

Von Spaß- und Disziplinsmuskeln

Verhandlungen der spannungsreichen Arbeit an Körper und Selbst

Corinna Schmechel

Beitrag zur Veranstaltung »Total angespannt / überspannt / entspannt‘: Körper und Sport als Medien gesellschaftlicher Spannung « der Sektion Soziologie des Körpers und des Sports

Einleitung

„Mein Körper ist das genaue Gegenteil einer Utopie [...] Mein Körper ist eine gnadenlose Topie.“ (Foucault 2014, S. 25) verkündet Michel Foucault beim Blick in den Spiegel.

„Vor meinen Augen zeichnet sich unausweichlich das Bild ab, das der Spiegel mir aufzwingt: mageres Gesicht, gebeugte Schultern, kurzsichtiger Blick, keine Haare mehr, wirklich nicht schön. Und in dieser hässlichen Schale meines Kopfes, in diesem Käfig, den ich nicht mag, muss ich mich nun zeigen. Durch dieses Gitter muss ich reden, blicken und mich ansehen lassen. [...] Mein Körper ist der Ort, von dem es kein Entrinnen gibt, an den ich verdammt bin.“ (Foucault 2014, S. 26)

Doch so wenig wie wir unseren Körper loswerden, ihm davonlaufen können, so sehr er wie Foucault sagt „ganz unausweichlich immer hier und niemals anderswo“ ist, ist er auch Mittel der Selbstgestaltung und Generator von Handlungsfähigkeit, mit Judith Butler gesprochen „gelebte[r] Ort der Möglichkeiten“ (Butler 2014, S. 11). Auch Foucault wird sich noch im selben Text korrigieren:

„Es war dumm, wenn ich eben meinte, der Körper sei niemals anderswo, er sei immer nur hier und widersetze sich jeglicher Utopie. In Wirklichkeit ist mein Körper stets anderswo, er ist mit sämtlichen ‚Anderswos‘ der Welt verbunden, er ist anderswo als in der Welt. [...] Nur im Verhältnis zu ihm [...] gibt es ein Oben und Unten, ein Rechts und Links, ein Vorn und Hinten, ein Nah und Fern. [...] Er ist der kleine utopische Kern im Mittelpunkt der Welt, von dem ich ausgehe, von dem aus ich träume, spreche, fantaschiere, die Dinge an ihrem Ort wahrnehme [...]“ (Foucault 2014, S. 33f.)

So sehr der Körper also mitunter als Käfig erscheint, so ist er auch die Bedingung und Ermöglichung des In-der-Welt-seins, der Existenz als Subjekt. Nur durch den Körper können wir (inter)agieren – uns in der Welt bewegen, träumen, sprechen, wahrnehmen, und vieles mehr – und gleichzeitig eben nur

durch diesen Körper, durch keinen anderen und nicht ohne ihn. Dabei kommen wir nicht darum herum, uns auch als dieser Körper wahrnehmen zu lassen, uns durch ihn zu zeigen, durch ihn zu sprechen und zu interagieren.

Das Dasein als körperleibliches Subjekt ist also per se ein spannungsreiches, gekennzeichnet von einer doppelten ambivalenten Gleichzeitigkeit: als körperliches – und damit stets auch leibliches – Subjekt, sind Menschen zum Einen zwischen Körperhaben und Körpersein ‚eingespannt‘: Wir haben einen Körper im Sinne eines Eigentumsverhältnisses. Dabei handelt es sich jedoch um ein eigenwilliges Eigentum (vgl. Alkemeyer, Villa 2010), welches durch unabänderliche Gegebenheiten sowie leibliche Regungen und Bedürfnisse, beispielsweise Schmerz oder Hunger, den Verfügungsrahmen beschränkt und ebenso über seine Eigentümer_Innen verfügt.

Zudem verpflichtet das Eigentum des Körpers in zunehmendem Maße zu seiner angemessenen Handhabung (Gugutzer 2007; Hitzler 2002; Meuser 2014; Villa 2013). Die zweite spannungsvolle Gleichzeitigkeit liegt in dem Moment, in dem wir über unseren Körper verfügen, ihn gestalten, pflegen, trainieren. Auch das tun wir nie in dem Maße autonom und frei, wie es mitunter erscheint. Als soziale Wesen sind Menschen unausweichlich abhängig von den Einschätzungen und Urteilen anderer, und damit von Konventionen, Normen und Zuschreibungen (Butler 2013).

Die Tatsache, dass wir als soziale Wesen genuin von anderen und ihrer Anerkennung abhängig sind, führt unweigerlich dazu, dass es uns eben nicht nur für uns selbst interessiert, ob wir ein mageres Gesicht, gebeugte Schultern, einen kurzsichtigen Blick oder keine Haare mehr haben. Wir haben unseren Körper nie nur für uns selbst. Neben seinem leiblichen ‚Mitspracherecht‘, spielt stets die Gesellschaft eine Rolle für unseren Umgang mit dem eigenen Körper: Sei es, weil wir gefallen oder provozieren wollen, weil wir Vorzüge der Konformität genießen oder uns gegen Konventionen, Regeln und Gesetze zur Wehr setzen wollen – all das gibt es nicht ohne das ‚Außen‘. So stehen post/spätmoderne Subjekte vor der permanenten paradoxen Aufgabe „Autonomie durch Unterwerfung zu bewirken“ (Bauman 1992, S. 240) und eine gemeinschaftlich anerkannte Individualität auszubilden: eine Individualität also, die ihre Autonomie behauptet, dabei aber durch gemeinschaftlich anerkannte Codes und Symbole gezeigt und vor allem von anderen auch so verstanden werden muss.

Diese Spannung drückt sich nicht zuletzt im Konzept Fitness aus, welches schon semantisch sowohl Einpassung und Unterwerfung unter Gegebenes als auch Überlegenheit im Sinne einer ermächtigenden Bewältigungskompetenz bedeutet. Fitness beschreibt einen körperlichen Zustand, sowie die sportive Praxis, die diesen produzieren soll und ist auch als normatives Ideal (Martschukat 2019) durchzogen von Spannungen: Fitness ist sowohl individuelle Selbstgestaltung und Selbstsorge wie vereinheitlichendes fremddefiniertes Körperideal in Massenabfertigung; Fitness bezeichnet natürliche authentische Gesundheit als auch künstliche optisch orientierte Körpermanipulation und Fitness ist nicht zuletzt Freizeitspaß und Entspannung sowie nie endende mühsame Projektarbeit.

In meinem Beitrag möchte ich anhand von Interviewmaterial von Fitnesssportler_Innen queerer Sportgruppen aufzeigen, wie diese Ambivalenzen in der Arbeit am eigenen Körper subjektiv verhandelt werden. Dabei handelt es sich stets nicht nur um Arbeit am Körper, sondern stets auch um Arbeit am Selbst, hier konkret am queeren und feministischen Selbst.

Das hier zugrunde liegende Material entstammt einer ethnografischen Studie zur Verhandlung von Körpernormen und Körperarbeit in der Queeren Fitnesskultur im Rahmen meiner Dissertation. Es wurden auf Grundlage des Grounded Theory Ansatzes insgesamt drei Trainingsgruppen teilnehmend beobachtet sowie 14 Interviews mit Teilnehmenden geführt und Felddokumente, vor allem in Form von online-Selbstdarstellungen queerer Fitnessangebote ausgewertet. Fokus ist die Gleichzeitigkeit, mit der die Arbeit am eigenen Körper einerseits als Element von Selbstermächtigung bzw. Empower-

ment geschlechtlicher und sexueller Minderheiten gerahmt und dabei andererseits als normative Selbstoptimierung abgelehnt wird.

Schon die Begriffspaarung Queerness und Fitness zeigt eine Spannung an: Zielt Ersteres auf eine Infragestellung und Ablehnung starrer Kategorien und eine Umkehrung oder Auflösung bestehender Ordnungen, beschreibt Letzteres eine Form der Tauglichkeit und Einpassung (von Körpern) unter gegebenen Umständen. Doch ist wesentliches Element von Fitness auch ein bewusst gesteuertes Werden des Körpers. Ausdruck davon sind die vielfach zelebrierten Erfolgsgeschichten oder „Transformation Stories“¹. Damit verweist Fitness immanent auf die Konstruiertheit von Körper und damit auch von Subjektpositionen und Identitäten, denn die Protagonist_Innen dieser Geschichten werden im Zuge ihrer körperlichen Transformation nicht selten auch „völlig neue Menschen“ (vgl. Duttweiler 2004). Damit eröffnen sich Anknüpfungspunkte an queere Utopien der (De)Konstruktion des Geschlechtskörpers, geht es doch in queeren Politiken wesentlich darum, dem Körper seine Essentialisierungsmacht über Geschlecht, Begehren und Lebensbedingungen zu entziehen.

Ich möchte nun darlegen, wie in spannungsvollem Verhältnis zu populären Schönheitsnormen eine Art emotionaler Autonomie von diesen angestrebt wird, welche als widerständig konzipiert wird und doch Teil hegemonialer Selbstentwürfe ist. Es wird anschaulich, wie alltagspraktisch „Autonomie durch Unterwerfung“ (Bauman 1992, S. 240) produziert und in Körperbilder und -praktiken eingeschrieben wird und welche Relevanz im vorliegenden Material den Kategorien Geschlecht und Dis_ability dabei zukommt.

„Die Beherrschung des Selbst durch die bewusste Manipulation des Körpers im Dienste hegemonialer Normen ist [...] die eine Seite der Medaille, deren andere Seite ist die Selbstermächtigung durch die Verfügbarkeit des eigenen Körpers.“ (Villa 2008, S. 250), so die Soziologin Paula-Irene Villa Braslavsky. Dass es sich dabei um kein rein abstraktes philosophisches Problem handelt, sondern um eine Spannung, die sich auch als intrasubjektive Zerrissenheit ausdrückt, zeigt sich in folgendem Interviewabschnitt:

„Das Ding ist, ich arbeite mich halt selber son bisschen daran ab, weil irgendwie finde ich das auch geil und faszinierend, diese ganze Sache mit dem Körper [...] weil das auch irgendwie is: Wie werde ich wahrgenommen von der Gesellschaft, die ähm (3) wer bin ich, ist das wirklich meine Identität oder wie werde ich gelesen, wie werde ich behandelt? Und grade durch dieses Fitness kann man halt n Einfluss auf den Körper nehmen und gleichzeitig ist es aber was, was mich krass abstößt und anwidert, weil es halt einfach Ideale gibt, die einem vorgelebt werden und die man dann irgendwie ... ja und ich weiß jetzt nicht, ob [...] wenn ich jetzt sage: Ja ich möchte eigentlich Körperfett verlieren und drahtiger sein, is das dann was, was wo ich mich dann wirklich besser mit fühle und schöner fände und gut wär für mich? Oder isses halt so sehr, dass einfach irgendwelche gesellschaftlichen Erwartungsbilder oder so so diese Norm oder so dieses irgendwelche Sachen sich so sehr in mein Gehirn eingefressen haben, dass ich das jetzt total geil finde und das selber so reproduzieren möchte und ich find das halt ja ... super schwierig.“ (Interview Sascha)

Für Sascha ist es „super schwierig“, die Faszination und Begeisterung für die Möglichkeit der sportiven Einflussnahme auf sein Erscheinungsbild – und damit auch darauf, wie er von der Gesellschaft wahr-

¹ Beispiele finden sich vielfach, unter anderem auf: <https://www.womenshealthmag.com/uk/fitness/fat-loss/a707855/body-transformation-stories/> (24.07.2020)

genommen wird – und sein Begehren nach einem drahtigeren, schlankeren Körper in Einklang zu bringen mit seiner politischen Ablehnung hegemonialer Körper- und Schönheitsnormen. Der Wunsch nach Körperfettverlust und die Erfahrung, sich schöner und besser zu fühlen durch die Einpassung an vorherrschende Körper-Normen wird als etwas Äußerliches, ‚Eingefressenes‘ konzipiert, was dem Konzept der selbstbestimmten Verfügung über den eigenen Körper widerspricht.

Dabei sollte diese Problematik nicht als Spezifik queerer Lebensweisen gesehen werden, sondern stellt eine generelle Herausforderung moderner westlicher Lebensführung dar. Nicht nur in queer-feministischen Alternativmilieus existiert das Ideal der persönlichen Autonomie, welches eine Unabhängigkeit, ein sich-nicht-beeinflussen-Lassen von gesellschaftlichen Normen beinhaltet. In allen populären Diskursen um die Handhabung des eigenen Körpers taucht immer wieder zentral der Topos des „sich mit dem eignen Körper Wohlfühlens“ auf, nicht zuletzt in der „Ideologie von Schönheitshandeln als Wohlfühlen“ (Degele 2004, S. 91ff.). Reflexive Körpertechniken, also Praktiken, die bewusst und gezielt auf den Körper einwirken, gelten dann als legitim, wenn sie ‚für sich selbst‘ vollzogen werden. Nicht, weil andere es wollen, sondern weil man selbst es schön findet und sich wohlfühlt, wird geschminkt, rasiert, trainiert oder auch operiert, so zumindest gegenwärtige Diskurse (Villa 2008, 2017). Diese Ideologie baut auf einer starken Trennung vom Selbst und seiner Umwelt auf sowie auf einer starken Idealisierung der Unabhängigkeit dieses Selbst. Maßstab der Legitimation von Entscheidungen über die Eigenkörpergestaltung ist dann die vermeintliche Autonomie dieser Entscheidung und ihre Zielsetzung im individuellen Wohlfühlen, im ‚für sich‘, nicht ‚für andere‘. Diese Autonomie vom Urteil anderer ist aber faktisch nie gegeben und muss umso mehr permanent hergestellt werden, zum Beispiel durch Legitimationsstrategien, welche im Folgenden dargestellt werden.

Legitimatorische Lösungsstrategien

Ich möchte nun zeigen, durch welche Legitimationsstrategien die Subjekte meines Untersuchungsfeldes ihre Fitnesspraktiken als außerhalb der normativen Fitnesswelt verorten, um so für sich benannte Spannungen zwischen anti-normativer Selbstermächtigung und ermächtigender Normunterwerfung zu lösen und welche neuen Ambivalenzen dadurch entstehen.

‚Gegengeschlechtliche‘ Körperarbeit

Eine, sehr feldspezifische, Strategie ist das Einschreiben der Körperarbeit in ein Empowerment-Konzept und zur Überwindung von Geschlechterstereotypen. So betont Alma in Abgrenzung zu Frauen aus ihrem früheren Laufverein: „Ohne Liegestütze zu können? Nee so will ich auf keinen Fall sein. Also ich finde das toll und ich find das auch wichtig, dass Frauen auch Liegestütze können.“ (Interview Alma) Sie grenzt sich explizit von schwächeren Frauen ab, die für sie den Hetero-Mainstream verkörpern. Die Körperarbeit zum eigenen Muskelaufbau wird so als explizit nicht- bis anti-normativ legitimiert, weil im Widerspruch zu konventionellen Geschlechterbildern. Das ist aber im Feld an die Subjektposition als FLTI*-Person² gebunden.

² Mit der in der queeren Subkultur gebräuchlichen Abkürzung FLTI* werden Frauen, Lesben, trans*- und inter*-geschlechtliche Menschen bezeichnet. Der Asterix soll dabei auf die Vielfalt der geschlechtlichen Lebensweisen hinter diesen Begriffen verweisen. Mitunter findet sich auch die Bezeichnung FLINT*, wobei das zusätzlich N für ‚non-binary‘ oder nicht-binär steht und explizit Menschen miteinschließt, deren geschlechtliche Verortung jenseits der Pole männlich

Für cis Männer, also solchen, die als Jungen geboren wurden, gelten entsprechend andere Normen der Körperarbeit. Um den Verdacht zu entkräften, hegemonialen Männlichkeitsnormen nachzueifern, ist für cis Männer explizit wichtig, nicht allzu viel Körperkraft anzuvisieren oder gar zu demonstrieren, wie an Sams Ausführungen deutlich wird. Auf die Frage, ob er das Gefühl von Leistungsdruck im Training kenne, antwortet er: "I probably feel the opposite. That I shouldn't run too fast and that I shouldn't do as many pull ups as I could do [...]" (Interview Sam). Sam war zum Zeitpunkt der ethnografischen Erhebungen der einzige cis-geschlechtliche Mann seiner queeren Trainingsgruppe. Als in der Gruppe eine Diskussion um den Beitritt einer größeren Gruppe von cis Männern entsteht, in welcher es nicht zuletzt um eine angenommene allgemein größere Fitness von cis Männern und deren einschüchterndes Potential für andere geht, realisiert er: „Oh Shit, compared to some people in the group I can do more pull ups, I can do whatever [...] so then I was wondering if that was bad or something like that.“ (Interview Sam) Er beginnt von da an, absichtlich weniger athletisch zu performen, um nicht dem Bild des stets überlegenen cis Mannes zu entsprechen. Die Aufführung athletischer Überlegenheit eines cis-männlichen Körpers erscheint im Kontext queeren Fitnessstraining als eine Praktik, welche sehr wahrscheinlich das Wohlbefinden anderer Anwesender beeinträchtigt und daher nicht erwünscht ist. Das bestätigt auch folgende Feldbeobachtung aus der Zeit der ‚Beitrittsverhandlungen‘: Es wird in der Umkleidekabine nach dem Training gefragt, ob denn nun „diese Rugbyspieler“ kommen oder nicht. Es wird erzählt, dass Mathias da war und sich auch anmelden will, man von den anderen noch nichts weiß. Eine Person sagt: „Die sind nett ... und überhaupt nicht fit.“ Worauf eine andere antwortet: „Na dann is ja ok.“ (Beobachtung 24.02.2016)

Es zeigen sich damit geschlechtsgebundene Normen und Ideale in Bezug auf das sportliche Auftreten. Während körperliche Stärke für FLTI*-Personen als Symbol des queer-feministischen Empowerments und des Bruchs mit konventionellen Geschlechternormen gesehen wird, gilt sie für cis Männer als Reproduktion ebendieser Normen. Damit wird mit dem Ziel der Auflösung herrschender Geschlechternormen eine neue geschlechtliche Binarität mit entsprechenden Körpernormen produziert, wenn auch nicht zwischen Männern und Frauen, sondern zwischen FLTI*-Personen und cis Männern.

Ferner sind auch geschlechtliche Körperideale einem permanenten Wandel unterlegen. Angesichts populär werdender Slogans wie „Strong ist the new skinny“ ist fraglich, ob Almas anvisiertes Ideal starker Frauenkörper nicht vielleicht schon längst Teil des abgelehnten Mainstreams ist.

Spaß- vs. Disziplinsmuskeln

Eine weitere, weniger spezifisch queere, Strategie zur Lösung der Spannung zwischen Ermächtigung und Unterwerfung ist die Betonung von Spaß als ausschließlicher Motivation und die Rahmung der Ergebnisse der Körper-*Nicht*-Arbeit entsprechend als eine Art ‚Versehen‘. Deutlich wird dies an Almas Unterscheidung von Spaß- und Disziplinsmuskeln. Sie beschreibt in diesem Interviewausschnitt, wie sie eine sehr muskulöse Frau trifft und zunächst positiv beeindruckt ist, dann aber zu dem Schluss kommt: „[...] das waren aber reine Disziplinsmuskeln, so nenn ich das. Das fand ich gar nicht sexy.“ (Interview Alma) Konkreter führt sie aus: „Also ich hab deren Muskeln gesehen und dann hab ich mir vorgestellt, was man dafür tun muss und wie deren Tagesverlauf aussieht und wie deren Diätplan aussieht und da hab ich gemerkt: Nee ey also mit soner Frau ähm würd ich ähm also nicht mal n Abend verbringen. (lacht)“ (Interview Alma).

und weiblich liegt. Explizit ausgenommen sind stets cis Männer, also Menschen, die als Jungen geboren wurden und sich als Männer definieren.

Im, ihrer Meinung nach auch optisch erkennbaren, Kontrast dazu definiert sie Spaßmuskeln: „Also bei Spaßmuskeln ist immer noch ein bisschen an Fettschicht drüber auf jeden Fall [...] Und Spaßmuskeln entstehen finde ich noch mehr aus weil man Lust hat, sich zu bewegen, [...]“ (Interview Alma) Es ist also einerseits für Alma als Frau durchaus wichtig, Muskeln zu haben, um eine emanzipierte, feministische Weiblichkeit zu verkörpern. Gleichsam, darf diese Muskulosität nicht gezielt aufgebaut werden, sondern muss sich aus Spaß ergeben und darf nicht zu ‚ernst‘ aussehen. Ein Körper, der mit disziplinierten Trainings- und Ernährungsplänen assoziiert wird, erscheint abschreckend und unattraktiv. Ein „bisschen an Fettschicht“ (s.o.) steht dagegen sinnbildlich für einen lust- und spaßvollen (Sport-)Alltag.

Für Roberta Sassatelli (2010), die jahrelang Ethnografien in Fitnessstudios in Italien und Großbritannien durchgeführt hat, ist die Inszenierung und Betonung spielerischer und spaßiger Elemente in Praktiken des Fitnesports notwendig, um die ernsthafte gesellschaftliche Relevanz herunterzuspielen, die Körperformen und Praktiken zwischen Fitness und Fatness zukommt. Dass es sich bei dem hier verhandelten Spaß um eine mit Sassatelli gesprochene „serious playfulness“ (Sassatelli 2010, S. 125) handelt, die nicht umsonst an Bourdieus erste Spiele des Wettbewerbs erinnert, wird an folgendem Auszug aus einer Feldbeobachtung ersichtlich: „Beobachtungsprotokoll 02.03.16: Nach dem Training erzählt mir Alma, [...], dass sie letzte Woche Fotos von sich hat machen lassen und erschrocken festgestellt hat, was für dünne Oberarme sie habe. ‚Da is‘ ja nix dran!‘ Sie hat daraufhin in mehreren Fitnessstudios angerufen, denn sie meint, sie braucht jetzt Maximalkrafttraining.“

Es zeigt sich das ambivalente Potential eines Empowerments qua Körpergestaltung in der Gleichzeitigkeit der Verfügbarkeit des eigenen Körpers und der Beschränkung dieser Verfügbarkeit, die besonders schwer wiegt, wenn Selbstbestimmung und Selbstentfaltung auch qua Körper ein hoher Stellenwert beigemessen wird. So einfach wie Slogans à la „Riots not diets“ versprechen, ist die saubere Trennung von Spaß- und Disziplinsmuskeln am Ende nicht. Für Alma ist im Moment, indem sich nicht im gewünschten Maße Ergebnisse aus Versehen eingestellt haben, wortwörtlich Schluss mit lustig und ernsthaftere Körperarbeit gefragt.

Behinderung und Krankheit als Ent-Spannungshilfen?

Und auch für andere Teilnehmende zeigt sich, dass Bearbeitbarkeit und Verfügbarkeit des eigenen Körpers durchaus unspaßige Grenzen hat. Jannis, der mehrere chronische Krankheiten hat, die seine sportliche Leistungsfähigkeit mitunter stark einschränken, berichtet:

„Ja also ich muss ganz ehrlich sagen, dass diese Gruppe mir auch nochma gezeigt hat, wie behindert ich eigentlich bin, weil ich einfach krass an meine Grenzen gekommen bin, an meine körperlichen Grenzen. Das hat mich teilweise traurig gemacht. Und es gab auch gar keinen Raum darüber zu reden, weil das einfach, weil Behinderung und Sport einfach nochma son Thema für sich ist, [...]. Und da bin ich auch an die Grenze gekommen zu sagen, zu fordern das Training soll dann auch leichter gestaltet werden. Is n schwieriges Thema für sich.“ (Interview Jannis)

Während also an anderer Stelle die Körperarbeit in der queeren Fitnessgruppe dazu dient, Geschlechtskategorien zu überwinden, scheint sich die Kategorie der Behinderung umso mehr festzuschreiben. Der proklamierte anti-normative Anspruch des Trainings, der explizit alle Fitness-Level ohne Leistungsdruck willkommen heißen will, stößt hier in der Praxis an seine Grenzen, ohne Raum, darüber zu reden.

Das, worüber nicht geredet wird, ist die unterschiedliche Erreichbarkeit der eigenen körperbezogenen Ziele. Denn während die einen kognitiv damit zu kämpfen haben, nicht in die „Falle“ (Interview Alex) der Orientierung am Ideal-Körper zu tappen, der dabei aber grundsätzlich erreichbar erscheint, führt eine Behinderung oder chronische Krankheit mitunter zu anderen Kämpfen und (Un-)Möglichkeiten:

„Und es kann halt sein, dass ich in zwei Jahren so starke rheumatische Beschwerden habe, wie meine Schwester in dem Alter und ja, die konnte halt keine Sachen mehr greifen. Das macht mir natürlich auch Angst [...] und ja jetzt mit dem Wissen, dass mit dem Nierenproblem und mit dem Rheuma sich das wahrscheinlich verstärken wird bei mir, is das natürlich auch kein cooles Gefühl und demotiviert mich manchmal weiterzumachen.“ (Interview Jannis)

Der eigene Körper erscheint hier wesentlich weniger verfügbar als bei nicht-kranken/behinderten Teilnehmenden, ist wesentlich mehr „gnadenlose Topie“ denn „gelebter Ort der Möglichkeiten“ (s.o.).

Das muss wiederum nicht immer rein negativ gedeutet werden, sondern kann mitunter auch gerade als ermöglichend erscheinen, denn es erleichtert zumindest die Distanzierung von Leistungs- und Optimierungsgedanken – eine Distanzierung, um die im Feld von vielen Teilnehmenden gerungen wird. Entsprechende Aussagen finden sich bei Anika:

„Ich glaube, dass mein, also das Erkranktsein an Diabetes da viel dazu beigetragen hat, dass ich von bestimmten Leistungsgedanken Abstand genommen hab. [...] durch das Krankheitsmanagement und den Aufwand, den ich extra habe, ich leiste immer mehr als der gesunde Mensch, immer. Aber es wird nie anerkannt. (4) Weißte so. Und deswegen is für mich so, dass ich ähm mit solchen Leistungsansprüchen bin ich sehr kritisch und sehr vorsichtig und ich versuch für mich eher das Ziel zu stecken: Was tut mir gut? Was macht mir Spaß? Und dann mach ich die Dinge so.“ (Interview Anika)

Für Anika dient der Aufwand des Krankheitsmanagements, eine zusätzliche alltägliche Körperarbeit, zu der sie gezwungen ist, ohne dass diese Arbeit als solche anerkannt wird oder sichtbare Resultate erzielt, als Legitimation, weitere Körperarbeit von sich zu weisen. Auch Jannis führt aus, dass die „Erkenntnis niemals wahrscheinlich so gut zu werden, wie viele andere [...] wiederum mich dann runterchillt, wenn ich das Gefühl hab, die sind alle viel besser als ich. Dann denk ich mir so: Ja die sind wahrscheinlich nicht behindert.“ (Interview Jannis)

Was sich hier zeigt, ist ein ambivalentes Potential von Krankheit und Behinderung zwischen Frustration und Entlastung. Denn einerseits bedeuten Krankheit und Behinderung unbeachtete Mehrarbeit und frustrierende soziale und körperliche Grenzerfahrungen. Durchaus aber werden die chronischen Erkrankungen bei beiden als eine Unterstützung in der Arbeit am eigenen normkritischen Denken und Fühlen beschrieben. Damit sind sie auch eine Unterstützung auf dem Weg zur authentischen Verkörperung des selbstbestimmten, weil nicht von äußeren gesellschaftlichen Ansprüchen geleiteten, Körperhabens. Körperliche Einschränkungen entlasten nämlich von Erfolgs- und Leistungsansprüchen und damit in diesem Kontext auch von der Spannung zwischen diesen und einem antinormativen Selbstanspruch. Sie sind damit Be- und Entlastung zugleich.

Fazit

Das körperleibliche Subjektsein ist durchzogen von Ambivalenzen, die sich in der Körperarbeit im Kontext von Fitnesssport verdichten. Die Spannungen werden von Individuen mehr oder weniger bewusst erlebt und nötigen zur permanenten Legitimation der eigenen Praktiken im Rahmen materieller Körperlichkeit und subjektiver und kollektiver Identitäten, z.B. als queer. Diese Versuche der Entspannung und Auflösung dieser Ambivalenzen, produziert dabei wieder neue Ambivalenzen und Spannungen (vgl. Bauman 1992).

In dem hier vorliegenden empirischen Material liegen diese konkret darin, dass der eigene subkulturelle politische Anspruch der Anti-Normativität unweigerlich selbst normativ fungiert, u.a. indem er in dem Bestreben hegemonialen Geschlechternormen zu widersprechen, eigene, vermeintlich alternative, Normen bspw. muskulöser Frauenkörper produziert. Was im Feld als Symbol einer feministischen Selbstermächtigung gegenüber hegemonialen Weiblichkeitsnormen konzeptualisiert wird, ist nichtsdestotrotz ein Körperideal, welches seine gegensätzliche Verwerfung (schwache Frauen) produziert und darüber hinaus in seiner Abgrenzung von hegemonialen Weiblichkeitsbildern abhängt. Diese sind aber mitnichten so eindeutig und beschränkt, wie es in Szene-Diskursen mitunter dargestellt wird. Vielmehr zeigt ein Blick auf populäre Diskurse um Fitness, Körper und Geschlecht, dass das Bild der muskulösen Frau schon länger auf dem Weg vom ‚Monster‘ (Butler 1998) zum Mainstream-Ideal ist (Dean 2011; Haber 1996; Rose 1997; Schippert 2007). Nicht weniger normativ wird das Ganze, wenn der subkulturelle Anspruch zudem verlangt, dass dieses Ideal quasi ‚aus Versehen‘ und mit Spaß und nicht durch gezielte, disziplinierte Körperarbeit erreicht werden sollte.

Dies schließt an eine gewisse Sprachlosigkeit im Feld an gegenüber der Tatsache, dass eigene (und gesellschaftlich hegemoniale) Körperideale für manche leicht und spielerisch, für andere nur mit harter Arbeit oder gar nicht zu erreichen sind. Die unterschiedlich verteilte Beschränkung der Verfügbarkeit über den eigenen Körper erweist sich dabei allerdings in Bezug auf das Ideal der Autonomie von hegemonialen Körper-, Leistungs- und Schönheitsnormen durchaus auch als Potential. Das sollte aber nicht darüber hinwegtäuschen, dass das empirische Material gezeigt hat, dass das ‚Empowerment durch Sport‘-Konzept in der Praxis an die körperlichen Grenzen derer stößt, deren Leistungsfähigkeit und Verfügbarkeit des eigenen Körpers aus dem ‚Normalbereich‘ herausfällt.

Insgesamt können die hier untersuchten alternativen Fitnesstrainings als Versuch gewertet werden, die Ambivalenz der Körperarbeit, die sich im Konzept der Fitness verdichtet, zu lösen und die eigenen Sportpraktiken eindeutig auf die Seite der Selbstermächtigung einordnen zu können. Es zeigt sich aber, dass diese Ambivalenz auch hier nicht aufzulösen ist und sich nicht zuletzt entlang hegemonialer Konzepte von Geschlecht und Be_hinderung immer wieder neu aufspannen.

Literatur

- Alkemeyer, Thomas, und Paula-Irene Villa. 2010. Somatischer Eigensinn? Kritische Anmerkungen zu Diskurs- und Gouvernementalitätsforschung aus subjektivationstheoretischer und praxeologischer Perspektive. In *Diskursanalyse meets Gouvernementalitätsforschung. Perspektiven auf das Verhältnis von Subjekt, Sprache, Macht und Wissen*, Hrsg. Johannes Angermüller, 315–336. Frankfurt am Main: Campus-Verlag.
- Bauman, Zygmunt. 1992. *Moderne und Ambivalenz. Das Ende der Eindeutigkeit*. 1. Aufl. Hamburg: Junius.
- Butler, Judith. 1998. Athletic Genders. Hyperbolic Instance and/or the Overcoming of the Sexual Binarism. *Stanford Humanities Review* 6:103–111.
- Butler, Judith. 2013. *Psyche der Macht. Das Subjekt der Unterwerfung*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

- Butler, Judith. 2014. Körper von Gewicht. Die diskursiven Grenzen des Geschlechts. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Dean, Megan A. 2011. Visualizing Resistance: Foucauldian Ethics and the Female Body Builder. *PhaenEx – Journal of Existential and Phenomenological Theory and Culture* 6:64v89.
- Degele, Nina. 2004. *Sich schön machen. Zur Soziologie von Geschlecht und Schönheitshandeln*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Duttweiler, Stefanie. 2004. Ein völlig neuer Mensch werden. Aktuelle Körpertechnologien als Medien der Subjektivierung. In *Verkörperte Differenzen*. Reihe Kultur.Wissenschaften, Bd. 8.3, Hrsg. Karl Brunner, Daniela Hammer-Tugendhat und Andrea Griesebner, 130–146. Wien: Turia + Kant.
- Foucault, Michel. 2014. *Der utopische Körper*, Bd. 2071. 2. Aufl. Berlin: Suhrkamp.
- Gugutzer, Robert. 2007. Körperkult und Schönheitswahn - Wider den Zeitgeist. *Aus Politik und Zeitgeschichte* 3–6.
- Haber, Honi Fern. 1996. Foucault Pumped: Body Politics and the Muscled Women. In *Feminist Interpretations of Michel Foucault*. Re-reading the canon, Hrsg. Susan J. Hekman, 137–159. University Park, Pa.: Pennsylvania State University Press.
- Martschukat, Jürgen. 2019. *Das Zeitalter der Fitness. Wie der Körper zum Zeichen für Erfolg und Leistung wurde*. 1. Auflage. Frankfurt am Main: S. FISCHER.
- Meuser, Michael. 2014. Körperarbeit – Fitness, Gesundheit, Schönheit. In *Unser Alltag ist voll von Gesellschaft*, Hrsg. Alfred Bellebaum und Robert Hettlage, 65–81. Wiesbaden: Springer VS.
- Rose, Lotte. 1997. Körperästhetik im Wandel. Versportung und Entmütterlichung des Körpers in den Weiblichkeitsidealen der Risikogesellschaft. In *Ein alltägliches Spiel. Geschlechterkonstruktion in der sozialen Praxis*. Gender Studies, 1. Aufl., Hrsg. Irene Dölling und Beate Kraus. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Sassatelli, Roberta. 2010. *Fitness culture. Gyms and the commercialisation of discipline and fun*. New York: Palgrave Macmillan.
- Schippert, Claudia. 2007. Can Muscles be Queer? Reconsidering the Transgressive Hyper-built Body. *Journal of Gender Studies* 16:155–171.
- Villa, Paula-Irene. 2013. Prekäre Körper in prekären Zeiten – Ambivalenzen gegenwärtiger somatischer Technologien des Selbst. In *Inszenierung und Optimierung des Selbst*, Hrsg. Ralf Mayer, Christiane Thompson und Michael Wimmer, 57–73. Wiesbaden: Springer VS.
- Villa, Paula-Irene. 2017. Autonomie und Verwundbarkeit. Das Social Flesh der Gegenwart. In *Geschlecht im flexibilisierten Kapitalismus? Neue Ungleichheiten*. Geschlecht und Gesellschaft, Bd. 58, Hrsg. Ilse Lenz, Sabine Evertz und Saida Ressel, 65–85. Wiesbaden: Springer VS.