

Heilbronn, 03.05.2015

**Sehr geehrte Aktivist\_innen von Foodwatch,**

ich schreibe Ihnen heute als Reaktion auf Ihre Aktion „Forderung eines wirksamen Präventionsgesetzes – Die Fettleibigkeitsepidemie muss gestoppt werden!“. Bisher hatte ich immer Hochachtung vor Ihrem Engagement, beispielsweise, wenn es um die Verhinderung von TTIP ging, und habe diverse Aktionen durch meine Unterschrift unterstützt. Doch Ihre neueste Aktion finde ich sehr bedenklich, geradezu gefährlich. Lassen Sie mich darlegen, warum:

Gleich am Anfang Ihrer Email bringen Sie „schockierende Zahlen“ ins Spiel: Allein die Anzahl der „übergewichtigen“ Kinder soll sich in Deutschland auf 1.900.000 belaufen. Doch was bedeutet eigentlich „Übergewicht“? Der Begriff impliziert ja, dass es ein ideales Gewicht für alle Menschen gebe. Der Soziologe Friedrich Schorb beschreibt, dass das sogenannte Übergewicht diskursiv stets als Krankheit, Epidemie oder Sucht gerahmt werde, weil es aus dem Rahmen dessen falle, was medizinisch als „normal“ definiert werde.<sup>1</sup> Als Maßstab wird nach wie vor der BMI herangezogen, der bereits seit vielen Jahren massiv in der Kritik steht. „Der BMI spielt keine Rolle für das Schlaganfall-, Herzinfarkt- oder Todesrisiko eines Menschen“, sagt beispielsweise Harald Schneider von der Münchner Ludwig-Maximilians-Universität.<sup>2</sup> Wie mit einem Schlag vormals „normalgewichtige Menschen“ zu „übergewichtigen“ Menschen werden konnten, beschreibt die Süddeutsche Zeitung: „Dass die Grenze zum Übergewicht bereits mit einem BMI von 25 überschritten wird, hatte die WHO 1996 festgelegt. Als die nationalen Gesundheitsinstitute der USA die Definition 1998 übernahmen, wurden auf einen Schlag 35 Millionen beschwerdefreie Amerikaner zu übergewichtigen Risikoträgern. Dabei wissen Ärzte schon lange, dass Gewicht und Größe allein wenig aussagen: Fitte Dicke sind zumeist gesünder als schlappe Schlanke.“<sup>3</sup> In diesem Licht sieht die „Fettleibigkeitsepidemie“ gar nicht mehr so erschreckend aus, wie ich finde, ist sie doch in erster Linie eine Definitionsfrage.

Vielleicht ist Ihnen das Wort „Fat Shaming“ kein Begriff. Es beschreibt die Tatsache, dass fülligeren oder dicken Menschen unzählige Dinge unterstellt werden: Dass ihre Körperfülle in jedem Fall selbst „verschuldet“, d.h. auf übermäßiges, ungesundes Essen

---

<sup>1</sup> vgl. Schorb, Friedrich: Dick, doof und arm. Die große Lüge vom Übergewicht und wer von ihr profitiert. München: Droemer 2009, S. 18-57

<sup>2</sup> vgl. <http://www.spiegel.de/wissenschaft/medizin/risiko-uebergewicht-mediziner-zweifeln-aussagekraft-des-body-mass-index-a-681264.html>

<sup>3</sup> <http://www.sueddeutsche.de/gesundheit/idealgewicht-rund-und-gesund-1.29309-2>

und/oder mangelnde Bewegung zurückzuführen sei; dass ihre Körperfülle zwangsläufig zu massiven Gesundheitseinschränkungen à la Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen etc. und damit zu erhöhtem Mortalitätsrisiko führe; dass die damit verbundenen Ausgaben den Staat Milliarden kosten usw. usw. usw.

Einmal ganz abgesehen davon, dass diese platten Mutmaßungen oft genug an der Realität vorbei gehen, und es durchaus kein Widerspruch sein muss, „fett und fit“ zu sein,<sup>4</sup> und einmal abgesehen davon, wie problematisch solche Berechnungen, wer warum die „Staatskasse belastet“ sind (hier werden m.E. viele ethisch bedeutsame Fragen aufgeworfen; was bedeutet in erster Linie „Gesundheit“, und darf ein Staat seinen Bürger\_innen vorschreiben, wie „gesund“ sie zu sein haben? Gibt es „gute“, weil unverschuldete, und „schlechte“, weil selbst verschuldete Kranke? Oder hat schon jemand Berechnungen angestellt, was an Krebs erkrankte Kinder den Staat jährlich kosten?), muss es eine\_n doch sehr verwundern, wenn Fettphobie (engl. Fatphobia) mit der Begründung „*Ich bin ja nur um dein Wohlergehen besorgt!*“ legitimiert wird. Magda Albrecht schreibt dazu: „Wenn mensch etwas genauer hinschaut, fällt auf, wie absurd es ist, dass viele wirklich „krank!!!“ schreien, wenn Menschen, deren Körperform oder Körpergewicht von der Norm abweichen, versuchen ein gutes Körpergefühl zu entwickeln [...]. Glauben viele wirklich, dass es gesünder sei, wenn dicke Menschen ständig gestresst sind, weil sie sich hässlich fühlen, sich schämen [...], weil die Angst vor diskriminierenden Kommentaren so groß ist? Ist das deren Vorstellung von einem besseren Leben?“<sup>5</sup> (Sicher nicht. Viel wahrscheinlich ist hier die Tatsache, dass solche Menschen eine persönliche Abneigung<sup>6</sup> gegenüber dicken Menschen haben, die diverse Ursachen haben kann, sich aber sicher nicht in erster Linie aus der Besorgnis um die Gesundheit der „Übergewichtigen“ speist.)

Stattdessen sollte mensch seine\_ihre Augen nicht davor verschließen, dass durch Fatphobia verursachte Diskriminierungen tagtäglich stattfinden und das Leben von als

---

<sup>4</sup> [http://edition.cnn.com/2013/01/03/opinion/wann-fat-and-fit-study/index.html?hpt=hp\\_c3](http://edition.cnn.com/2013/01/03/opinion/wann-fat-and-fit-study/index.html?hpt=hp_c3)

Sehr lehrreich hierzu auch die Beschäftigung mit der Health at Every Size-Bewegung: <http://www.haescommunity.org/>

<sup>5</sup> Vgl. <http://maedchenmannschaft.net/fett-am-strand-ist-das-nicht-voll-ungesund/>;

Vgl. hierzu auch Rothblum/Solovay/Wann: „From the government, health industry, diet industry, news media, and popular culture we hear that we should all be focused on our weight. But is this national obsession with weight and thinness good for us? Or is it just another form of prejudice – one with especially dire consequences for many already disenfranchised groups?“ (<http://nyupress.org/books/9780814776315/>)

<sup>6</sup> Hier wäre zu prüfen, welche Rolle Lookism (<http://www.lookism.info/>) oder Sizeism (<http://en.wikipedia.org/wiki/Sizeism>) spielen

dick oder fett betrachteten Menschen eklatant erschweren können. Es ist tatsächlich Realität, dass diese Menschen oftmals unzureichende oder gar keine medizinische Behandlung erhalten, da die\_der Ärzt\_in annimmt, alle gesundheitlichen Probleme dieser Person seien auf ihr „Übergewicht“ zurück zu führen und sie solle doch gefälligst erst einmal abnehmen. Es ist Realität, dass dicke\_fette Menschen größere Probleme haben, eine Anstellung zu finden, und seltener befördert werden als gleichwertig qualifizierte Schlanke.<sup>7</sup> Es ist auch Realität, dass alle vorgeschobenen Gesundheitsbedenken eines fettphoben Mainstreams anscheinend rechtfertigen, dass dicke\_fette Menschen in den Medien tagtäglich herabgewürdigt und lächerlich gemacht werden.

An dieser Stelle möchte ich auf das Video zu sprechen kommen, das Ihre Aktion illustrieren soll. Zu sehen sind animierte „fettleibige“ Kinder, welche auf eine Waage steigen, passiv Süßigkeitenwerbung anschauen, ein Eurozeichen heraus rülpfen (womit illustriert werden soll, dass allein die Lebensmittelwirtschaft an der „Fettleibigkeit“ dieser Kinder verdient), sich keuchend und schwitzend fortbewegen, und sich ansonsten durch ihre Kugelform, ihr ausdrucksloses Gesicht und ihr Doppelkinn auszeichnen. Falls Sie jetzt argumentieren, dass diese Kinder bewusst eine Karikatur darstellen, da Protest durch Humor nun einmal noch erfolgreicher wird – dann kann ich nur erwidern, dass guter Humor durchaus seine Grenzen hat. Ist es guter Humor, über privilegierte Gruppen zu lachen, sich vielleicht ironisch mit eigenen Privilegien auseinander zu setzen? Durchaus. Ist es guter Humor, sich über Gruppen oder Individuen lustig zu machen, die ohnehin schon mit einem Stigma behaftet sind? Das finde ich eher schwach und einfallslos, zudem läuft mensch Gefahr, eine Diskriminierung fortzusetzen, wenn selber dieses Stigma selber nicht innehat und von einer privilegierten Warte aus lacht.

Ich bin Kindheitspädagogin und kann aus meiner Berufspraxis zahlreiche Beispiele nennen, in denen Kinder eine problematische Beziehung zu ihrem eigenen Körper gezeigt haben. Schon sehr kleine Kinder haben internalisiert, dass „dünn= gut“ und „dick= schlecht“ bedeutet. Spätestens im Teenageralter kann dann das Leiden am eigenen vermeintlich zu dicken und damit unansehnlichen Körper unermesslich werden. Die Psychologin Susie Orbach schreibt, dass wir in einer Zeit leben würden, in der „Essstörungen und Körperunbehagen [...] heute für viele Menschen und viele Familien Teil des Alltagslebens“ sind.<sup>8</sup> Sie konstatiert, dass wir es „[...] mittlerweile mit

---

<sup>7</sup> Vgl. <http://everydayfeminism.com/2012/11/20-examples-of-thin-privilege/>

<sup>8</sup> Orbach, Susie: Bodies, Schlachtfelder der Schönheit. Zürich, Hamburg: Arche Literatur Verlag 2010, S.18

einer Krise des Körpers selbst zu tun haben“.<sup>9</sup> Eine Studie des Robert-Koch-Instituts kommt zu dem Ergebnis, dass bereits 18% der weiblichen und 5% der männlichen Jugendlichen ab zwölf Jahren eine Diät durchgeführt haben; 26% der Jugendlichen im Alter von 13-16 Jahren wiesen ein gezügeltes Essverhalten, eine sogenannte Kalorienrestriktion, bei gleichzeitiger Unzufriedenheit mit der Figur und einem intensiveren Erleben der Körperentfremdung auf. Insgesamt zeigte mehr als ein Fünftel der befragten Jugendlichen im Alter von 11-17 Jahren Symptome einer Essstörung.<sup>10</sup> Ich finde diese Entwicklungen besorgniserregend. Eine Kollegin von mir erzählte von einem 3,5 Jahre alten Mädchen, das von ihren Eltern (die Mutter ist Ärztin) auf Diät gesetzt wurde. Das Kind war mitnichten adipös, sondern eher „pummelig“, wie es kleine Kinder manchmal sind. An solchen Beispielen zeigt sich, welche extreme (und gefährliche) Formen die gesellschaftliche Huldigung eines absoluten Schlankheitsideals bereits angenommen hat.

Ich bin mir sicher, dass Sie von Foodwatch gute Absichten verfolgen. Sie wollen die Macht von Foodlobbyisten eindämmen, die Junk Food und Überzuckertes mit aggressivem Marketing unter die Leute (und Kinder als Zielgruppe!) bringen und dieses allzu oft auch noch als gesund verkaufen wollen. In dieser Hinsicht finde ich Ihre Arbeit wichtig und wertvoll. Warum aber müssen „dicke“ Kinder als Aushängeschilder einer fehlgeleiteten Ernährungsindustrie herhalten? Ist es weniger schlimm, wenn ein dünnes Kind täglich Softdrinks und Erdnussflips konsumiert? Ist denn die Körperfülle am Ende das größte Problem, oder ist es nicht eher eine vitaminarme, zucker- und kohlenhydratüberladene Ernährung ALLER Kinder, ob dick oder dünn? Können Sie sich eventuell vorstellen, wie Ihr Video auf Kinder (oder Erwachsene) wirkt, die sich selber als dick betrachten?

Ich bin auf jeden Fall fest davon überzeugt, dass es gesünder ist, allen Menschen zu ermöglichen, sich wohl in ihrer Haut zu fühlen, unabhängig von ihrem Gewicht. Selbstverständlich ist es wichtig, allen Menschen zu vermitteln, wie sie dieses Wohlbefinden aufrecht erhalten können, und hier spielen eine gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung eine wichtige Rolle. Dies wird übrigens auch von der „Health at Every Size“-Bewegung empfohlen, genauso wie von zahlreichen Menschen, die versuchen, eine größere gesellschaftliche Akzeptanz für das sogenannte „Übergewicht“ zu erkämpfen („Lose Hate, not Weight“)<sup>11</sup>. Also keine Sorge, die Welt wird nicht überflutet von Menschen, die möglichst viel Gewicht zulegen wollen und einen

---

<sup>9</sup> Orbach 2010, S.19

<sup>10</sup> [http://www.bzga-essstoerungen.de/fileadmin/user\\_upload/medien/PDFs/Hoelling\\_Esstörungen.pdf](http://www.bzga-essstoerungen.de/fileadmin/user_upload/medien/PDFs/Hoelling_Esstörungen.pdf)

<sup>11</sup> Vgl. bspw. <http://www.virgietovar.com/>

möglichst passiven und ungesunden Lebensstil propagieren. Tatsächlich geht es „Body Positivity“ und anderen Bewegungen darum, sich in der eigenen Haut wohlfühlen und Stigmata zu bekämpfen, um ein möglichst aktives, gesundes und individuell befriedigendes Leben führen zu können.

Woran ich nicht glaube, ist, dass mensch eine Gesellschaft zu einem gesünderen Lebensstil animieren kann, indem mensch einzelne Personen aufgrund ihres Körperbaus beschämt, sie der Lächerlichkeit preisgibt (wie in Ihrem Video geschehen) und ihnen ungefragt und nur auf Grund ihres Erscheinungsbildes einen bestimmten [ungesunden] Lebensstil unterstellt. Ich habe zudem die feste Überzeugung, dass der seelische Schaden, der Menschen durch dieses Shaming zugefügt wird, weitaus größer ist als ein (vermeintlicher) Nutzen für die „Volks Gesundheit“.

Vielleicht können Sie bei Foodwatch in Ihren Aktionen in Zukunft darauf verzichten, ohnehin mit Stigmata behaftete Menschen als passive Opfer einer profitgierigen Ernährungsindustrie darzustellen, und ihre Aufklärungsvideos stattdessen so gestalten, dass sie zwar humorvoll und „griffig“, aber gleichzeitig wertschätzend sind. Denn Diskriminierungen bleiben Diskriminierungen, auch wenn sie „unbedacht“ hervorgebracht werden.

Hochachtungsvoll,

Sophie Schimmerohn