

FAMILIENBEZOGENE ERWACHSENENBILDUNG

» Die neue Körperlichkeit in der Eltern- und Familienbildung

Körperliche Gesichtspunkte geraten durch bedenkliche gesellschaftliche Entwicklungen in neuartiger Weise in den Fokus und gewinnen auch für die Familienbildung zunehmend an Bedeutung. Den falschen Idolen der Optimierung des Menschen in körperlicher und mentaler Hinsicht, um effizienter, erfolgreicher, attraktiver, gesünder und schöner zu werden, muss die familienbezogene Erwachsenenbildung kritische Reflexion und alternative Entwürfe des Menschlichen entgegenhalten.

Selbstoptimierung: Bleib gesund und stark!

Die gesellschaftliche Wandlung zur „Wettbewerbsgesellschaft“¹ im Neoliberalismus und Finanzkapitalismus betrifft nunmehr auch die einzelnen Individuen in noch nie gekanntem Ausmaß. Für die neu entstehenden Forderungen werden die Menschen allein verantwortlich gemacht. Während früher Menschen in (Groß-)Familien und der Verwandtschaft, den religiösen Gemeinden und anderen Gruppen aufgehoben waren, besteht heute zunehmend eine gesellschaftliche Tendenz zur Individualisierung und Vereinzeln. Jedes Individuum wird für seinen eigenen Lebenserfolg verantwortlich gemacht und dies wird noch dadurch gesteigert, dass jede und jeder sich im Konkurrenz- und Wettbewerbsverhältnis mit jeder und jedem anderen befindet. Der Wunsch nach familiärer Absicherung, den lange Zeit der Sozialstaat erfüllte, zwingt Eltern heute, sich selbst mehr zu kontrollieren, sich hohe Ziele in Bezug auf Fitness und Gesunderhaltung zu setzen, sich äußerlich und innerlich zu formen² und ständig mit anderen zu messen.³ Das, was bislang in einem anthropologischen Sinne ‚Selbstbestimmung von Eltern‘ hieß, wird neuerdings anhand von Normen, die sich auf Fitness und Aussehen beziehen, mehr und mehr in Frage gestellt. Dieser Entwicklung, dieser *Selbstfunktionalisierung von Eltern*, kann Familienbildung entgegenwirken und versuchen, aufzuklären. Das Unmenschliche an der Forderung nach ständiger Verfügbarkeit für den Arbeitsmarkt, des Zwanges zur Optimierung von Gesundheit und des individuellen Strebens nach der Erfüllung von Normen der Effizienz, Kraft und Attraktivität sind anhand der humanen Ziele von Mitmenschlichkeit und Solidarität sowie durch den Respekt vor der Kontingenz menschlichen Lebens bei Schwangerschaft, Tod oder im Alter zu relativieren.⁴ Leistungsfähigkeit und ein attraktives äußeres

Erscheinungsbildes sind nicht nur zur Erlangung von sozialer Anerkennung und beruflichem Erfolg von Relevanz, sondern bieten vor allem die Möglichkeiten der Lebensgestaltung und sozialen Bindung. Auch wenn die Eltern dem Arbeitsmarkt ihre Arbeitskraft zur Verfügung stellen, sie bleiben dennoch selbstverantwortliche Individuen, die sich durch Sport, gesunde Ernährung und allgemeine Fitness nicht nur optimieren, sondern auch einfach regenerieren wollen.

Eine neue, positive Dynamik der familienbezogenen Erwachsenenbildung kann diese Thematik aufgreifen und Eltern Hilfestellung geben, wie sich die Haltung des „Selbstunternehmers“⁵ und die Selbstverpflichtung und -verantwortung zur ‚Selbstoptimierung‘ oder zum ‚human enhancement‘ kritisch hinterfragen lässt. Die Familienbildung ist der Ort, wo ein Gegengewicht gegen die starken Kräfte des Marktes entstehen kann, indem eine Analyse der momentanen Entwicklungen geleistet und anthropologische Gegenbilder konzeptionell verankert und gelebt werden.⁶



Prof. em. Dr.
Hildegard Macha

Universität Augsburg
hildegard.macha@
phil.uni-augsburg.de

¹ Aulenbacher, B./ Riegraf, B./Völker, S. (2015): *Feministische Kapitalismuskritik*. Münster, S. 9.

² Vgl. McRobbie, A. (2010): *Top Girls. Feminismus und der Aufstieg des neoliberalen Geschlechterregimes*. Wiesbaden.

³ Vgl. Maio, G. (2014): *Medizin ohne Maß? Vom Diktat des Machbaren zu einer Ethik der Besonnenheit*. Stuttgart, S. 80.

⁴ Macha, H. (2011): *Konturen einer erziehungswissenschaftlichen Theorie der Familie*. Macha, H./Witzke, M.: *Familie, Kindheit, Jugend, Gender. Handbuch der Erziehungswissenschaft*. Bd. III/1. Paderborn, S. 10ff.

Rogge, J.-U. (2011): *Elternbildung*. In: Macha, H./Witzke, M.: *Familie, Kindheit, Jugend, Gender. Handbuch der Erziehungswissenschaft*. Bd. III/1. Paderborn, S. 40 ff.

⁵ Bröckling, U. (2007): *Das unternehmerische Selbst*. Frankfurt/M.

⁶ Vgl. Heitkötter, M./ Thiessen, B. (2011): *Familienbildung: Entwicklungen und Herausforderungen*. In: Macha, H./Witzke, M.: *Familie, Kindheit, Jugend, Gender. Handbuch der Erziehungswissenschaft*.



„Schöne (leistungsorientierte) Mütter und fitte (familienpräsente) Väter“

Die Betonung von Schönheitsnormen und die entsprechende Deutung von Körperlichkeit anhand äußerer Bewertungskriterien und einer Ideologie der Machbarkeit sollte die familienbezogene Erwachsenenbildung aufgreifen, dekonstruieren und durch lebensbejahende Normen ersetzen. Insbesondere müssen endlich die Schönheits- und Schlankeitsnormen und die Ästhetisierung des Körpers für Mütter systematisch hinterfragt werden. Die Orientierung an einem unterdurchschnittlichen Idealgewicht und das Streben nach schön empfundener Fitness, Jugendlichkeit oder Muskeltraining ist nur mit einem hohen Maß an Selbstdisziplin, Enthaltsamkeit, Schmerzen und psychischen sowie physischen Aufwendungen zu erreichen und orientiert Mütter ausschließlich an äußeren Bewertungsschemata.⁷

Frauen wird heute ein neuer ‚Geschlechtervertrag‘ angeboten, der verspricht, dass sie selbstverständlich Gleichstellung und Gleichberechtigung im Beruf und in der Partnerschaft erreichen können, wenn sie sich nur genug einsetzen und die Imperative der Selbstoptimierung erfüllen.⁸ Als Modelle für das geforderte Verhalten werden in den Medien Gebärende in Führungspositionen gezeigt, die wenige Tage nach einer Geburt wieder fit, schlank und voll arbeitsfähig am Arbeitsplatz erscheinen. Oder es werden Arbeitnehmerinnen von US-amerikanischen Konzernen aufgefordert, ihre Eizellen auf Kosten der Firma einzufrieren – *social freezing* –, damit die Frauen im Betrieb präsent bleiben. Später können sie einen ‚passenden Moment‘ suchen, um Kinder einzuplanen. Damit wird ‚Lebenssorge‘ oder ‚care‘ zunehmend der Wertschöpfung und dem Interesse an Profitmaximierung untergeordnet.⁹

Es entstehen neue Hierarchien zwischen den Menschen entlang der Maßstäbe: Attraktivität, Nützlichkeit und Leistungsfähigkeit.

Dabei wird in perfider Weise die politische Basis für die Reflexion der aktuellen Bedingungen zerstört, indem die gesellschaftskritische feministische Tradition und die dort geleisteten Analysen von frauenspezifischen Bedingungen zunehmend diskreditiert werden. Die Ziele des Feminismus werden lächerlich gemacht, zum Beispiel die ‚Selbstbemächtigung‘ und ‚Eroberung‘ des eigenen Körpers durch Kenntnis der eigenen Wünsche und Empfindungen oder die solidarische Unterstützung in der Gemeinschaft der Frauenbewegung. Diese Bewegung scheint obsolet geworden, weil Gleichstellung längst erreicht sei. Doch die Daten zur Ungleichheit von Frauen und insbesondere Müttern auf dem Arbeitsmarkt und in Führungspositionen sprechen eine andere Sprache. Aber Mütter werden jedoch allein verantwortlich gemacht für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf und die Erfüllung der jeweiligen Rollenanforderungen und es wird suggeriert, dass diese Doppelverantwortung durch individuelle Mehrfachanstrengungen und Perfektionismus von jeder Mutter leicht zu bewältigen wäre, wenn sie sich nur genügend anstrengte.

Väter erleben ähnlich unvereinbare Forderungen in Bezug auf Fitness und Schönheitsnormen: Der ‚Six Pack‘ als Norm für den straffen Bauch und kosmetische Anwendungen für Attraktivität werden in den verstärkt am Markt auftauchenden Magazinen für Männer propagiert. Internetseiten wie „Quäl Dich“ für Fahrradfahrer fordern mehr körperliche Härte für die Gesunderhaltung. Viele Väter möchten sich gerne stärker an der Erziehung beteiligen und mehr Zeit mit der Familie verbringen, aber die zwei ‚Vätermonate‘, die ihnen an Elternzeit zustehen, reichen dafür längst nicht aus. Die Diskriminierung von Vätern, die mehr Elternzeit nehmen und sich gleichberechtigt an Erziehungs- und Hausarbeit beteiligen, verhindert eine Umsetzung dieses Wunsches insbesondere in großen Unternehmen. In kleinen und mittelständischen Unternehmen wachsen hingegen die Bereitschaft und die Einsicht, Flexibilität der Arbeitszeit auch für Väter zu gewähren.

Angriff auf die Work-Life-Balance

Die Fitness-Normen sind mit dem Arbeitsleben schwer zu balancieren. So tritt die jeweilige Lebenssituation der Arbeitnehmer/innen zunehmend zurück angesichts der von ihnen geforderten (zumindest digitalen) Verfügbarkeit am Abend, an Feiertagen, teilweise im Urlaub und sogar trotz körperlich-seelischer Ausnahmesituationen im Falle von Krankheit, Schwangerschaft oder schweren Schicksalsschlägen.¹⁰ Die Arbeitswelt nimmt durch Arbeitsverdichtung und überhöhte Anforderungen

Bd. III/I. Paderborn, S. 429–434.

⁷ Vgl. Posch, W. (1999): Körper machen Leute. Der Kult um die Schönheit. Frankfurt/M., S. 134.

⁸ Vgl. McRobbie, A. (2010): Top Girls. Feminismus und der Aufstieg des neoliberalen Geschlechterregimes. Wiesbaden, S. 87.

⁹ Vgl. Aulenbacher, B./ Riegraf, B./Völker, S. (2015): Feministische Kapitalismuskritik. Münster, S. 27.

¹⁰ Klammer, U./ Motz, M. (Hrsg.) (2011): Neue Wege – gleiche Chancen. Expertisen zum ersten Gleichstellungsbericht der Bundesregierung. Wiesbaden.

an die Arbeitnehmer/innen immer größeren Raum im Leben der Menschen ein. Besonders das Familienleben ist immer mehr der zeitlichen Taktung der Arbeitswelt unterworfen. Immer weniger kann es einen gestörten Biorhythmus von Kindern oder für sie belastend lange Zeiträume in Betreuungsinstitutionen vermeiden. Mit dem Familienleben aber gerät die gesamte Balance von Arbeit und Leben aus dem Lot. Die Auswirkungen dieser Zumutungen sind körperlich und psychisch erfahrener Stress, Angst und Druck¹¹ und langfristig eine Tendenz zu vermehrtem Krankheitsstand. Wissenschaftler sprechen vom „erschöpften Selbst“,¹² das sich aufgrund der gewachsenen Anforderungen nicht mehr erholen kann und deshalb mit körperlichen Krankheiten oder mit Depressionen reagiert. Doch obwohl der Druck, der auf den Menschen lastet, durch die Bedingungen der Arbeitsgesellschaft erzeugt wird, reagieren die Menschen darauf heute zumeist mit dem Versuch, sich selbst optimieren zu wollen, um durch erhöhte Leistung dem Arbeitsdruck standzuhalten.¹³

Das Leitbild der ‚unvollkommenen und sozialen Autonomie‘

Die analysierte Lage legt für die familienbezogene Erwachsenenbildung, insbesondere in konfessioneller Trägerschaft, das Leitbild einer – zwar unvollkommenen, aber doch der Möglichkeit nach gegebenen – Autonomie des Menschen nahe. Menschen sollen wieder in ihrer unvollkommenen Ganzheit so akzeptiert werden, wie sie sind und der Perfektionismus als eine Pathologie der Gesellschaft entlarvt werden.¹⁴ Die Andere ist eben nicht ausschließlich eine Konkurrentin, mit der ich mich messen und vergleichen (lassen) muss, der ich meine Daseinsberechtigung abzuringen habe.

In der Familienbiographie, dem Lebenslauf von Familien,¹⁵ erhalten Kinder und Jugendliche eine wertbezogene Orientierung, um später mit gesellschaftlichen Normierungen auch kritisch umgehen zu können. Die Isolation von Menschen wird durch Familien verhindert und Strategien der Solidarität, Empathie, Mitmenschlichkeit und Fürsorge dagegensetzt. Gesundheit und Wohlbefinden werden hier als private Sache betrachtet, und das Individuum wird sich selbst gegeben, indem man ihm die Wahrnehmung seines Körpers, seiner Gefühle und seiner Kraft als individuellste Sphäre bewusst macht.

Elternbildung entkrampft und entschleunigt

In der Elternbildung ist die Balance zwischen Familie und Beruf neu zu denken und zu etablieren. Für Eltern ist es heute wichtig, Mußestunden im Familienleben zu erhalten, als Gegengewicht zur beschleunigten Arbeitswelt. Auch die Kinder und Jugend-

lichen werden in den Bildungsinstitutionen Kita, Schule oder Hort einem getakteten Tageslauf unterworfen. Familie lässt sich immer auch als ein für die Entwicklung der Kinder und Partnerschaft wichtiges Gegenmodell zu diesen Zeitregimen leben. Das bewusste Zusammensein ohne Zeitplan, etwa beim Essen oder bei Unternehmungen, ist ein großer Genuss, denn dadurch werden die täglichen Anforderungen für alle Familienmitglieder neutralisiert und gemeinsame Entspannung ermöglicht. Vor allem Großeltern können hier wichtige Ratgeber sein, weil sie unter Umständen weniger institutionellen Optimierungszwängen unterliegen. Es ist die edelste Erziehungsaufgabe, Kinder und Jugendliche durch solche ziel- und wertbezogenen Orientierungen zu stärken. Radfahren oder Wandern sind nicht nur ein Vergnügen, denn wenn dabei zum Beispiel kleinere Kinder mit größeren mithalten können, so lernen beide, aufeinander Rücksicht zu nehmen. Oder wenn ältere Jugendliche ihre Eltern an Kraft übertreffen, so können sie daran erkennen, dass Autorität nicht nur von körperlicher Kraft abhängt.

Auf Körperwahrnehmung und Emotionen ist zu achten

Die personale Existenz des Menschen ist stets leibkörperlich. Wird der Körper aber nur auf eine Optimierungsmaschine reduziert, so scheint es, als hätten Menschen mit Handicaps und Kinder und Jugendliche allgemein einen geringeren ‚gesellschaftlichen Wert‘. Vor allem konfessionelle Träger setzen an die Stelle von Wertschöpfungsimperativen das Bild des Menschen als eines sozialen und auf andere bezogenen Geschöpfes, das begrenzt autonom und zu einem eigenständigen Urteil fähig ist.¹⁶ Die inneren Familiendynamiken (mit gemeinsamen Erfahrungen und Narrativen, mit aneinander entwickelten Identitäten und einer Basis an familiären Werten und Normen) bilden biographisch überdauernde Bindungen. Diese Dynamiken wirken das ganze Leben lang als Verhaltensmodelle und bieten langfristig Orientierung in einer unbestimmten und sicher riskanten Zukunft.

Besonders der Körper und die Gefühle bilden die Grundlage allen Wahrnehmens und Denkens. Gefühle sind aber nicht einfach gegeben, sondern entwickeln sich aus einem Prozess der Erziehung, Bildung und Sozialisation. Gefühle sind das wichtigste Instrument zur Einschätzung von Situationen und Menschen¹⁷, sie wirken aber auch leicht zerstörerisch, wenn sie nicht sozial angemessen entwickelt oder geäußert werden.

Ohne Transzendenz keine kritische Kraft

Angesichts der geschilderten gesellschaftlichen Tendenzen ist nicht nur an humane Aspekte zu erinnern, sondern auch in spiritueller Sprache nach

¹¹ Nelting, M. (2010): *Burnout – Wenn die Maske zerbricht: Wie man Überbelastung erkennt und neue Wege geht.* München.

¹² Ehrenberg, A. (2004): *Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart.* Frankfurt/M.

¹³ So verpflichten ganze Unternehmensabteilungen (auf Anregung der Krankenkassen) dazu, täglich ein bestimmtes Maß an Training (Fahrrad, Laufen) zu absolvieren, das durch elektronische Messgeräte aufgenommen und an die Abteilung gemeldet wird, so dass jeder Arbeitnehmer im Team leistungsmäßig unter der Kontrolle der anderen steht. Dafür werden ‚Incentives‘ wie vergünstigte Krankenkassenbeiträge angeboten. Eine Vielzahl von Messgeräten und Self-Tracking-Apps unterstützt die Normierung des Körpers und sammelt immer mehr persönliche biometrische Daten des „quantified self“.

¹⁴ Vgl. McRobbie, A. (2010): *Top Girls. Feminismus und der Aufstieg des neoliberalen Geschlechterregimes.* Wiesbaden, S. 11.

¹⁵ Lange, A. (2011): *Gestaltungsaufgaben der Familienbiographie.* In: Macha, H./Witzke, M., a. a. O., S. 437.

¹⁶ Vgl. Aulenbacher, B./Rieggraf, B./Völker, S. (2015): *Feministische Kapitalismuskritik.* Münster, S. 5 und 119.

¹⁷ Schauffer, B. (2011): *Leib, Körper und Geschlecht.* In: Macha, H./Witzke, M., a. a. O., S. 325.



dem Sinn des Lebens zu fragen, der sich sicher nicht in der Anpassung an äußerliche, von außen gesetzte körperliche Normen erschöpft. Zu einer familienbezogenen Erwachsenenbildung in evangelischer Trägerschaft gehört die Frage nach dem Sinn des Lebens, als Frage nach der Geborgenheit im Glauben, als Frage nach einem liebenden Gott, die emotionale Erziehung kann hier auch in spirituelle Bezüge münden. Allgemein ist die Selbstvergessenheit („Ayan“) des Augenblicks oder einer Begegnung mit anderen sowie die Achtsamkeit gegenüber den Unzulänglichkeiten des Körpers und Daseins aufzuwerten. Humane und christliche Werte der Mitmenschlichkeit und Solidarität sowie des Respekts vor der Kontingenz menschlichen Lebens sind neu zu betonen.¹⁸ An die Autonomie des Menschen als von Gott gewolltes, würdevolles, doch unvollkommenes – das heißt auch: leistungsschwaches, verletzliches, behindertes – Geschöpf sollte die familienbezogene Erwachsenenbildung wieder stärker erinnern.

Mit Krankheit, Pflege und Trauer nicht allein bleiben

Krankheit, Tod und Trauer sind stets gegenwärtig. Familienbiographisch lassen sich damit verbundene Fragen am besten mit einem spirituellen Bezug ansprechen: Was geschieht mit uns nach dem Tod? Worauf können wir hoffen? Leid, Krankheit und Tod gehören zum Leben dazu, wo finde ich meinen Sinn darin? Muss ich mit meinem Schicksal hadern oder kann ich es mit Hilfe Gottes annehmen, indem ich mich ihm anvertraue?

Die oben angesprochene Diskussion legt nahe, dass wir durch Körperertüchtigung stets gesund bleiben und vor Krankheiten bis zum Tod gefeit sind. Diese Hybris ist angesichts von Kriegen, Konflikten und der Unplanbarkeit und -beherrschbarkeit des Lebens gefährlich, sie suggeriert, dass wir selbst unser Leben kontrollieren können. Christliche Ideen und Worte können uns sehr gut daran erinnern, wie machtlos wir als Einzelne sind, in welchem Maße wir auch ein Schicksal haben beziehungsweise eben in Gottes Hand liegen, was uns Trost und Liebe schenken kann.

¹⁸ Vgl. Macha, H./
Fahrenwald, C. (2003):
Körperbilder zwischen
Natur und Kultur.
Opladen.