

# Gesellschaft gegen Gewichtsdiskriminierung

## Unsere Grundsätze

- die Achtung der Würde aller Menschen und die Wahrung ihrer Autonomie;
- die Nichtdiskriminierung;
- die volle und wirksame Teilhabe aller Menschen an der Gesellschaft;
- die Achtung vor der Unterschiedlichkeit von dicken Menschen und ihre Anerkennung als Teil der menschlichen Vielfalt und als Teil der Menschheit;
- die Chancengleichheit für Menschen mit unterschiedlichem Körpergewicht und Körperbau;
- die Barrierefreiheit für Menschen jeglichen Gewichts und Körperform und damit ihr voller Zugang zur physischen, sozialen, wirtschaftlichen und kulturellen Umwelt sowie zu Gesundheit und Bildung;
- die Achtung des Rechts aller Menschen auf Wahrung ihrer Identität und physischen und psychischen Unversehrtheit.

## **Wir verwirklichen unsere Grundsätze insbesondere durch folgende Maßnahmen:**

- Information und Aufklärung der Öffentlichkeit über das Thema Gewichtsdiskriminierung;
- Einflussnahme auf politische, soziale und wirtschaftliche Akteure sowie Beschäftigte im Gesundheitswesen mit dem Ziel der vollen gesellschaftlichen Anerkennung von dicken Menschen und der Beseitigung jeglicher Formen von Zugangsbarrieren und Gewichtsdiskriminierung;
- Beratung und Unterstützung von Menschen, die Gewichtsdiskriminierung erfahren haben;
- Förderung der wissenschaftlichen Forschung über die Ursachen und Wirkungen von Gewichtsdiskriminierung sowie die Möglichkeiten ihrer Verhinderung.

## Unser Profil

- Gesellschaftspolitische Ausrichtung: Wir verändern die Gesellschaft, nicht dicke Menschen
- Keine Betroffenenengruppe, Ziel nicht primär soziales Angebot

- Professionelle und seriöse Arbeit in den Gebieten Recht, Medizin/Pflege/Psychologie, Kinder, Kultur und Medien
- Gebot der wirtschaftlichen Unabhängigkeit: Keins unserer Mitglieder profitiert finanziell in irgendeiner Weise an dem Verein. Wir empfehlen keine Dienstleistungen unserer Mitglieder und betreiben konsequent keine Werbung für Produkte oder Dienstleistungen.
- Qualitätsgebot: Wir bieten fundierte, seriöse Arbeit und Information, die in ihrem Gebiet richtungweisend ist
- Anlehnung an die Richtlinien der *National Association to Advance Fat Acceptance* (NAAFA)
- Theoretischer Hintergrund unserer Arbeit: die Debatten der *Fat Studies*, siehe insb. den *Fat Studies Reader* (hg. Esther Rothblum/Sondra Solovay).

## Unsere Positionen

**Gewichtsdiskriminierung ist keine Bagatelle.** Es handelt sich um eine Form von Diskriminierung, die genauso stark wirkt und genauso kritisch zu sehen ist wie Diskriminierung basierend auf Hautfarbe, Geschlecht, Religion, Körperbehinderung oder sexueller Orientierung. Wie diese ist Gewichtsdiskriminierung inakzeptabel und widerspricht den Menschenrechten.

**Gewichtsdiskriminierung durchzieht unsere gesamte Gesellschaft,** ohne dass wir es in der Regel merken. Vom zu engen U-Bahn-Sitz, der verweigerten Verbeamtung, der pauschalen Standpauke beim Arzt über die allgegenwärtigen Medienmeldungen, in denen Dicke als Problemfall abgetan werden, und Kommentare von Fremden, Freunden und sogar der eigenen Familie bis hin zum ständigen „Fat Talk“ („Ich sollte das eigentlich nicht essen, bei meinem Gewicht“), mit dem insbesondere Frauen tagtäglich dutzende Male ihre Abgrenzung von Dicken signalisieren: Gewichtsdiskriminierung ist überall, verfolgt dicke Menschen von morgens bis abends; in der Regel gibt es nur wenige Rückzugsorte, in denen man einmal für kurze Zeit nicht diskriminiert wird.

**Gewichtsdiskriminierung betrifft uns alle,** egal ob dick oder dünn oder irgendetwas dazwischen. Der allgemeine Schlankeitswahn fordert unter Dünnen nicht weniger Opfer als unter Dicken, da sich jeder für zu dick hält oder meint, Gefahr zu laufen, zu dick zu werden. Die Gefahr von Essstörungen ist besonders bei Jugendlichen und Frauen sehr hoch.

**Gewichtsdiskriminierung geschieht nicht zum Besten von dicken Menschen.** Sich selbst zu hassen und ausgegrenzt zu werden, macht weder dünn noch gesund. Die Folgen von Stress und Ausgrenzung könnten allein schon für viele Gesundheitsrisiken verantwortlich sein, die mit

Dicken in Verbindung gebracht werden. Diäten machen dick, der Jojoeffekt ist deutlich ungesünder als das Dick-Bleiben.

Die **Darstellung von dicken Menschen in den Medien** ist oft unangemessen negativ, unterstützt stigmatisierende Vorurteile und verstärkt den Schlankeitswahn.

**Die Risiken des „Übergewichts“ werden stark übertrieben.** Seriöse Forschungsergebnisse sind meist erstaunlich dickenfreundlich.

**Der Anteil der Ernährung am Dicksein wird allgemein übertrieben.** Es ist nicht abschließend geklärt, ob dicke Menschen wirklich mehr essen als dünne. Fest steht, dass die Ursachen des Dickseins multifaktoriell und wesentlich komplexer sind, als allgemein angenommen wird.

**Die medizinische Debatte ist zum großen Teil vorgeschoben.** Vorurteile gegen Dicke – und zwar dieselben wie heute – gibt es schon viel länger als den medizinischen Diskurs ums Dicksein. Kinder, die sich über Diabetes sicherlich keine Gedanken machen, lehnen dicke Spielkameraden schon in sehr jungem Alter ab, und zwar mehr, als sie Kinder mit Behinderungen ablehnen.

**Es gibt ein gesellschaftliches Interesse an Gewichtsdiskriminierung, das von ökonomischen Interessen** durchsetzt und davon wohl zum großen Teil verursacht ist.

Die **Fitness- und Diätindustrie**, der medizinische Sektor und die Nahrungsmittelindustrie profitieren davon, dass „Übergewicht“ als gravierendes Problem gesehen wird und dass die meisten Leute denken, sie selbst seien davon „bedroht“ oder schon „betroffen“.

Es gibt jedoch auch Interessen gesellschaftlicher Gruppen, **sich von der „dicken Unterschicht“ abzusetzen** und einen betont „gesunden“ und dünnen Lebensstil zu pflegen.

Auch der vermehrte **Kampf um gesellschaftliche Ressourcen** ist eine Ursache für Gewichtsdiskriminierung, indem dicke Menschen als „Parasiten“ des Systems (des Gesundheitssystems, der Volkswirtschaft etc.) dargestellt werden.

**Ein dicker Körper steht nicht automatisch für irgendetwas** (z.B. einen therapiebedürftigen, problembehafteten, sozial unterprivilegierten, kranken, psychisch auffälligen, undisziplinierten, faulen, verfressenen etc. Menschen).

Dicksein ist **keine Essstörung**. Dicksein geht vermutlich ebenso häufig mit Essstörungen einher wie Dünnssein. Verhaltensauffälligkeiten im Zusammenhang mit Essen (z.B. Binge Eating in Folge einer Diätphase) werden bei Dicken viel eher als Essstörung gedeutet als bei Dünnen (z.B. andauerndes Zu-wenig-Essen, Ess-Tagebuch führen oder permanente Schuldgefühle im Zusammenhang mit Essen).

Dicksein ist **keine Krankheit**, sondern zuallererst eine natürliche Variation; Dicksein kann jedoch in manchen Fällen Folge einer Krankheit sein oder selbst Krankheiten verursachen.

Dicksein ist **keine Behinderung**, auch wenn es in manchen extremen Fällen zu einer Behinderung führen kann.

**Terminologie:** Bevorzugung von „dick“, da der Terminus weder eine Normierung („Übergewicht“) noch einen Bezug auf einen diskriminierenden medizinischen Diskurs enthält („adipös“). Gleichzeitig ist er nicht euphemistisch („mollig“, „stark“) und zeigt so deutlich, dass es keinen Grund für dicke Menschen gibt, sich irgendwie hinter Sprache zu verstecken. Dicksein ist nichts Schlimmes, daher muss man es auch nicht beschönigen. Zu diskutieren wäre, inwieweit man gelegentlich das Wort „fett“ verwenden könnte im Sinne einer subversiven Aneignung eines diskriminierenden Diskurses (vgl. „schwul“).

**Gewichtsvielfalt** ist ein positiver Wert.

## Wir fordern:

**Gleichbehandlung am Arbeitsmarkt und am Arbeitsplatz**, Abschaffung von Zugangsbeschränkungen für dicke Menschen, die nicht stichhaltig inhaltlich begründet werden können.

**Kompetente und respektvolle Behandlung von dicken PatientInnen durch Ärzte und medizinisches Personal** mit dem Ziel der Verbesserung der Gesundheit der dicken Person, nicht des Gewichtsverlusts. **Health-at-Every-Size-Prinzip.**

Dazu gehört auch: **Kein finanzielles Ausschlachten der diskriminierenden Situation von dicken Menschen**, z.B. durch pauschales Empfehlen von bariatrischer Chirurgie, Abnehmcoachings, Wunderpillen etc.

**Faire und vorurteilsfreie Behandlung von dicken Menschen in den Medien** – mit allen Implikationen. Dazu gehört auch: Vorurteilsfreiere und unverfälschte Interpretation von neuen Studienergebnissen und nicht-diskriminierende bildliche Darstellung von dicken Menschen.

**Medien für Kinder müssen frei sein von Schlankheitspropaganda!** Gerade bei den Jüngsten in der Gesellschaft sollte angesetzt werden, wenn es darum geht, eine von Gewichtsdiskriminierung freiere Gesellschaft der Zukunft aufzubauen.

**Gleicher Zugang und Begehbarkeit aller öffentlichen Orte auch für dicke Menschen!** (U-Bahn-Sitze, Kinositze, Hotelbetten und –duschen, öffentliche Toiletten, Restaurants etc.) Keine Diskriminierung in Sachen Flugzeugsitze.

**Vorurteilsfrei**ere Forschung. Wir leisten Aufklärungsarbeit dahingehend, was vorurteilsfrei

ere Forschung im Zusammenhang mit Gewicht bedeuten könnte (wie müssen Studien angelegt sein, wer darf sie finanzieren, wie sollten Studien gedeutet werden etc.).

„**Nichts über uns ohne uns**“. Gegen Kolonialisierung von Dicken in der medizinischen und sonstigen Forschung.

**Es darf kein politisches Kapital aus dicken Menschen geschlagen werden**, z.B. durch Regierungsaktionspläne mit dem einzigen Ziel, ein von vielen Wählern „gefühltes Problem“ in Angriff zu nehmen.

**Gegen einen dickenfeindlichen Nanny-State**. Politik gegen „Übergewicht“ endet leider meist in Politik gegen dicke Menschen. Was wir essen, wie oft wir uns bewegen und wie viel wir fernsehen, ist unsere Privatsache. Der Sozialstaat, der ja auch Sportunfälle in Masse toleriert, sollte Spielraum enthalten für private Lebensstilentscheidungen ohne Abstrafung.

**Gewichtsvielfalt als positiven Wert** für die ganze Gesellschaft, **Abschaffung des Normmenschen**.

**Rund und gesund, nicht „fit statt fett“!**

**Enthysterisierung der Debatte** und einen kühleren, rationaleren Umgang mit dem Thema.