

Mein Körper,

Wie der heutige **Gesundheitsboom** entstand

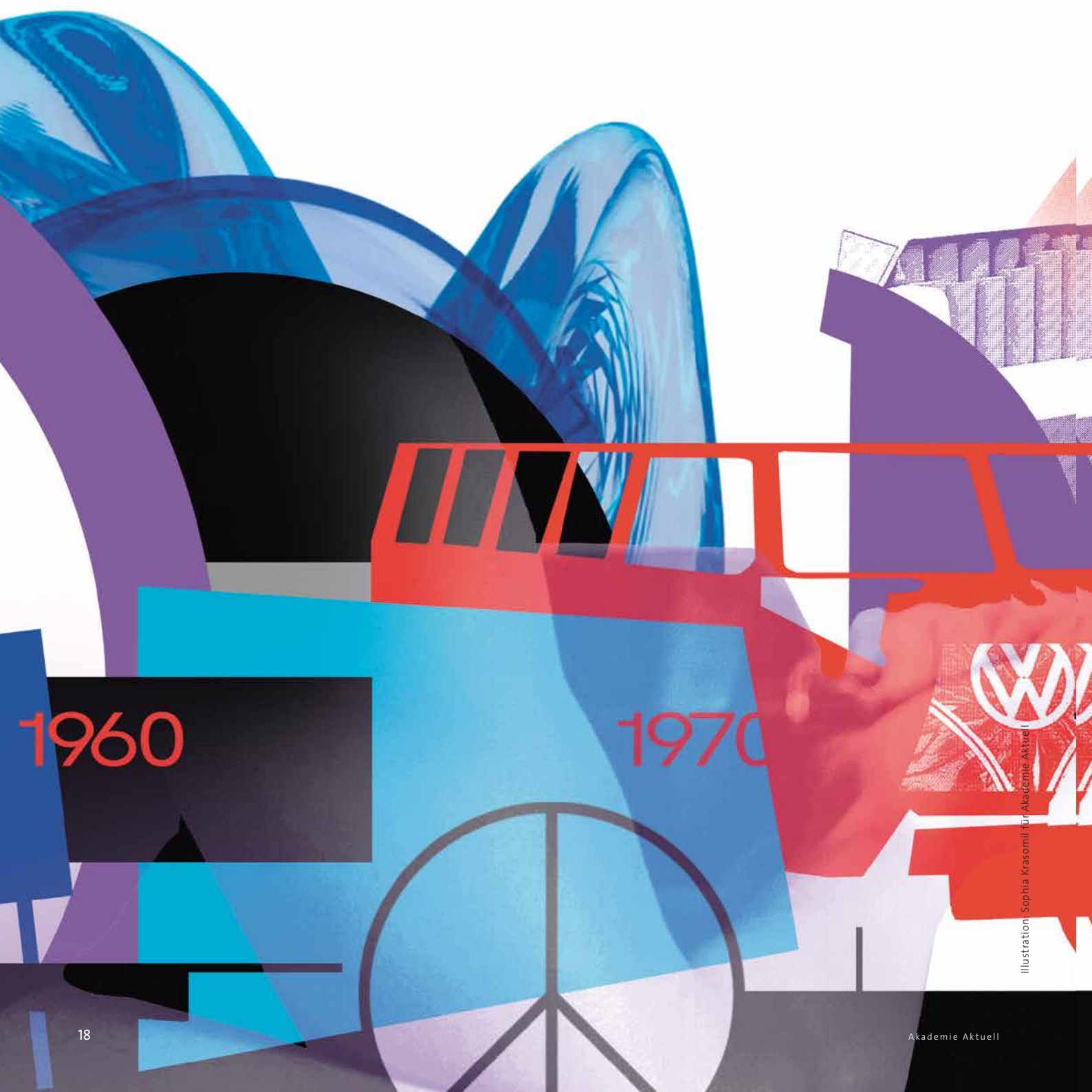


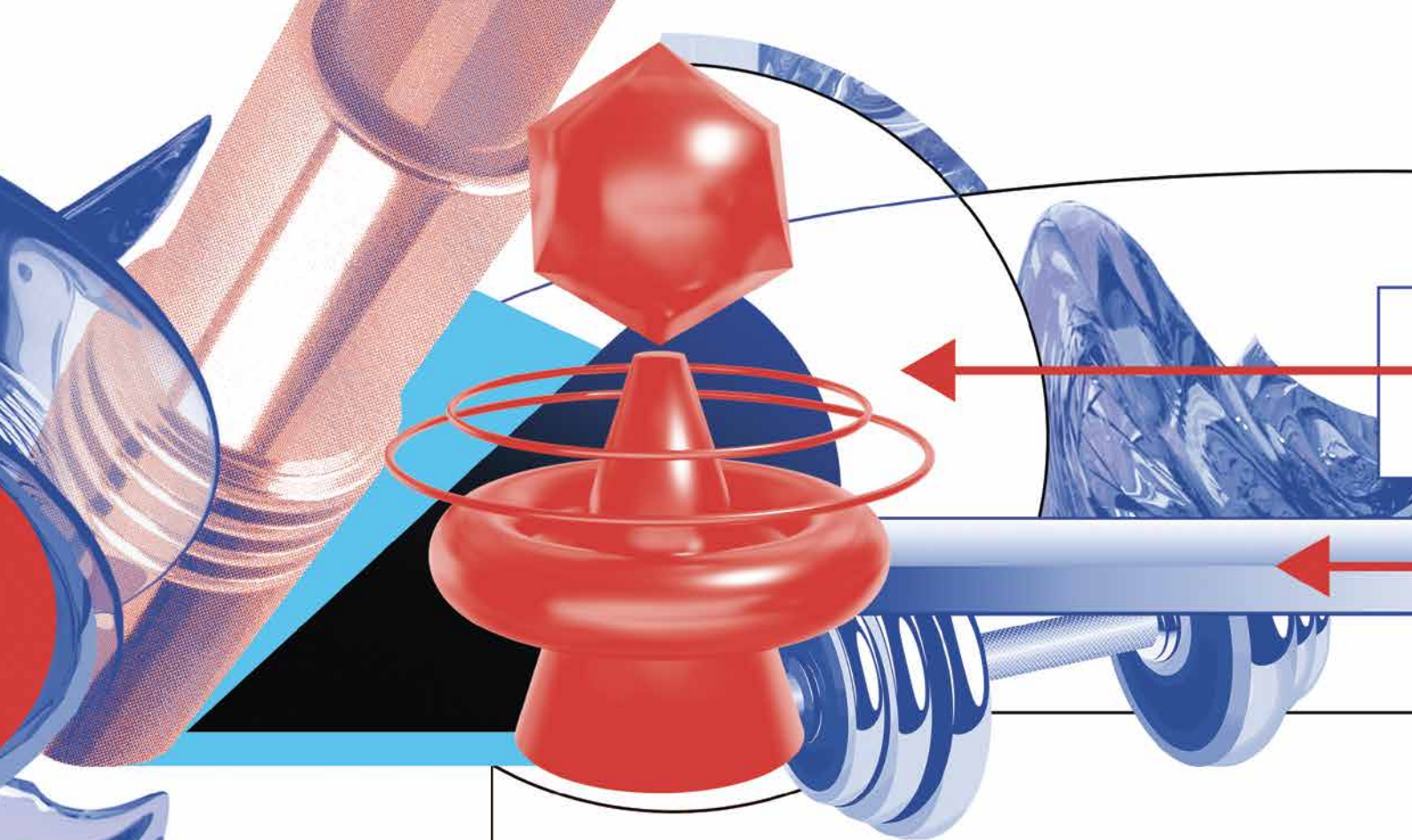
Illustration: Sophia Krasomil für Akademie Aktuell

1980

Von Judith Anouschka Grosch

die Politik

und ich



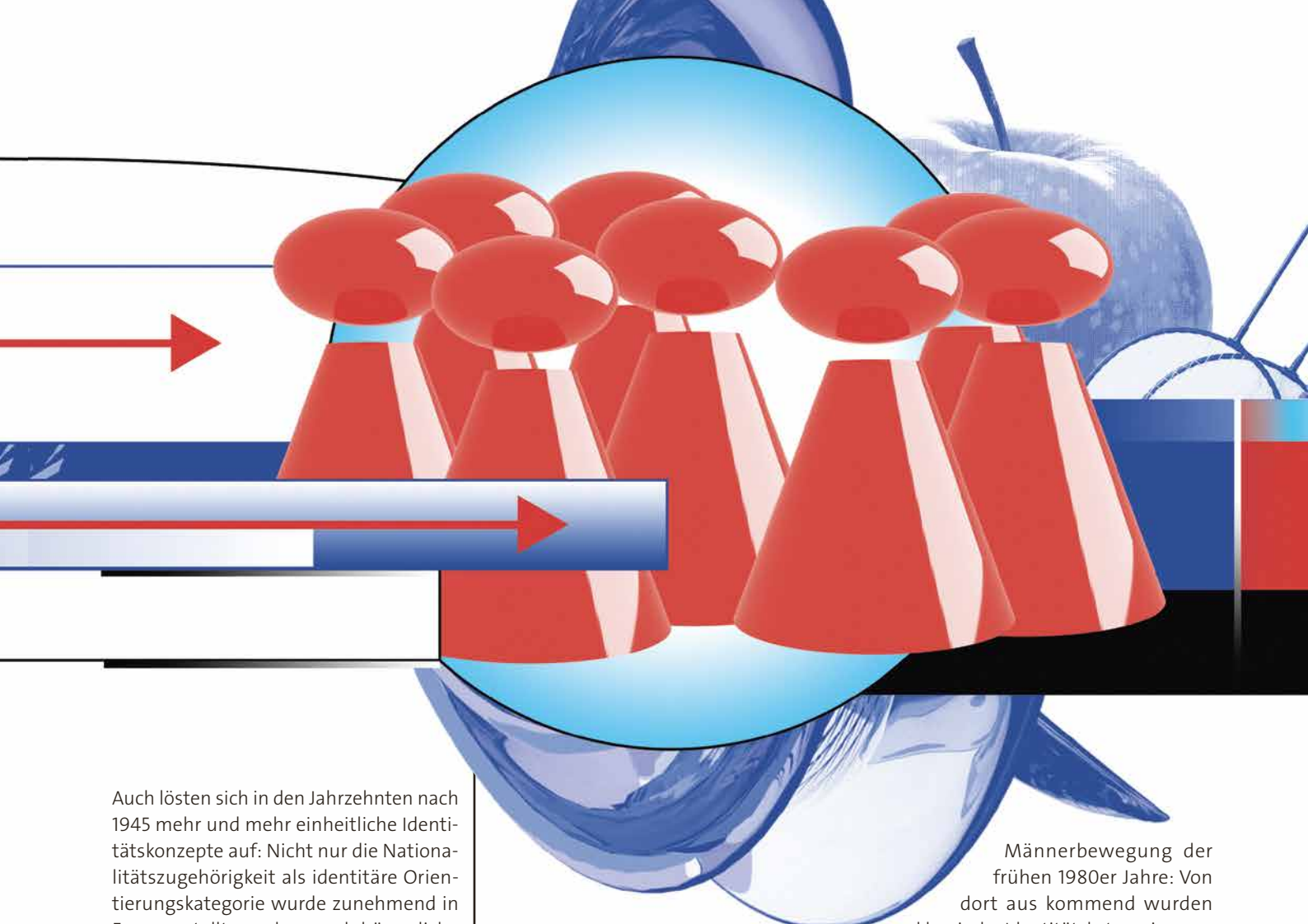
Wie kann ich trainierter, gesünder, schöner werden? Um diese und vergleichbare Fragen drehen sich millionenfach Zeitschriftenartikel, Podcasts, Instagrambeiträge und alltägliche Konversationen – von den Gedanken Tausender Menschen beim Blick in den Spiegel ganz zu schweigen. Die optische Gestaltung des Körpers als Strategie der Selbstoptimierung ist zu einem Signum unserer Zeit geworden: Fitnessstudios, Kalorientracker, Haarfärbemittel, Makeup, Tattoos, Schönheits-OPs – der Körper ist mehr denn je Objekt gezielter Modellierung. Die Optik soll dabei offenbar einen doppelten Zweck erfüllen, der zuweilen widersprüchlich erscheint: Einerseits wird der Körper zum ultimativen Ausdruck der eigenen Individualität. Andererseits wünschen sich viele Menschen, einem Schönheitsideal zu entsprechen, das oft wenig variabel und sehr einheitlich wirkt. Dieser inhärente Widerspruch zwischen dem Wunsch nach Individualität auf der einen Seite und dem Streben nach uniformen Idealen auf der anderen beschränkt sich aber nicht auf den Körper allein: Das Aussehen soll schließlich als Ausdruck der Identität fungieren, die durch den Körper nach außen getragen wird und

Einerseits trug der Staat Verantwortung, den Bürger präventiv vor Gefahren zu schützen, andererseits konnte er auch nicht zu prohibitiv vorgehen und Menschen in ihrer individuellen Entscheidungsfreiheit einschränken.

die selbst zwischen Leistungsdenken und Individualitätsrechtfertigungsmustern schwankt.

Körperbilder im Wandel

Doch woher kommt dieses spezifische Körperbild, und wie erklärt sich der ihm inhärente Widerspruch? Die Antwort auf diese Fragen hängt eng mit den politischen Entwicklungen der letzten Jahrzehnte in Deutschland zusammen. Schließlich setzt der Gedanke, ein Individuum zu sein und der Körper Teil und Besitz eines selbst, ein demokratisches Staatssystem voraus. Lange Zeit war die Hoheit über den eigenen Körper in erster Linie Frage und Ausdruck des Standes oder der sozialen Schichtzugehörigkeit. Vor allem so etwas wie einen demokratischen Körper, bei dem alle Menschen – unabhängig von Hautfarbe und Geschlecht – über die gleichen Gestaltungsmöglichkeiten verfügten, gab es nicht. In der Zeit des Nationalsozialismus erreichte der Körperkult neue Ausmaße, der imaginierte „Volkskörper“ war aber rassistisch und national gedacht und alles andere als individuell. Erst das demokratische System der Nachkriegszeit schuf die Voraussetzung für ein individualistisches Körperbild.



Auch lösten sich in den Jahrzehnten nach 1945 mehr und mehr einheitliche Identitätskonzepte auf: Nicht nur die Nationalitätszugehörigkeit als identitäre Orientierungskategorie wurde zunehmend in Frage gestellt, sondern auch bürgerliche Identitätsmerkmale. Deutlich wurde das etwa mit den sogenannten „Gammlern“ der 1960er Jahre. In weiten Klamotten und mit langen Haaren erregten sie in der Öffentlichkeit vor allem Aufmerksamkeit durch demonstratives Nichtstun und galten als unmöglich tolerierbare Vertreter einer alarmierend faulen Generation. Ihr selbsterklärter politischer Zweck hingegen war es, ein Statement gegen bürgerliche Konventionen und das kapitalistische Leistungsdenken zu setzen. Ohne explizit feministische Zielsetzungen torpedierten die „Gammler“ außerdem auch klassische Geschlechtermerkmale, indem sich Frauen und Männer optisch einander annäherten.

Was die „Gammler“ klein begonnen hatten, setzte sich bald größer, wenn auch mit jeweils anderen Schwerpunkten, weiter durch: Die sexuelle Revolution der 1960er Jahre, die 68er-Bewegung, die Frauenbewegung der 1970er Jahre, das linksalternative Milieu mit seinen Kommunen der späten 1970er und in ihm wachsend die sogenannte

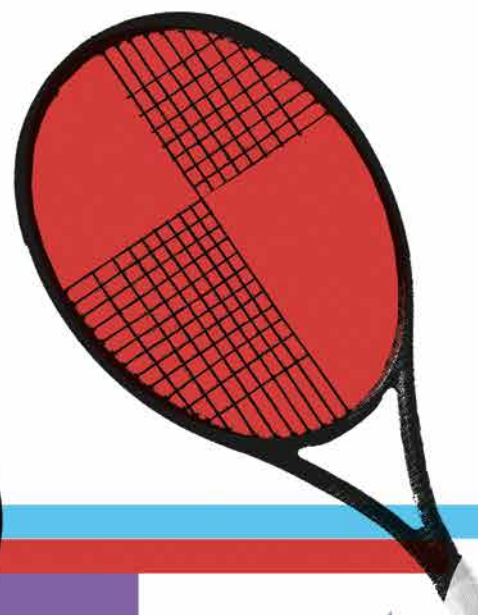
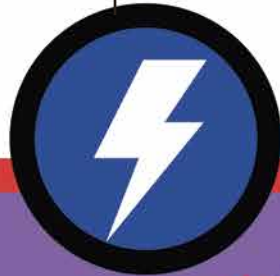
Der Fokus auf Gesundheitsgefahren, die im Alltag lauerten, schrieb dem Staat die Rolle zu, den Bürger und die Bürgerin vor einer neuartigen Bedrohung zu schützen: vor sich selbst.

Männerbewegung der frühen 1980er Jahre: Von dort aus kommend wurden klassische Identitätskategorien peu à peu hinterfragt und dekonstruiert. Insignien von Männlichkeit und Weiblichkeit wurden spätestens in den 1980er Jahren auch popkulturell kritisch verhandelt, neue Orientierungswerte fanden zunehmend ihren Weg in den Mainstream. Mit zunehmender Frauenerwerbstätigkeit und einer steigenden Scheidungsrate fielen außerdem klassische Lebenslaufmodelle und althergebrachte Familienbilder als verlässliche identitäre Ausrichtungskategorien weg. Alternativ führte die Suche nach Identität ins Innere, die Frage nach Selbstfindung kam auf, und neue spirituelle Bewegungen im New Age entstanden. Die gleichzeitige Aufwertung der Psychologie und eine neue Emotionskultur führten zu einer stärkeren Auseinandersetzung mit der eigenen Emotionswelt und dem „innersten Ich“.

Gesundheit im Fokus

Teil dieser neuen „Sorge um sich selbst“ war das vermehrte Aufkommen gesundheitlicher Debatten, die in den 1970er

Sein Leben individuell und frei, aber auch gesundheitsfördernd und selbstoptimierend zu strukturieren, wird heute als Zeichen einer demokratisch-freien Gesellschaft gelesen, ist aber gleichzeitig zu einem stillen Imperativ geworden.



300
km

100
st

Jahren stark zunahmen und vor allem die 1980er Jahre in bis dato ungekanntem Ausmaß prägten. Nicht nur medial ging es dabei um Aids, Krebs, Pestizide und Tabakkonsum. Auch politisch wurden Gesundheitsthemen zunehmend diskutiert und auf die Agenda gesetzt: Das 1961 gegründete Gesundheitsministerium, das sich in seinen ersten Jahren lediglich auf die Regelung und Instandhaltung des Gesundheitssystems konzentrierte, weitete seine Kompetenzen im Laufe der 1970er Jahre zunehmend aus und sah sich dann nach diversen und zunehmend medial aufgearbeiteten Gesundheitsskandalen um Contergan und Asbest auch wachsendem Verantwortungsdruck ausgesetzt. Während der Staat sich lange vor allem in der Rolle sah, seine Bürger und Bürgerinnen vor Gefahren zu schützen, die von außen kamen, verschob sich der Fokus nun auch auf Bedrohungen, die aus dem eigenen System und aus der übermächtig wirkenden Wirtschaft zu kommen schienen – Feindbilder waren etwa die Zuckerindustrie und die Tabaklobby. Doch vor allem verbargen sich die potentiellen Gefahren im Lebensstil: Bewegte man sich nicht genug, trank oder aß man falsch, barg das bereits Risiken. Dieser Fokus auf Gesundheitsgefahren, die im Alltag lauerten, schrieb dem Staat die Rolle zu, den Bürger und die Bürgerin vor einer neuartigen Bedrohung zu schützen: vor sich selbst.

In dem Moment, in dem die Politik den Menschen vor sich selbst bewahren musste, geriet sie in einen Grundkonflikt, der heute noch viele (gesundheit-)politische Debatten prägt: Einerseits trug der Staat Verantwortung, den Bürger präventiv vor Gefahren zu schützen, andererseits konnte er auch nicht zu prohibitiv vorgehen und Menschen in ihrer individuellen Entscheidungsfreiheit einschränken. Viele Gefahren ließen sich jedoch auch deshalb nicht bannen, weil die Politik bald vor der individuellen Lebensgestaltung der Menschen kapitulieren musste: Der „Lebensstil“ der Menschen – ein politisches Trendwort der Zeit – war zu unterschiedlich ausgeprägt, sodass Angebote wie etwa die Trimm-dich-Pfade der 1970er Jahre sich immer geringerer Beliebtheit erfreuten. Als Haupttaktik der Gesundheitspolitik blieb daher die Aufklärung, die mehr und mehr ausgeweitet

Sport wurde zu einem Teil der Leistungsoptimierung für den marktwirtschaftlichen Erfolg und der Körper gleichzeitig zum Ausdruck der eigenen Leistungsfähigkeit.

wurde, etwa in Form der Warnhinweise auf Tabakprodukten.

Der Körper im Wettbewerb

Doch je mehr der Einzelne zu einem gesunden Lebensstil motiviert werden sollte, umso mehr wurde die Verantwortung zum gesundheitserhaltenden und -fördernden Handeln in die Hände der Menschen selbst gelegt. Diese Eigenverantwortung ging im Zeitalter des Neoliberalismus Hand in Hand mit einer wachsenden freien Marktwirtschaft. Die Krisen der 70er Jahre leiteten ein Ende des Wirtschaftsoptimismus und des Fordismus ein, und es begann die Zeit der befreiten Märkte, die alle Menschen in einen großen Wettbewerb miteinander eintreten ließ. Die neue Sportkultur war nur eine Ausprägung dieser Entwicklung: Firmen veranstalteten Läufe, das „Manager Magazin“ predigte Bewegung, um sich für die Arbeit auch langfristig fit zu halten, viele Unternehmen boten Gymnastikstunden in der Mittagspause an. Sport wurde zu einem Teil der Leistungsoptimierung für den marktwirtschaftlichen Erfolg und der Körper gleichzeitig zum Ausdruck der eigenen Leistungsfähigkeit. „Dicke“ hingegen wurden als „Bürger zweiter Klasse“ gesehen, so schrieb „Der

Spiegel“ 1978, und ein paar Kilo zu viel galten nicht mehr als Wohlstandsmerkmal, sondern als Zeichen von Armut und mangelnder Disziplin. Mit der sich ausbreitenden Konsum- und Freizeitgesellschaft verschob sich zugleich das Sportmachen in das Privatleben. Fitnessstudios schossen aus dem Boden, Bodybuilding als Extremauswuchs der körperlichen Modellierung erfuhr medial breite Aufmerksamkeit, neue Trendsportarten entstanden, und Marathonläufe verzeichneten Mitmach-Rekorde. Zudem entstanden neue, fitte Heldenfiguren sowohl in Film und Fernsehen als auch unter Sportlerinnen und Sportlern, die zu Stars avancierten.

Trotz kritischer Stimmen wie etwa in der Body-Positivity-Bewegung wirken manche Werte bis heute geradezu änderungsbeständig: Fit, schön und erfolgreich soll man sein. Sein Leben individuell und frei, aber auch gesundheitsfördernd und selbstoptimierend zu strukturieren, wird heute als Zeichen einer demokratisch-freien Gesellschaft gelesen, ist aber gleichzeitig zu einem stillen Imperativ geworden. Auch die Krankenkassen haben Individualitätsdenken und Eigenverantwortung in ihre Systeme integriert und werben inzwischen mit Vergünstigungen, die man sich etwa mit einem Besuch im Fitnessstudio erarbeiten kann. Gleichzeitig haben die Coronapolitik und die emotional geführte Impfdebatte erneut gezeigt, dass es keineswegs selbstverständlich ist, dass ein demokratischer Staat in die Lebensgestaltung und den Umgang mit dem eigenen Körper eingreifen darf. Wie sehr freie Entfaltungsmöglichkeit wirklich frei macht, wo staatliche Eingriffe in Lebensgestaltung und Körper als einschränkend und wo sie als schützend wahrgenommen werden, wird auch weiterhin Thema gesellschaftspolitischer Aushandlungen sein.

Judith Anouschka Grosch

ist Historikerin und wissenschaftliche Mitarbeiterin im Projekt „Kulturen politischer Entscheidung in der modernen Demokratie“ der BAfW.
