Tendenzieller Übergang von Ernährungsinformation auf die Industrie ~ Individualisierung der Ernährungsverantwortung

Modernisierung und Freizeitverhalten

- *„Was mir auffällt ist, dass die Kinder teilweise acht Stunden am Tag vor der Playstation oder dem TV sitzen, teilweise kommen sie morgens zu uns in die Einrichtung und haben schon davor nach dem Aufstehen vor dem Bildschirm gesessen.“ (FG01: 118)*
- *„Die wenigsten treiben Sport. Häufig verbringen die Kinder ihre Freizeit im Sitzen vor dem Computer... und die wenigsten nehmen am Sportunterricht teil.“ (FG01: 13)*
- *„Ich war von mir enttäuscht und habe die Motivation [zum Abnehmen, d.V.] verloren. Mit Essen habe ich mich besser gefühlt und mit der Playstation. Ich war frustriert über die Situation und habe mich verkrochen. Ich habe mich gehen lassen.“ (FG11: 38) (Psychische Entlastung, „Trostessen“)*

Modernisierung des Lebensstils

- Übergang von der Knappheits- zur Überflussgesellschaft ~ Wegfall externer Zwänge (frugale Ernährung / unzureichende Wohnverhältnisse), die Schlanksein zur Folge hatten
- Reichhaltiges Ernährungs- und Freizeitangebot: Einladung zu wenig informiertem, inkompetentem Ernährungs- und passiv-konsumtivem Freizeitverhalten
- Tendenzieller Funktionsverlust der Familie als Korrektiv
- Starke Ausdifferenzierung der Ernährungs- und Freizeitstile
- Schlanksein als – gesellschaftlich gefordertes - individuelles Projekt (Erlernen von Kompetenzen; Internalisierung von Regeln und Zwängen; geforderte Anpassungsleistung)

Exkurs: Kompetenzen, Ressourcen, Ungleichheit I

- *„Viele dicke Kinder sind halt arm: Schlechte Ernährung ist halt billig, gute teuer. (FG08: 134)*
- *„Wir haben [in dem Verein] auch angefangen, mit den Eltern Kochkurse zu machen, weil sie Fertigprodukte viel zu sehr berücksichtigten. Das Problem an diesem Programm war, dass gerade die Eltern, die einen solchen Kurs gebraucht hätten, diesen sich nicht leisten konnten.“ (FG01: 26)*
- *„Ich habe im Monat 50 Euro [für Weight-Watcher] bezahlt. Man kauft zusätzlich Produkte dort, das kann bei finanziellen Engpässen sehr eng werden. Ich habe dann dort aufgehört, fange jetzt aber wieder an, denn der Gewichtsverlust ist es mir einfach Wert.“ (FG08: 8)*
- **Soziale Benachteiligung**
 - direkte Benachteiligung (Kauf schlechter Produkte)
 - indirekte Benachteiligung über unzureichende Information / Bewusstsein / Kompetenzen / Milieuspezifische Ernährungs- und Freizeitstile (Symbolik)

- Marktförmig organisierte Gesellschaft
 - Schlanker Körper ~ Gesundheit, Fitness, Leistungs- und Anpassungsbereitschaft, (Selbst-)Disziplin und Verantwortungsübernahme, Fähigkeit zur innerweltlichen Askese
 - Schlanker Körper ~ hohe Attraktivität auf den Partner- und Arbeitsmärkten
 - Schlanker Körper ~ „zeitgemäßes“ Mittel sozialer Distinktion
„Die Reichen und Schönen“
(In Mangelgesellschaften können es sich nur die Reichen leisten, dick zu sein, in reichen Gesellschaften ist Schlanksein ein knappes, hoch geschätztes, prestigeträchtiges Gut)
 - *Der dicke Körper ~ pejorative Zuschreibungen (nachlässig, faul, gefräßig, undiszipliniert ...)*
 - *Dick-Sein zieht geringe Marktchancen nach sich (Partnermärkte, Arbeitsmärkte etc.)*

4. Modernisierung im Zeitraffer: Das Beispiel türkischer Migranten

Traditionelle Ernährungs- und Erziehungsleitbilder

- *“Die türkische Küche ist sehr gemüseorientiert. Viel Gemüse, viel Olivenöl... Aber die Zubereitung des Gemüses ist nicht besonders gesund... In der Türkei wird viel frittiert.“ (FG06: 38ff.)*
- *“Was bedeutet es für eine Mutter, einem Kind Essen zu geben?“ „Je mehr desto besser. Sie erfüllt ihre mütterlichen Pflichten. Hier geht es nicht um Erziehung, sondern das Kind zu stopfen.“*
- *„Dieses Viel-Essen, das ist für ... Eltern ein Ausdruck von ‘sich kümmern’ um jemanden. Jemanden mögen heißt, immer danach zu schauen, dass genug zu essen da ist... Dieses Insistieren zum Essen, glaube ich, dass das schon etwas typisch Anatolisches ist.“ (Aerw4: 15) (Stadt-Land-Leitdifferenz)*

Gastfreundschaft und SÖS: Essen als Hauptsache

- *“Gastfreundschaft ist wirklich ein sehr hoher Wert. Viel, viel höher als man es in deutschen Familien oder überhaupt der deutschen Gesellschaft erahnen kann. Und das ist ernst gemeint... Gastfreundschaft ist, ... durchflochten mit dem Wunsch, den Reichtum der Familie darzustellen. Das heißt, “wir können uns das leisten”... Auch wenn man genau weiß, es sind nur zehn Leute eingeladen... würde es ja ausreichen, so viel bereit zu halten, dass es auch genug ist. Aber nein, dann tut man noch mal einen drauf, und dann gibt es noch Pute plus Lamm plus irgendwas. Also ... die Kaufkraft, das Ansehen der Familie spielt immer irgendwie eine Rolle. Bei allen Feierlichkeiten spielt es eine Rolle, dass es immer genug zu essen gibt - im Gegenteil: dass viel übrig bleibt. Das ist eigentlich die Messlatte!” (Aerw4: 8)*
- *“Aber auch bei Besuchen spielt das Essen die Hauptrolle... An den Wochenenden macht man in der Türkei gerne Verwandtschaftsbesuche. Feiern ist mit Essen verbunden. Geht eine türkische Familie z. B. schwimmen, dann verbindet sie das mit einem Picknick.“ (FG06: 136)*
- *“Ich meine auch, dass das Essen in der Türkei mehr zelebriert wird. In Deutschland lebt man eher alleine und isst eher alleine.“ (FG6: 49)*

- *„Bewegung und Sport ist mit Anstrengung verbunden. Türken kommt es nicht in den Sinn, sich am Wochenende anzustrengen, also Sport zu treiben. Da macht man lieber Familienbesuche... Ich habe auch noch keine türkische Frau gesehen, die mit den Stöcken laufen geht. [Nordic Walking]“ (FG06: 139f.)*
- *„Ich kann mir keine türkische Frau vorstellen, die ins Fitnessstudio geht...“
“Das ist auf dem Land so, in Städten gehen Frauen auch ins Fitnessstudio.“
(FG06:56)*
- *„Die deutschen Jugendlichen spielen sehr viel Computer... In der Türkei ist das aber „zu teuer. Das ist absoluter Luxus... In der Türkei gehen die Kinder und Jugendlichen lieber raus“ (FG06: 138ff.), wobei bei männlichen Jugendlichen Fußballspielen hoch im Kurs steht.*

Differentielle Körpernormen

- *“Mir fällt auf, dass es in der Türkei wenig übergewichtige Kinder gibt, aber viele übergewichtige Hausfrauen und Mütter.“ (FG06: 48)*
- *„Türkische Frauen sind ...solange sie noch auf dem Markt sind, superschlank und wunderschön und sobald das erste Kind da ist oder sobald sie verheiratet sind, irgendwie zum Bild von so einer typisch dicken Mama werden... Das heißt, wenn man seinen Partner hat, und wenn man sogar schon ein Kind hat, ist man im Prinzip nicht mehr auf dem Markt und muss nicht mehr attraktiv sein... Es gibt dann eine Lebensphase ... dass sie dann so richtig häuslich wird. Und ich glaube, wenn man häuslich wird, passt man sich auch dem Haus an. Also dann geht man halt auch ein bisschen in die Breite.“ (Aerw4: 42)*
- *„Türkischen Frauen ist gar nicht bewusst, dass das Übergewicht schlimm ist. Sie sehen das als normal an, wenn man nach ein paar Kindern dicker ist... Wenn eine Frau abnimmt, meinen die Leute, sie sei krank:“ (FG06: 63f.)*
- *“Türkische Frauen haben kein Problem damit, dick zu sein, da alle dick sind“ (FG06: 79)*
- *„Ein Gramm Fleisch verdeckt viele schlechte Eigenschaften“. (FG06: 75)*

Migration als kritische Ungleichzeitigkeitserfahrung

- *„Meine Eltern ... kommen aus einer sehr starken Armut. Das ist fast vergleichbar wie mit der Kriegsgeneration in Deutschland, wo die wirklich gehungert haben. Also ich kenne Stories von meinen Eltern, da würde ich denken, das ist in einem anderen Jahrhundert passiert, ... im Mittelalter. Wenn sie wirklich drei, vier Tage am Stück nichts zu essen hatten oder teilweise von altem Brot den Schimmel abgekratzt haben. Das kann man sich gar nicht vorstellen... Mein Vater erzählte mir diese Geschichte, wo er teilweise auf dem Feld gearbeitet hat und zwei Tage lang nichts gegessen hat. Und nicht eben um schlank und cool auszusehen, sondern eben weil er nichts hatte. Und ich glaube, das ist schon ein Grund, warum sie einfach jetzt auch übergewichtig sind. Also meine Eltern sind beide übergewichtig, und zwar extrem übergewichtig... Mein Vater hat Zucker [Diabetes] wegen diesem Essen... Er hat ein bestimmtes Essensverhalten, das er einfach nicht ablegen kann. Zum Beispiel dass zu jedem Essen Brot gehört. Das ist so eine Gewohnheit - also auch zu Nudeln oder zu Kartoffeln isst man dann Brot.“ (Aerw04: 4)*

Migration als kritische Ungleichzeitigkeitserfahrung

- Das Problem türkischer Migranten sind weder erodierende Familienstrukturen, noch individualisierte Ernährungsmuster oder extensiver Medienkonsum sondern die Inkompatibilität traditioneller Institutionen (Ernährungsweise, Erziehungs- und Versorgungsstile, Freizeitverhalten, Gesellungsnormen, Gesundheitsbewusstsein, Körperideale, Demonstration des sozialen Status über opulente Ernährung), die in scharfem Gegensatz zu den Lebensbedingungen und Anforderungen der spätindustriellen, deutschen Gegenwartsgesellschaft stehen.
- Die deutsche Bevölkerung hat sich (mit unterschiedlichen Erfolgen) kontinuierlich an veränderte Lebensbedingungen anpassen können – (türkischen) Migranten wird diese Leistung im Zeitraffer abverlangt.

5. Resümee

Zusammenfassung

- Gesellschaftliche Modernisierungsprozesse haben Auswirkungen auf das Nahrungsmittel-, das Technik- und Freizeitangebot, aber auch auf die Familienstruktur, Körperbilder und –ideale: *Erzeugung von Risiken - Abbau von Regulativen - Individualisierung der Problemverantwortung und -lösung*
- Übergewicht und Adipositas = Epiphänomene der Moderne
- Wurde nach dem Krieg Schlank-Sein strukturell erzwungen, so bedarf es in der Überflussgesellschaft des Erlernens und der Verinnerlichung von Regeln und Zwängen, um schlank zu bleiben („Selbstdisziplin“, „Eigenverantwortlichkeit“)
- Migranten erleben eine Modernisierung im Zeitraffer. Übergewicht als Folge einer Ungleichzeitigkeit von traditionellen kulturellen Normen und Gewohnheiten in einer modernen Sozialstruktur. Zugleich sozioökonomisch randständige Lage.

Ausblick

- Freizeitverhalten und v.a. Ernährungsgewohnheiten werden früh erlernt und internalisiert (habituiert), teilweise auch kulturell abgesichert (z.B. „Cuisine“, Gastfreundschaft)
→ sehr geringe Eingriffsmöglichkeiten / Maßnahmen scheitern
- Risiken, die auf gesellschaftlicher / kultureller Ebene entstehen bedürfen innovativer politischer, ökonomischer und institutioneller Lösungen (vgl. Rauchen / Rating / Sozialisation)
- Maßnahmen müssen zielgruppenspezifisch ausgerichtet, kulturell kompatibel und sozial anschlussfähig sein.
- Maßnahmen („Korrektive“) müssen institutionell verankert, d.h. auf Dauer gestellt werden. (z.B. Ernährungsbildung, Kontroll- und Belohnungssysteme für nachhaltige Veränderung der Ernährungs- und Bewegungsstile)

„Ich danke für Ihre Aufmerksamkeit“
