

Warum bin ich dick?

Gesucht: verborgene Probleme Von Romana Klär

„Eigentlich bin ich eine andere, als die ich mich zeige“, sagt eine von sechs „gewichtigen“ Frauen, die von der Sozialwissenschaftlerin Birgit Buchinger und der Psychologin Beate Hofstadler für eine Studie über den Zusammenhang zwischen Lebenslauf und Übergewicht befragt wurden.

Was die beiden Wissenschaftlerinnen fanden, waren Frauen, die als Töchter gedemütigt wurden, als Ehefrauen missachtet werden oder als Singlefrauen unter Einsamkeit und sozialer Isolation leiden. Diese Frauen öffneten aus Verzweiflung, aus Langeweile oder aus Angst die Kühlschranktür, ohne dass diese „Strategie“ auf Dauer Probleme lösen konnte.

Nicht das Übergewicht an sich sei das Problem, resümieren die Wissenschaftlerinnen, vielmehr zeigte sich bei den sechs Interviews immer wieder die Unmöglichkeit der betroffenen Frauen, Emotionen wie Aggression, Wut und Trauer zulassen zu können - oft, weil sie keinen Zugang zu diesen Gefühlen finden können. Dicksein, schreiben die Autorinnen, mache häufig sichtbar, was gegenüber anderen verborgen bleiben sollte und fungiere schließlich als „Schutzpanzer“ - beispielsweise gegen dominierende Mütter oder gegen physische und psychische Übergriffe von Partnern, Freunden oder Arbeitskollegen. So wie manch eine in schwierigen Situationen Migräne entwickle oder mit anderen psychosomatischen Beschwerden auf unbewältigte Probleme reagiere, hätten die befragten Frauen Essen als den vermeintlichen Ausweg gewählt. „Es wird eine Leere festgestellt, etwas Unausgeführtes, das eben mit Nahrung voll gestopft wird. Das ist dann der Ausgleich“, kommentiert eine Gesprächspartnerin ihre „dicke Lebensgeschichte“. Essen wird zum Ventil dafür, „dass etwas schief gelaufen ist“ und das erklärt auch die Sinnlosigkeit von Diäten, die jede der befragten Frauen immer wieder ausprobiert hat und von denen sie sich allesamt „ein leichteres Leben“ versprochen haben.

Abmagerungskuren würden sich nur gegen ein Symptom richten, hinter dem sich Entwertung durch andere - abgelehnt oder nicht ernst genommen zu werden - verberge und sie würden wenig nützen, solange die Ursachen für das Dicksein unbeachtet bleiben, sagen die Autorinnen der Studie. Dieses leichtere Leben, das die Frauen mit Schlanksein gleichsetzen, stehe für ein anderes Leben („eigentlich bin ich jemand anderer“). Um das zu erreichen, müsse jede der betroffenen Frauen vieles von dem, was sie belastet, hinter sich lassen.

„Dicke Menschen sind einem zunehmenden sozialen Druck ausgesetzt“

„Ich hab mir immer gedacht, wie bist du überflüssig. Das zieht sich durch mein ganzes Leben. Was meine Mutter nicht geschafft hat, hat dann mein Mann bravourös erledigt. Und zum Schluss dann noch meine Freundin. Immer bin ich mir überflüssig vorgekommen“, erzählt eine dritte Frau. Eigene Wünsche anerkennen zu lernen und Eigenverantwortung zu übernehmen, gelinge oftmals nur mit psychologischer Unterstützung, meint Buchinger.

Ein leichteres Leben ohne Übergewicht drücke für viele den Wunsch nach zwischenmenschlicher Nähe und sozialer Akzeptanz aus. Nicht ganz von ungefähr: denn „dicke Menschen sind einem zunehmenden sozialen Druck ausgesetzt“, sagt die Sozialwissenschaftlerin. Wichtig sei zu betonen, dass niemand so einfach von den Dicken schlechthin sprechen könne. Entgegen der vorherrschenden Meinung handle es sich keineswegs um eine homogene Gruppe von Menschen,

die - wie es üblich ist - als willensschwache Wesen stigmatisiert werden könnten. Nicht jede und jeder leide unter dem Gewicht, das sie oder er zu tragen hätte, alle jedoch unter den abschätzigen Blicken und diskriminierenden Äußerungen ihrer Mitmenschen.

Dicksein steht für die Eigenschaften träge, krank und unbeherrscht

Schlanksein sei in unserer Gesellschaft ein Synonym für Leistungsfähigkeit und Schönheit. Dicksein - das vermittelten Werbung und Medizin gleichermaßen - stehe dagegen für „träge, faul, krank und unbeherrscht“. Eine Benachteiligung dicker Menschen in der Arbeitswelt sei genauso alltäglich wie in der Medizin oder in der Sprache. „Gleichzeitig stellen dicke Menschen eine immer interessantere ökonomische Zielgruppe dar“, betonen Buchinger und Hofstadler. Schlankheitsinstitute, Nahrungsmittelindustrie und Ärzte würden reichlich Geld mit den Sorgen „gewichtiger“ Menschen verdienen. Rund drei Milliarden Schilling werden in Österreich jährlich für Produkte ausgegeben, mit denen Gewichtsverluste versprochen werden. „Neben einem aufmerksamen Blick auf individuelle Lebensgeschichten bedarf es jedoch auch einer Kritik der gesellschaftlichen Normen und Werte“, ergänzt Buchinger. „Diese werden immer enger und treiben die Ausgrenzung aller, die anders sind, voran“.

Birgit Buchinger/Beate Hofstadler. Warum bin ich dick? Lebensgeschichten und Übergewicht bei Frauen. 248 Seiten, 218 S, Docker Verlag: ein spannendes Buch für alle, die sich dick fühlen oder denen gesagt wird, dass ihre Leibesfülle nicht der Norm entspricht. Töchtern, Müttern und Freundinnen von Betroffenen ermöglicht die Lektüre eine neue Perspektive auf Lebensprobleme dicker Menschen.