

"Gender-Management" in Fitnessstudios: Aktualisierung und Neutralisierung der Geschlechterdifferenz in der Arbeit am Körper

Sobiech, Gabriele

Veröffentlichungsversion / Published Version

Sammelwerksbeitrag / collection article

Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Sobiech, G. (2006). "Gender-Management" in Fitnessstudios: Aktualisierung und Neutralisierung der Geschlechterdifferenz in der Arbeit am Körper. In K.-S. Rehberg (Hrsg.), *Soziale Ungleichheit, kulturelle Unterschiede: Verhandlungen des 32. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie in München. Teilbd. 1 und 2* (S. 2719-2730). Frankfurt am Main: Campus Verl. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-143457>

Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer Deposit-Lizenz (Keine Weiterverbreitung - keine Bearbeitung) zur Verfügung gestellt. Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

Terms of use:

This document is made available under Deposit Licence (No Redistribution - no modifications). We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document. This document is solely intended for your personal, non-commercial use. All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

»Gender-Management« in Fitnessstudios – Aktualisierung und Neutralisierung der Geschlechterdifferenz in der Arbeit am Körper

Gabriele Sobiech

1. Moderne Disziplinierungsstrategien oder der Wille zur Körperformung

Michel Foucault (1977) zeigt in *»Überwachen und Strafen«* die Entstehung einer »Mikrophysik der Macht«, die den Körper en Detail bearbeitet. Durch komplexe Methoden der Raum- und Zeitaufteilung, durch ständiges Wiederholen und Üben sollen Bewegungen, Gesten, Haltungen an Standards angepasst werden, um Individuen möglichst gewinnbringend einsetzen zu können. Die Normalisierung wird zum vorrangigen Strukturierungsprinzip der Disziplinargesellschaft, die Foucault in Institutionen, angefangen vom Gefängnis, über Militär, Hospital und Fabrik bis hin zur Schule, analysiert hat.

Durch gesellschaftliche Modernisierungsprozesse wird die Vorstellung von festen, verlässlichen Institutionen, die Individuen mit einem entsprechend disziplinierten Habitus zum Ergebnis haben, zunehmend schwierig. Dies zeigt sich insbesondere in den neuen Formen der Erwerbsarbeit im Dienstleistungssektor und der Informationstechnologie, deren schnell wechselnde Anforderungen keinen klar definierten Berufshabitus mehr produzieren können. Auch Hitzler (2002: 75) konstatiert, dass herrschaftstechnisch gesehen das disziplinatorische Hauptinteresse sich gegenwärtig nicht mehr so sehr auf die Funktionalität für den Produktionssektor als vielmehr auf den »freizeit-verbrauchenden und konsum-befördernden Körper richtet«. Hinzu tritt, dass ebenso die Selbstverständlichkeit traditionaler Bindungen, familiärer, nachbarschaftlicher und kollegialer Art, aufgrund neuer Anforderungen von Flexibilität an den modernen Menschen in Frage gestellt wird. Sich gegenwärtig sozial zu positionieren erfordert demnach, im Gegensatz zu früher, eine größere Eigenleistung sozialer Akteure, das heißt sie müssen sich entscheiden, welche Mitgliedschaften sie eingehen und wie sie die Anderen glaubhaft davon überzeugen wollen, was in ihrem Leben wichtig ist und was ihnen »experimentell und vorläufig »Halt« gibt« (Hettlage 2000: 32f). Dass Selbstdarstellungs- und Inszenierungszwänge sich verschärfen, zeigt sich auch daran, dass auf den Arbeitsmärkten und in der wirtschaftlichen Konkurrenz Kriterien des Erfolgs mittlerweile die gesamte Person

als Bedeutungsträger erfassen. Attribute von Lebensstilen, Biografie und Persönlichkeit werden zu Qualifikationen erhoben und als Zeichen verwandt. Erfolg, Überlegenheit und Durchsetzungsfähigkeit müssen am Körper ablesbar sein. Der Markt, der also die Geltungskriterien formuliert, nach denen soziale Anerkennung in der Gesellschaft verteilt ist, ist eng verzahnt mit den Erwartungen moderner Kultur an die innere und äußere Machbarkeit einer Person.

Zur Bedingung sozialer Wertschätzung gehören Jugendlichkeit, Schönheit, Fitness und Gesundheit. Aussehen, Geschlecht und Alter erhalten in diesem Kontext eine gesteigerte Bedeutung, da sie aufgrund ihrer Sichtbarkeit wie nichts anderes zur Zeichenproduktion geeignet sind. Der Körper, so lässt sich festhalten, wandelt sich demnach in der Moderne vom Schicksal zur Aufgabe.

Hat Foucault zunächst die Disziplinarmacht, ihre Taktiken und Techniken, analysiert, die von außen den Körper bearbeiten, um Wirkungen des Machtgewinns und -profits zu erzielen, spricht er in seinem Spätwerk (Foucault 1986) von Selbsttechniken, die allerdings von den Machttechniken kaum zu trennen sind. Mit Hilfe der Selbsttechniken vollziehen die Individuen mit eigenen Mitteln bestimmte Operationen mit und an ihren Körpern, mit ihren Seelen, mit ihrer eigenen Lebensführung und zwar so, dass sie sich selber im Sinne der gesellschaftlichen Normen modifizieren und herrichten. Dies zeigt sich insbesondere am Beispiel des Sports, denn sportive Praxen waren und sind ein probates Mittel, um den Körper für bestimmte Zwecke zu instrumentalisieren und zu disziplinieren. Die gegenwärtige Vorstellung, dass die maximale körperliche Fitness als Zeichen besonderer Leistungsfähigkeit gewertet wird, die die Einzelnen für ein anspruchsvolles Berufsleben geradezu prädestinieren, wird vorrangig von Werbung und Medien transportiert und verbreitet. In Verbindung mit auffordernden Darstellungen systematischen Trainings wird der Zielgruppe nahe gelegt, dass die Chancen eine höhere Ebene der Anerkennung zu erreichen nur dann bestehen, wenn eigene körperliche Fähig- und Fertigkeiten systematisch gesteigert werden. Diese Machttechnik, die das Mögliche als Zielperspektive eröffnet, setzt Anreize, immer weiter zu trainieren, da das Wirkliche nur als Defizit erscheinen kann. Genau dieser Anreiz ist spezifisches Merkmal einer Indienstnahme des Körpers im Sinne klassischer Disziplinierungskonzepte, die ein bestimmtes Körperverhalten erst hervorbringen¹. Die gesellschaftliche Ästhetisierung des Körpers und individuelle Körperformungsstrategien, wie sie inzwischen von 5,08 Millionen Menschen in Fitnessstudios (DSSV 2003)² im Rahmen einer

1 Hierin zeigt sich die Produktivität der Macht, das heißt dass ihre Wirkungen nicht allein mit dem Begriff der Unterdrückung zu fassen sind. Vielmehr durchdringt sie die Körper, produziert Lust, Wissen und Diskurse (vgl. Sobiech 1994: 75).

2 52,3 Prozent Frauen und 47,7 Prozent Männer sind Mitglied in einem Fitnessstudio. Mehr als die Hälfte der Studiogäste hat Abitur und über ein Viertel einen Hochschulabschluss. Zudem überwiegend insgesamt ledige und kinderlose Personen (vgl. Klein/Deitersen-Wieber 2003: 190).

freiwilligen Mitgliedschaft bewerkstelligt werden, sind Beispiele für die Beziehung zwischen Fremd- und Selbstkonstitution und können als moderne Form der Fremd- und Selbstdisziplinierung gelten. Über die gemeinsam am Körper hergestellten Attribute, Zeichen und Codes wird die sonst unverbindliche Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft der Gleichgesinnten signalisiert. Zugleich können sich die in Fitnesscentern Aktiven von denjenigen abgrenzen, die andere Konsumorientierungen, einen anderen Lebensstil favorisieren.

2. Soziale Positionierung der Akteure durch die Arbeit am Körper

Die Aussage, dass Macht- und Selbsttechniken unauflösbar miteinander verbunden sind, ist bereits ein Hinweis darauf, dass der soziale Gebrauch des Körpers keinesfalls beliebig ist. Gestaltungs- und Positionierungschancen hängen stark von den Lebensbedingungen, von der Klassen- und Geschlechtszugehörigkeit und damit von den sozialisatorischen und biografischen Erfahrungen ab, die Wahrnehmung, Denken und Handeln der sozialen Akteure bestimmen und im Habitus zum Ausdruck kommen. Legt man den theoretischen Ansatz von Bourdieu (1999: 97ff.) zugrunde, der auf die Strukturierung des Habitus durch die Lebensverhältnisse und die strukturierende Struktur des Habitus verwiesen hat, widerspricht dies der Auffassung von beliebigen »Bastelexistenzen« (Hitzler 2002: 76) und einem umfassenden Bedeutungsverlust von Klasse und Geschlecht. Auch wenn es in der Geschlechterforschung mittlerweile Konsens ist, dass Alltagsroutinen Chancen enthalten, den Konstruktionsprozess des »doing-genders« zu unterbrechen, kann meines Erachtens dennoch nicht von einer Auflösung der Geschlechterdifferenz die Rede sein. Brandes (2001: 74) konstatiert: »Was aber im von der sozialen Praxis verselbstständigten Diskurs noch möglich erscheint, nämlich die Aufhebung des binären Geschlechtsmusters, ist in der sozialen Praxis selbst aufgrund des eigenen Körpers und der Verstrickung in die Situation nicht aufhebbar«. Es ist der in der sozialen Praxis insbesondere vorreflexiv konstituierte Zusammenhang von unmittelbarer Körperlichkeit und sozialer Bedeutung, der eine bestimmte Wahrnehmung und Interpretation von zum Beispiel »das ist weiblich/männlich« nach sich zieht. Dennoch, Heintz und Nadai (1998: 77f.) machen darauf aufmerksam, dass die im Modernisierungsprozess feststellbaren Ungleichzeitigkeiten und Ambivalenzen es nahe legen danach zu fragen, in welchen *Kontexten* Geschlecht ein relevanter Faktor ist und wo sich Unterschiede und Ungleichheiten zwischen den Geschlechtern verringern. Die Geschlechterdifferenz ist dabei im Sinne Foucaults (1978) als ein Machtdispositiv aufzufassen, dass sich aus architektonischen Einrichtungen, Institutionen, reglementierenden Entscheidungen und wissenschaftlichen Diskursen,

Interaktionsmuster und spezifischen Körperpraxen zu einem heterogenen Ensemble zusammensetzt. Positionswechsel und Funktionsveränderungen, die sich innerhalb eines historischen Feldes zu einer bestimmten Strategie verdichten können, das »Spiel der Macht«, sind dem Dispositiv immanent.

Zurück zum Ausgangspunkt und der Frage, wie soziale Akteure sich in ihrem Umfeld positionieren: Festzuhalten bleibt, dass die Akteure bei der Formgebung ihrer Selbst gesellschaftlich gesetzte Bedingungen in den vielfältigen Praktiken des Alltagslebens in die eigene Biografie umsetzen, im und am Körper (re-)produzieren und (re-)konstruieren, sichtbar am Erscheinungsbild, der äußeren Haltung, die mit der inneren Haltung korrespondiert, an Gesten und Bewegungsroutinen. Bourdieu (1992: 187) führt aus, dass bei der Inkorporierung die sozialen Strukturen über die Verlagerungen und Bewegungen des Körpers, körperlicher Stellungen und Körperhaltungen in Raumstrukturen umgewandelt werden. In diesem entstandenen Raum wird dann unter Verwendung verschiedener Ressourcen, zum Beispiel unter Einbringung des hergestellten Körperkapitals, um die Positionierung gekämpft. Einen Ausschnitt dieser aktiv geleisteten Aneignungsarbeit, der Verbindung zwischen Fremd- und Selbstkonstitution, stellen die Körperleistungsstrategien³ in Fitnessstudios dar. In meinem Forschungsprojekt (vgl. Sobiech 2004: 293ff.) habe ich mit Frauen und Männern, die in Fitnesscenter Bewegungsangebote wahrnehmen und mindestens seit zwei Jahren Mitglied waren oder sind, Interviews⁴ durchgeführt. Inwiefern Geschlecht für die Aktiven als Zugehörigkeits- und Differenzkategorie relevant ist bzw. ob »Abweichungen« und Widerständigkeiten als Diskrepanzerfahrung thematisiert werden, will ich im nächsten Abschnitt anhand von Interviewausschnitten zeigen.

3 Mittlerweile existieren die unterschiedlichsten Formen und Möglichkeiten, den Körper innerhalb von Fitnessstudios zu bearbeiten. Trotz werbewirksamer Marketing-Strategien machen Wellness-Angebote jedoch nur einen kleinen Teil aus (lediglich 15,1%). Auch bei den Ergebnissen einer repräsentativen Untersuchung betrachten lediglich 12 Prozent der Befragten das Fitnesstraining als Gesundheitsvorsorge, während hingegen 41 Prozent ihre Aktivitäten als sportliche Betätigung deklarieren (vgl. DSSV 2003: 22ff.). Meine Untersuchung bezieht sich auf diese letzt genannte Gruppe, die sportive Praxen nutzt, um sich im Sinne gesellschaftlicher Idealkörperbilder zu modifizieren. Mit diesem Anliegen wird insgesamt eine disziplinierte Lebensweise präferiert.

4 Die themenzentrierten Interviews sind einzuordnen in Methodologie und Methoden von Biografieforschung. In der erzählten Rekonstruktion des individuellen Gewordenseins wird das Forschungsinteresse darauf gerichtet, wie der Körper als Objekt kultureller Formung z.B. im Hinblick auf die Kategorie »Geschlecht« (aber auch Klasse und Ethnie) und als Erfahrungsdimension auftaucht.

3. Relevanzverlust oder Aktualisierung der Geschlechterdifferenz durch die Körperformung in Fitnessstudios?

Die folgenden Ausführungen beziehen sich auf das Interview mit Birgit, die zum Zeitpunkt der Befragung 36 Jahre alt ist und als wissenschaftliche Mitarbeiterin an einer Universität im Bereich der Geschlechterforschung tätig ist, und auf das Interview mit Andreas, der 29jährig an seiner Dissertation, ebenfalls im Bereich der Geschlechterforschung, arbeitet. Beide stammen aus einem traditionellen bürgerlichen Milieu, der Vater ist Ernährer der Familie, die Mutter gibt ihren Beruf mit der Geburt des ersten Kindes auf. Birgit und Andreas geben an, dass ihnen durch die örtliche Umgebung ihres Elternhauses umfassende Bewegungsmöglichkeiten zur Verfügung standen und sie dies auch durch ihr Spielen draußen genutzt haben. Sportvereinsmitgliedschaft kommt für beide zunächst nicht in Betracht. Auch die Erfahrungen im Sportunterricht sind eher als negativ einzustufen, dem beide lieber fern bleiben. Dies ist für Mädchen auch heute noch eine beliebte Strategie, während es für Jungen als eher untypische Maßnahme gelten kann. Beide wachsen mit einer Vorstellung von ihrem Körper auf, der jeweils den gesellschaftlichen Konstruktionen von »Weiblichkeit« und »Männlichkeit« nicht entspricht. Während Birgit sich als zu dick empfindet, also zu viel »Masse«, gemessen an dem weiblichen Schönheitsideal, auf die Waage bringt, beschreibt Andreas sich als »schwächlich« und »defizitär«, weist, gemessen an Idealbildern des männlichen Körpers, also zu wenig Masse auf. Erst mit der Pubertät kündigt sich für ihn ein Umschwung durch seine Teilnahme am Kampfsport im Sportverein an. Für Birgit nehmen hingegen die Probleme mit ihrem Körper in dieser Phase zu. Bei beiden bleibt die Vorstellung, nicht dem gesellschaftlichen Normalmaß zu entsprechen, erhalten.

Einstieg und Motivation

Diese Vorstellung führt letztlich auch bei beiden dazu, in einem Fitnesscenter Mitglied zu werden.

Birgit befindet sich zum Zeitpunkt des Eintritts in ein Fitnessstudio in einer Lebensphase, in der ihr Alltag mit viel Arbeit ausgefüllt ist und sehr wenig Bewegung Platz findet. Vor allem Rückenprobleme und dass sie »ein bisschen dicker geworden ist« führen zur Bereitschaft, das Training in einem Fitnessstudio auszuprobieren. Sie absolviert zunächst ein vierwöchiges Probetraining in einem Frauenfitnessstudio. Ihre Erwartungen sind: Verbesserung der Rückenprobleme, die Muskeln sollen trainiert werden und sie will »(...) viel schöner aussehen in kürzester Zeit«.

Andreas gibt an, bereits im Alter von vierzehn Jahren habe sein Vater ihn gedrängt, ein Fitnessstudio zu besuchen. Einen weiteren Grund für seinen Eintritt ins Studio sieht er in der Tatsache, dass seine Freundin ihn verlassen hat. Dass die Beziehung gescheitert ist, schreibt er allein seinem »defizitären« Körper zu. Seine Erwartung ist: »Ich wollte insgesamt kräftiger werden, ich wollte insgesamt breiter werden«.

In den Aussagen von Birgit und Andreas wird deutlich, dass beide mit ihren Erwartungen an das Körpertraining den Konstruktionen von »Weiblichkeit« und »Männlichkeit« entsprechen wollen. Aufschluss darüber, was genauer darunter zu verstehen ist, soll die Analyse des Bewegungsstils geben.

Bewegungsstil und Bewegungsintensität

Birgit fühlt sich zunächst wohl beim Training im Frauenfitnessstudio, da dort auch viele Frauen trainieren, die übergewichtig sind und sie mit ihrer Größe und Körperfülle nicht besonders auffällt: »Da waren ganz viele Frauen, die waren also richtig übergewichtig, die haben auch ganz furchtbar ausgesehen, wenn die geschwitzt haben«. Die familiäre Atmosphäre des Frauenfitnessstudios empfindet sie jedoch auf Dauer als nicht angenehm. Hinzu kommt der ihrer Meinung nach zu teure Mitgliedsbeitrag, so dass sie aus dem Studio aus- und in ein reines Gerätstudio, einem, wie sie es nennt, »Muskelstudio«, eintritt. Ihre Erwartungen an das Training sind: »Ich wollte, dass man Muskeln sieht, Knackarsch, das sollte alles hier besser aussehen und dafür weniger Fett, mehr Muskeln, weniger Fett«. Das Programm, das sie etwa ein- bis dreimal pro Woche an den Geräten absolviert, wird gesteigert durch die Zunahme an Wiederholungen. Birgit erlebt das Absolvieren dieses Programms auf Dauer jedoch immer mehr als Pflicht:

»Also, es gab Geräte, die ich gern mal gemacht habe und dann habe ich immer gesagt, also jetzt noch eins und dann kommt die Übung. Oder jetzt habe ich alle doofen schon hinter mir, jetzt ist es nur noch schön. Aber nicht so wirklich schön, nicht so wirklich schön«.

Nach ihrer »Pflicht« zum Training, belohnt sie sich am Abend, wie sie selbst sagt, mit »hemmungslosen« Essen. Die Folge ist, sie nimmt im Laufe ihrer zwei Jahre währenden Mitgliedschaft zehn Kilo zu.

Andreas steigert sein anfängliches Gerätetraining mit wenig Gewichten auf eine Weise, die als Maximalkrafttraining oder im klassischen Sinn als Bodybuilding bezeichnet wird. Andreas gibt selbst an, dass diese Art der Körperarbeit zurzeit nicht mehr »en vogue« ist. Intendiert wird in der Regel ein fitter, durchtrainierter Körper mit nicht zu ausdefinierter Muskulatur. Andreas sagt über seine Trainingsziele: »(...) ich hatte halt immer dieses schwächliche Körperbild und da war ja schon die dauernde Verheißung, dass ich das ändern kann«. Also trainiert er auf »Masse«, beson-

ders den oberen Rückenbereich sowie Brust, Schultern und Oberarme. Andreas geht fast jeden Tag ins Studio und trainiert pro Trainingseinheit drei Stunden. Dazu gehört eine besondere, eiweißreiche Ernährung. In Anbetracht seines Trainingsziels ist es nicht verwunderlich, dass er den Besuch von Aerobic-kursen nicht im Blick hat. Allerdings wird der Besuch solcher Kurse nicht nur von ihm abgelehnt, sondern zugleich klassifiziert er diese Bewegungspraxis als »unmännlich«: »Männer, die die Frauenkurse mitmachen, die heißen (...) Warmduscher«. Andreas stellt sein Leben immer mehr auf das Training ein, es strukturiert quasi seinen Tagesablauf, auch die Intensität der Körperformung wird immer mehr gesteigert, so dass Andreas selbst von »Fitnesswahn« spricht.

»Ich fass' darunter, dass man die Ernährung ganz darauf einstellt, dass man fünfmal die Woche dahin geht, dass man sich schlecht fühlt, wenn man nicht hingehet, dass man sein Leben danach ausrichtet, dass man überlegt, ob ich am Abend wirklich einen Trinken gehen kann, weil ich dann am nächsten Morgen nicht die Lust habe, zum Training zu gehen.«

Trainingsareal und Trainingserfolg

Birgit sucht sich einen Bereich für ihr Körpertraining aus, der als »Zwischenbereich«, das heißt das Areal wird sowohl von Männern als auch von Frauen genutzt, gelten kann. Geschlecht als Zugehörigkeits- und Differenzierungskategorie und damit als Zugangschance oder -begrenzung ist demnach zunächst nicht relevant. Diese Art der Gender-Neutralisierung zieht jedoch eine bestimmte Form der Differenzarbeit nach sich. Birgit beschreibt die verschiedenen Trainingsstrategien an den Geräten:

»(...) weil die Männer haben ja das Problem, weil jetzt plötzlich auch ganz viele Frauen in das Fitnessstudio gehen, sich doch noch abzusetzen. Und die machen das dann, also in dem sie tüchtig viel auflegen, (...) Also du siehst an den Bewegungen, dass die das nicht mehr so schaffen, (...). Und dann ist das immer verbunden mit lautem »Uh, Uh, Uh«, damit das auch richtig ordentlich spürbar ist, hier ist ein Mann am Werke.«

Andreas wählt von vornherein ein Areal, das Männern für das Muskelaufbautraining vorbehalten ist. Ein bestimmtes »Gender-Management« ist hier nicht notwendig. »Da ging es halt immer darum zu zeigen, »Ich glaube, ich habe noch eine bisschen bessere Methode, willst du das mal ausprobieren?« Und das war schon sehr ein Gemeinschaftsgefühl.«

Ist bei Birgit die ästhetische Arbeit am Körper, die auf die Herstellung des weiblichen Idealkörpers gerichtet ist, gebrochen und widersprüchlich, gelingt Andreas die Produktion des männlichen Idealkörpers mit großem Erfolg. Während Birgit die Strategie der Reduktion verfolgt, da sie glaubt auf andere »massiv« zu

wirken, als zu »groß« und »braucht viel Platz«, verfolgt Andreas die Strategie der Expansion, trainiert auf »Masse«, um »raumeinnehmender« zu werden. Birgit nimmt bei einer Größe von 185 cm zehn Kilo (etwa von 80 auf 90 kg) zu, Andreas erhöht sein Gewicht ebenfalls bei einer Größe von 1,85 m um vierundzwanzig Kilo (von 69 auf 93 Kilo). Wird Birgits Handeln nach gesellschaftlichen Bewertungsmaßstäben als Misserfolg gewertet, gilt Andreas Gewichtszunahme als erfolgreiche Körperformungsstrategie. Wird demgegenüber das Körpermanagement beider mit Blick auf die Dekonstruktion von Geschlecht analysiert, muss Birgit, auf der Oberfläche betrachtet, als die erfolgreichere gelten, da sie die gesellschaftlichen Zumutungen durch ein kaum zu erreichendes Schönheitsideal zurückweist, allerdings mit dem Preis sich in Gesellschaft von Anderen deplaziert zu fühlen. Untersucht man nun schließlich die Strategien im Hinblick auf die Lösung von elterlichen Weisungen, Ge- oder Verboten, welche einen »eigenen Weg« zum Ergebnis hätte, scheitern zu diesem Zeitpunkt letztlich beide, was auch beide als Problem benennen und erkennen. Während Andreas die Erwartungen und Forderungen seines Vaters punktgenau erfüllt, richtet sich Birgit gegen die mütterliche Doktrin⁵ auf Gewicht und Ernährung zu achten und schaut nicht so sehr darauf, »was ihr wirklich gut tut«.

Körperkonzept

Bei Birgit teilt sich die Wahrnehmung ihres Körpers in ein inneres Körpererleben und eine äußere Körperbetrachtung. Ein Aspekt des inneren Körpererlebens umfasst das »für mich sein«, dem Fühlen und Nachspüren, zum Beispiel »satt zu sein«, auch im umfassenden Sinne, oder die Wärme des bewegten Körpers zu spüren, sich getragen und geborgen zu fühlen. Diesen Zustand empfindet Birgit nur dann, wenn sie tatsächlich »für sich« ist, das heißt wenn keine anderen Menschen, bis auf ihren Partner, anwesend sind. Ein zweiter Teil inneren Empfindens ist ausgefüllt von einer großen Verletzbarkeit, das Eigene scheint nicht gesichert und verankert. »Da ist so ein inneres Körperbild, da fühle ich mich ganz zart und schwächig und zerbrechlich und schwebend (...) ja, oder so irgendwie ätherisch.« Bezogen auf die innere »Haltung« beschreibt Birgit sich als »zurückhaltend«. Das heißt, das, was aus ihrer Sicht ihr von anderen zugeschrieben wird, »groß und braucht viel Platz«, stellt sich in ihrem Gefühl und ihrer Wahrnehmung eher umgekehrt dar: »(...) ich nehme den Platz nicht ein (...), ich denke, ich brauche aber auch noch ein bisschen Platz«. Das Gefühl, nicht genug Raum für eigene Bedürfnisse, Vorstellungen und Interes-

⁵ Nicht nur die Anpassung an die mütterlichen Wünsche, sondern auch das Gegenteil, eine starke Oppositionshaltung wird als sicheres Zeichen für die Abhängigkeit von der Mutter gewertet (»Gegenabhängigkeit«) (vgl. Sobiech 1994: 299).

sen zu haben, ist zugleich gekoppelt an die Angst, übersehen zu werden. Die Diskrepanz zwischen ihrem inneren Fühlen und der Außenwahrnehmung verstärkt sich in Anwesenheit Anderer. Im Kontakt mit und in der Wahrnehmung von Anderen hat Birgit den Eindruck, »da stimmt irgendwas nicht, da bin ich zu groß, zu laut, schwitze ich zuviel, also da bin ich sehr präsent mit meiner Körperlichkeit«.

Bei Andreas lässt sich eine ähnliche Differenzierung finden, allerdings mit umgekehrten Vorzeichen. Sein inneres Gefühl ist immer noch »dieses defizitäre Gefühl« oder präziser: ein Gefühl »defizitärer Männlichkeit«. Das wirkt sich so aus, dass Andreas versehentlich Leute anrempelt oder gegen Türrahmen stößt, da er die Körpermaße, die er sich äußerlich antrainiert hat, innen nicht spürt.

Das passiert »vor allen Dingen in Situationen, in denen ich mich vielleicht insgesamt nicht ganz so gut fühle. Gut, das erkläre ich mir halt schon, dass ich noch ein inneres Selbstbild von meinem Körper habe, was nicht mit dem äußeren übereinstimmt. Als ich dreiundzwanzig war, bin ich von neunundsechzig Kilo auf dreiundneunzig«.

Da er eine innere Stärke für sich nicht wahrzunehmen vermag, braucht er die Bestätigung von außen, zum Beispiel dass er ein attraktiver Mann ist. Es geht ihm hierbei hauptsächlich um die Anerkennung von Frauen. So betont Andreas, dass seine erste Freundin sich von ihm getrennt habe, da er zu diesem Zeitpunkt noch nicht die entsprechenden Körpermaße aufweisen konnte.

Bewältigungsform: Die ästhetische Arbeit als »(Neu-)Erschaffung« des Selbst?

Eine Bewältigungsform ist die jeweilige Form des Umgangs mit Unsicherheiten. Birgit empfindet ihren »Körper in sozialen Situationen« als eine große Unsicherheit. Sobald sie mit anderen zusammen ist, »stimmt etwas nicht«, ihr Körperbild wird diffus und unkonturiert. Durch die »Arbeit am Körper« im Fitnessstudio, das heißt hier werden Techniken und Strategien der Körperformung angeboten, um fit und knackig zu werden, ein stabilisierendes Muskelkorsett aufzubauen, erhofft sie sich zugleich Auswirkungen auf ihre innere »Haltung«. Es soll also ein Körper hergestellt werden, der dem Selbst »Halt« gibt. Zugleich ist der tatsächliche Erwerb dieser Haltung ambivalent: Birgit möchte »vom Rücken her gerade sein«, aber »dann kommt der Busen so vor«, was wieder die Frage auslöst »welchen Platz nehme ich eigentlich ein und wie wirke ich dann, wenn ich so bin, wie ich bin?« In dem Maße, in dem ein »gerader Rücken« als ein Ergebnis der Körperformungsstrategie erscheint, also im übertragenen Sinne auch Bedürfnissen, Interessen und damit auch Ecken und Kanten ihres Selbst, ihrer Persönlichkeit etc. zum Ausdruck kommen, also Raum erhalten, wächst ihre Unsicherheit »welchen Platz nehme ich eigentlich ein und wie wirke ich dann?«, vor allem dann, wenn sie damit gesellschaftlichen

Konstruktionen von »Weiblichkeit« – zum Beispiel zurückhaltend zu sein – nicht mehr entspricht »wenn ich so bin, wie ich bin«.

Bei Andreas erscheint die ästhetische Arbeit am Körper im Fitnessstudio ungebrochen als Herstellung von »Männlichkeit«. Ihm geht es um Gewichtszunahme, eine insgesamt breitere Konstitution im Rahmen des männlichen Körperideals.

Der Beginn des Körpertrainings nach dem tödlichen Unfall seines Vaters ist kein Zufall. Die Verunsicherung bisheriger Familienstrukturen, die Herauslösung aus der langjährigen Liebesbeziehung und Übernahme von Verantwortung für andere Familienmitglieder erhöht den Orientierungsbedarf und die Aneignung von Fähigkeiten, die sein Bild defizienter Männlichkeit kompensieren helfen. Dies scheint durch den Besuch eines Fitnessstudios gegeben. Zum einen erhält sein Leben durch das fast tägliche Training Struktur und Orientierung. Der Tagesablauf, die Ernährung, also insgesamt die Lebensführung unterliegen einem strengen Reglement. Das bis zum »Fitnesswahn« gesteigerte Körpertraining verschafft ihm zusätzlich eine »aufrechte«, »präzise« Körperhaltung, also einen »raumeinnehmenden« Habitus, der seiner erfolgreichen Positionierung in und außerhalb der Familie einen augenfälligen Ausdruck verleiht. Die Suche nach einem inneren Halt, den Andreas im Körpertraining zu finden glaubt, wird zur Sucht nach dem durch das Training ausgelöste Körpergefühl.

»Also, was ich halt mag, das ist mir halt das Wichtige in den Trainingsphasen, dass ich dann auch so ein Spannungsgefühl im ganzen Körper habe, das am Trainingstag und vor allen Dingen am Tag danach anhält und wo ich dann am dritten Tag schon das Gefühl habe, jetzt möchtest du es wieder haben.«

Auch die präzisere Beschreibung des Gefühls, der Eindruck, »dass alles aufgeladen ist«, verweist auf die Gleichsetzung von Körpergestaltung und Alltagsbewältigung.

4. Schlussbetrachtung

Die Ausführungen haben gezeigt, dass die Herstellung von Schönheit, Jugendlichkeit, Gesundheit und Fitness mit Glücks- und Heilversprechen ausgestattet sind, die jedoch nur, wenn überhaupt, durch disziplinierte und ausdauernde Arbeit am eigenen Erscheinungsbild, zum Beispiel durch die Techniken der Körperformung in Fitnessstudios, einzulösen sind. In der gezielten Bearbeitung des Körpers ist Geschlecht ein äußerst relevanter Faktor, durch die inkorporierte Bilder von »Weiblichkeit« und »Männlichkeit«, omnipräsent in Medien und Werbung, in äußerer Haltung erzeugt, verstärkt und als scheinbar natürlicher Körperausdruck visualisiert

werden. Aber in diesem Fall wissen die Akteure, was ihr »Tun tut«⁶: Indem »Männlichkeit« und »Weiblichkeit« als etwas Gemachtes in den Blick gerät, wird »Geschlecht« de-naturalisiert und de-konstruiert. Der Effekt solcher Körperperformance liegt auf der Hand: Die mit der Modernisierung ausgelösten Unsicherheiten können zumindest in einem Sektor, im Feld der ästhetischen Arbeit am Körper, in Stabilität und Orientierung umgewandelt werden. Letzteres gilt insbesondere für die soziale Positionierung von Männern, die durch eine breite Körperhaltung und Gesten, die auf Raumgewinn angelegt sind, also Bedeutung, Dominanz und vor allem Wettbewerbs- und Konkurrenzfähigkeit signalisieren. Wenig Raum einzunehmen durch eine schmale Fußstellung, durch zusätzlich eng am Körper gehaltene Arme gehört indes zur Präsentation eines weiblichen Körpers, die auf innere Zurückhaltung und Nachgiebigkeit verweisen soll. Dieses Körpermanagement kollidiert allerdings mit der in modernen Gesellschaften erhobenen Forderung an Frauen zugleich stark, zielorientiert und durchsetzungsfreudig zu sein. Um diese Eigenschaften glaubwürdig vertreten zu können, ist eine entsprechende äußere Haltung notwendig, eine selbstbewusste, raumeinnehmende Körperpräsentation, die wiederum nicht mit »Weiblichkeit« assoziiert wird. Diese gesellschaftlichen Widersprüche erzeugen bei Frauen folglich Ambivalenzen, das heißt sie befinden sich in einem Zwischenstadium des »nicht mehr« und »noch nicht«. Veränderte Anforderungen durch alte Zuständigkeiten im privaten und neue Verantwortung im öffentlichen Sektor bewirken Brüche im Körperkonzept. Die ästhetische Arbeit am eigenen Körper kann in diesem Kontext als ein Versuch gewertet werden, sich dennoch zu positionieren und dem Selbst Halt zu geben.

Literatur

- Bourdieu, Pierre (1992), *Rede und Antwort*, Frankfurt a.M.
 Bourdieu, Pierre (1999), *Sozialer Sinn. Kritik der theoretischen Vernunft*, Frankfurt a.M.
 Brandes, Holger (2002), *Der männliche Habitus*, Bd. 2: Männerforschung und Männerpolitik, Opladen.
 Deutscher Sportstudio Verband e.V. (Hg.), *Eckdaten*, 03/2004.
 Dreyfus, Hubert L./Rabinow, Paul (1987), *Michel Foucault – Jenseits von Strukturalismus und Hermeneutik*, Frankfurt a.M.
 Foucault, Michel (1977), *Überwachen und Strafen. Die Geburt des Gefängnisses*, Frankfurt a.M.
 Foucault, Michel (1978), *Dispositive der Macht. Michel Foucault über Sexualität, Wissen und Wahrheit*, Berlin.

⁶ »Die Leute wissen, was sie tun; häufig wissen sie, warum sie das tun, was sie tun; was sie aber nicht wissen, ist, was ihr Tun tut« (Foucault zit.n. Dreyfus/Rabinow 1987: 219).

- Foucault, Michel (1986), *Der Gebrauch der Liste, Sexualität und Wahrheit*, Bd. 2, Frankfurt a.M.
- Heintz, Bettina/Nadai, Eva (1998), »Geschlecht und Kontext. De-Institutionalisierungsprozesse und geschlechtliche Differenzierung«, *Zeitschrift für Soziologie*, Jg. 27, H. 2, S. 75–93.
- Hettlage, Robert (2000): »Identitäten im Umbruch. Selbstvergewisserungen auf alten und neuen Bühnen«, in: Hettlage, Robert/Vogt, Ludgera (Hg.), *Identitäten in der modernen Welt*, Wiesbaden, S. 9–51.
- Hitzler, Ronald (2002), »Der Körper als Gegenstand der Gestaltung. Über physische Konsequenzen der Bastelexistenz«, in: Hahn, Kornelia/Meuser, Michael (Hg.), *Körperrepräsentationen. Die Ordnung des Sozialen und der Körper*, Konstanz, S. 71–85.
- Klein, Marie-Luise/Deitersen-Wieber, Angela (2003), »Prozesse der Geschlechterdifferenzierung im Marketing-Management in Fitness-Studios«, in: Hartmann-Tews, Ilse u.a. (Hg.), *Soziale Konstruktion von Geschlecht im Sport*, Opladen, S. 187–222.
- Sobiech, Gabriele (1994), *Grenzüberschreitungen. Körperstrategien von Frauen in modernen Gesellschaften*, Opladen.
- Sobiech, Gabriele (2004), »Körper ohne Geschlecht? (Re- und De-)Konstruktionen der Geschlechterdifferenz durch die ästhetische Arbeit am Körper in Fitnessstudios«, in: Buchen, Sylvia u.a. (Hg.), *Gender methodologisch. Empirische Forschung in der Informationsgesellschaft vor neuen Herausforderungen*, Wiesbaden, S. 293–314.