

Welternährung *neu denken.*

Materialien und Medien zum weltweiten Ernährungswandel

www.Welthaus.de/Bildung/Welternaehrung-neu-denken



Foto: jifree/unsplash



Wir danken für die finanzielle Förderung:



Mit freundlicher Unterstützung der



STIFTUNG UMWELT
UND ENTWICKLUNG
NORDRHEIN-WESTFALEN



Unser Material steht unter Creative Commons-Lizenzen. Vervielfältigung, Veröffentlichung und sogar Bearbeitung sind bei uns ausdrücklich gestattet. Bei Veröffentlichung müssen die von den Urhebern vorgegebenen Lizenzen eingehalten und der Urheberhinweis genannt werden.
Lizenzbedingungen: [Creative Commons CC BY SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Urheberhinweis: Welthaus Bielefeld. Website: www.welthaus.de/bildung

[UE-Nr. B-3] Wer ist schuld am Übergewicht?

Schulform

Berufskolleg

Jahrgänge

Sek. II – Berufskolleg

Fach

Religion (ev./kath.)

Zeitbedarf

2 – 3 UStd

Den Anschluss an einzelne Ausbildungsgänge der beruflichen Bildung können wir hier nicht herstellen. Der Fächerbereich Politik/GL ist in vielen Bildungsplänen dem „berufsübergreifenden Lernbereich“ zugeordnet.

Kompetenzerwartungen

Die SuS können

- ihre Bereitschaft, bei erkennbarer „Dickenfeindlichkeit“ zu intervenieren, reflektieren;
- die Wahrnehmung von Übergewicht als individuelles Versagen der Betroffenen hinterfragen;
- die Tendenz zur Schuldzuweisung auf dem Hintergrund des Handelns Jesu kritisch erörtern.

Im Bildungsplan [41502](#) und [41503](#) des Landes NRW vorgeschlagene Anforderungssituation
Anforderungssituation 6: Ethisch begründetes Handeln/AF 5 (kath.)

Erläuterungen zum Inhaltsfeld

Viele Menschen in unserer Gesellschaft haben erkennbar Übergewicht – und müssen sich oft Häme und Ablehnung gefallen lassen. Das bedeutet auch, dass neben den gesundheitlichen Risiken, die mit dem Übergewicht verbunden sind, auch noch zahlreiche psychosoziale Belastungen getragen werden müssen – von Beleidigungen bis zum Mobbing und zum Ausschluss aus der Gemeinschaft. Wir alle sind immer wieder Zeugen solcher „Dickenfeindlichkeit“ – und doch lassen wir die Betroffenen häufig im Stich, wenn es gilt, Zivilcourage zu zeigen und sich dieser Diskriminierung entgegen zu stellen. Das Eintreten für die Erniedrigten und Beleidigten gehört zu den Kernanliegen Jesu. Auch auf diesem Hintergrund macht es Sinn, dass die SuS über ihre

Bereitschaft nachdenken, diskriminierende Äußerungen oder Verhalten gegenüber Übergewichtigen nicht einfach zu ignorieren.

Es stellt sich aber auch grundsätzlich die Fragen, ob wir Übergewicht und Fettleibigkeit als individuelles Versagen ansehen, das vermeidbar wäre, würden sich die Betroffenen nur etwas mehr anstrengen und mehr Willenskraft zeigen. Auch wenn hier keineswegs alles auf „die Verhältnisse“ geschoben werden soll und eine Eigenverantwortung bleiben muss, wäre kritisch zu fragen, ob nicht die Bedingungen unserer Ernährung sich in den letzten 30 Jahren derart verändert haben, dass Fehlernährung quasi vorprogrammiert ist. Der globale Ernährungswandel, das massenhafte Angebot industriell hergestellter Lebensmittel, die Preisanreize von billigen Kalorienbomben und das kleine Zeitfenster für die meisten Mahlzeiten begünstigen diese Entwicklung hin zu Fertiggerichten, Snacks und Fastfood – und damit zum Übergewicht, von dem mittlerweile fast ein Drittel der Weltbevölkerung (in Deutschland zwei Drittel) betroffen ist. Individuelle Schuld und Versagen der Betroffenen können diese globale Entwicklung nicht wirklich erklären und bedürfen der Einordnung in die gesellschaftlichen Veränderungen des globalen Ernährungswandels.

Haben die Betroffenen nicht doch selber Schuld? Die Frage berührt weit mehr als die Suche nach Einflussfaktoren auf unsere Ernährung wie den allgemeinen Ernährungswandel, das Suchtpotential der Junkfood-Angebote oder ökonomische Zwänge der Konsumenten). Die Suche nach der Schuld ist eine zentrale Kategorie unserer Weltwahrnehmung, ermöglicht sie uns doch, uns von Unglück, Leid und Krankheit zu distanzieren, indem wir schuldhaftes Handeln bei denen feststellen, die davon betroffen sind. Gegen eine Haltung, die den Betroffenen die Schuld für ihr Unglück zuschreibt, plädiert Jesus auf „nicht schuldig“, weigert sich, Sünde und Schuld da zu unterstellen, wo Unglück geschieht und sprachlos macht. Das „niemand hat Schuld“ mutet uns zu, die Bedrohlichkeit des Leids, das jederzeit auch uns treffen kann, hinzunehmen und auf vorschnelle Schulzuweisungen, auf Sündenböcke und auf (entlastende) Verschwörungstheorien zu verzichten.

Vorschläge für den Unterricht:

- Anmache und dumme Sprüche zum Beispiel im Bus gegen Übergewichtige. „Fette Kuh braucht zwei Plätze“. Eine solche Szene wäre die **Anforderungssituation**, welche die SuS zum Handeln herausfordert. Fragen Sie die SuS, ob sie solche Situationen schon einmal erlebt haben und was daraus entstanden ist.
- Das Arbeitsblatt **B-3-1** stellt einige solcher Konfliktsituationen dar und fragt die SuS danach, wie sie reagieren würden. Das Arbeitsblatt kann ebenfalls als Einstieg genutzt werden.
- Welchen Anteil hat individuelles Versagen, welchen die Veränderung der objektiven Bedingungen unserer Ernährung? Das Arbeitsblatt **B-3-2** will dies herausfinden und fragt nach der Meinung der SuS.
- Das Video **V-3** „Dick, dicker, fettes Geld) (Erläuterungen: **V-3-M**) fokussiert auf die objektiven Faktoren der „Pandemie Übergewicht“ und kann vielleicht einige Sachverhalte „auf den Punkt bringen“.
- Der Verzicht auf Schulzuweisungen (nicht nur, wenn Menschen übergewichtig sind) ist auch eine theologische Herausforderung. Wenn wir im Sinne Jesu Leid, Unglück und Krankheit nicht als schuldhaftes Versagen und Sünde der Betroffenen deuten, bleibt die Frage der Theodizee im Raum. Wie können wir das unermessliche Leid der Welt ansehen, ohne jemandem die Schuld zu geben oder an Gott zu verzweifeln und jede Perspektive auf Heil zu verlieren? Das Arbeitsblatt **B-3-3** befasst sich explizit mit dieser Frage.



Dieses Unterrichtsmodul ist Teil unseres Projektes „Welternährung neu denken“, Bielefeld 2021. Weitere Unterrichtsmodul finden Sie auf unserer Homepage www.welthaus.de/bildung/welternaehrung-neu-denken/

Zum Projekt gehört auch ein gleichnamiges **Lernpaket** mit verschiedenen Materialien (Fotokartei, Kartenspiel) und Medien (u.a. USB-Stick mit drei Filmen und weiteren Präsentationen) zum Einsatz im Unterricht (ab Klasse 8) und in der Bildungsarbeit, kostenlos (lediglich Versandkosten) bestellbar unter shop.welthaus.de.

Übergewicht zum Thema machen?

Es ist ja durchaus schwierig bis heikel, im Unterricht über die weltweite Fehlernährung zu sprechen, weil implizit die Frage nach der eigenen „Gewichtsklasse“ und dem Umgang mit Übergewicht im Raum steht. Es dürfte in fast jeder Klasse/Kurs einige Schülerinnen oder Schüler geben, die als „dick“ wahrgenommen werden. Kann man, darf man dieses Thema ansprechen – oder riskieren wir, dass dadurch Beschämung, Abwertung oder gar Beleidigung gegenüber den übergewichtigen Mitschülerinnen und Mitschüler ausgelöst werden?

Eine einheitliche Antwort auf diese Frage kann es wohl nicht geben. Wichtig scheinen uns hier aber zwei Aspekte zu sein:

1. Übergewicht und Adipositas sind ein weltweites Phänomen. Es betrifft Hunderte von Millionen Menschen in reichen wie in ärmeren Ländern und kann schon aus diesem Grund nicht dem individuellen Versagen der einzelnen Menschen zugerechnet werden. Es macht keinen Sinn, den weltweiten Ernährungswandel und das veränderte Nahrungsangebot als Erklär-Faktoren für das wachsende Übergewicht außen vor zu lassen.
2. Warum Menschen wie viel und was essen, ist keineswegs dem freien Willen des einzelnen freigestellt. Es gibt eine Reihe von psychischen und physiologischen und vielleicht auch genetischen Faktoren, die für die Wahl bestimmter Nahrungsmittel ausschlaggebend sind. Die Nutzlosigkeit vieler Diäten deutet darauf hin, dass die meisten Menschen immer wieder in alte Ernährungsmuster zurückfallen. Hinzu kommt, dass Essen – insbesondere die Aufnahme von Zucker und von Fetten – tröstend auf die Seele einwirkt und zur psychischen Stabilisierung (insbesondere in Krisen- oder Stress-Zeiten) beiträgt.

Aus solchen (und anderen) Gründen verbietet es sich eigentlich, „dicke Mitschülerinnen oder Mitschüler“ zu hänseln oder gar zu beleidigen. Dennoch finden in unseren Schulen solche Abwertungen und auch Ausgrenzungen statt. Vielleicht ist es angeraten, die weltweite epidemische Verbreitung von Übergewicht und Adipositas als eine zentrale Folge des globalen Ernährungswandels in den Mittelpunkt des Unterrichts zu stellen und die Frage nach den individuellen Verhaltensweisen in diesem Kontext eher außen vor zu lassen. Letztendlich kann zur je nach der „wohlwollenden Vertrautheit“ in der Klasse/Kurs entschieden werden, inwieweit die eigene Ernährungsgeschichte der SuS zur Sprache kommt¹.

¹ Weiter Unterrichtsmodul (M-6, M-7, V-3), die sich mit der „Dickenfeindlichkeit“ in unserer Gesellschaft befassen, finden Sie auf unserer Website unter <https://www.welthaus.de/bildung/welternaehrung-neu-denken/>

Was machst Du?

Übergewicht ist nicht nur ein Problem für den Körper, sondern oft auch für die Seele. Die „Dickenfeindlichkeit“ ist weit verbreitet und macht vielen Betroffenen zu schaffen. Doch wie sollen wir reagieren, wenn wir Zeugen von Beleidigungen werden. Hier sind einige mögliche Szenen dargestellt. Wie würden Sie sich entscheiden? Vielleicht haben Sie dazu eigene Ideen. Es dürfen auch Antworten gegeben werden, die vielleicht nicht ganz ernst gemeint sind.

Du sitzt hinten im Bus auf der langen Rückbank. Zwei Jugendliche steigen ein und fragen Deine Sitznachbarin (eine übergewichtige Mitschülerin): Brauchst du zwei Plätze oder können wir uns auch noch hier hinsitzen? Was machst du?

- A: Ich sage meiner Mitschülerin, dass sie diese Idioten überhören soll.
- B: Ich stehe wortlos auf und lasse die beiden Platz nehmen – und hoffe, dass sie jetzt keine Sprüche mehr machen.
- C: Wenn ich stärker bin, sage ich den beiden, dass sie sich verpissen sollen.
- D: Ich ...

Im Betrieb schreit Euer Chef einen Kollegen an: Nu mach endlich voran. Hier gibt es keine Sonderregeln für Dicke. Was machst Du?

- A: Ich gehe zum Betriebsrat.
- B: Ich sage und tue nichts.
- C: Ich spreche nachher mit dem Kollegen und sage ihm, dass ich so etwas nicht gut finden.
- D: Ich ...

Du musst kellnern. Ein deutlich übergewichtiger Mann bestellt ein Schnitzel XXL, dazu Pommes mit Mayonnaise und eine große Cola. Was machst Du?

- A: Ich bringe ihm eine Cola light, sage aber nicht, dass seine Cola keine Kalorien hat.
- B: Ich frage den Gast, ob er davon wirklich satt wird?
- C: Ich sage, dass wir heute Hähnchenschnitzel im Angebot haben.
- D: Ich ...

Eine übergewichtige Mitschülerin meidet den Sportunterricht. Was machst Du?

- A: Ich petze ihr Fehlen bei der Schulleitung.
- B: Ich solidarisiere mich mit ihr und gehe ab sofort auch nicht mehr dorthin.
- C: Ich spreche mit ihr, warum sie das tut und ob es einen anderen Weg gibt, mit ihrer Scham umzugehen.
- D: Ich ...

Zum Schmunzeln:

Ein Fahrgast ärgert sich über eine leicht-übergewichtige Stewardess und fragt diese: „Ich wusste gar nicht, dass die Lufthansa jetzt auch solche fetten Kühe beschäftigt.“ Die Stewardess antwortet: „Das tut die Lufthansa erst, seitdem wir auch dumme Schweine transportieren.“

BLOG: Du bist doch selbst schuld, dass Du so fett bist!



Autorin Jana: Hi. Ich bin davon überzeugt, dass niemand so fett werden muss, dass er oder sie nicht mehr laufen kann. Wenn ich sehe, was manche Leute essen oder trinken – da wundere ich mich nicht, dass am Ende fettes Übergewicht bei rauskommt. Ich könnte auch eine ganze Tafel Schokolade auf einmal verputzen, aber ich zwingen mich, genau das nicht zu tun. Man darf sich beim Essen nicht einfach so gehen lassen.



Autor Moritz: Re1

Was du sagst, ist völlig daneben. Es stimmt einfach nicht, dass die Leute, die am meisten essen, die Dicksten sind. Ich kann essen, so viel ich will, werde aber einfach nicht dicker. Dagegen isst meine Freundin nicht mal die Hälfte von meinen Portionen, nimmt aber immer wieder zu und macht immer wieder neue Diäten, die aber nichts bringen. Da ist die Natur einfach ungerecht.



Autor Lucie: Re2

Vom weniger Essen bleibt man auch nicht schlank. Da muss schon ein bisschen Sport und Bewegung hinzukommen. Ich mache Leichtathletik, gehe zweimal in der Woche zum Training und fahre mit dem Rad zur Schule, auch im Winter. Das macht auch nicht immer nur Spaß. Und wenn ich dann Leute aus meiner Klasse sehe, die mit dem Auto kommen, obwohl sie in zehn Minuten zu Fuß an der Schule wären, denke ich mir auch, dass die besser mal den Hintern hochkriegen sollten. „Faul macht fett“, heißt es.



Autor Mesut: Re3

Ich finde, dass wir versuchen sollten, alle zu akzeptieren, egal ob sie dick oder dünn sind. Wenn die Dicken abgelehnt werden, dann werden sie unglücklich und essen dann vielleicht noch mehr. Viel besser wäre es, wenn sie einfach dazugehören und sich nicht länger die Schuld dafür geben, dass sie Übergewicht haben. In der Türkei schämen sich die meisten Frauen nicht, wenn sie etwas dicker sind.



Autorin Henrike: Re4

Wenn jemand Schuld hat, dann sind das die Unternehmen, die Pizza, Pommes oder Burger verkaufen und dazu die süßen Softdrinks. Ohne sie wären nicht zwei Drittel der deutschen Bevölkerung übergewichtig. Man müsste vor allem die Kinder davor schützen, dass sie zu viel von diesem Zeug zu sich nehmen. Fastfood ist ebenso gefährlich wie Tabak.

Fotos: Nicole Müller/Robert Babiak jun./Handy5/Agun Ibrahim/Korkey – alle auf pixelio.de

Aufgabe

Was ist Ihre Meinung? Wer ist schuld am Übergewicht? Schreiben Sie bitte einen Blogbeitrag (mindestens 50 Worte), der auf die anderen Einträge eingeht.

Muss immer jemand schuld sein?

Wer hat gesündigt?

Unterwegs sah Jesus einen Mann, der seit seiner Geburt blind war. Da fragten ihn seine Jünger: Rabbi, wer hat gesündigt? Er selbst? Oder haben seine Eltern gesündigt, so dass er blind geboren wurde? Jesus antwortete: Weder er noch seine Eltern haben gesündigt, sondern das Wirken Gottes soll an ihm offenbar werden. Joh 9, 1–3 (Einheitsübersetzung)

Die Unerklärbarkeit des Leids

Wenn jemand ein schlimmes Schicksal hat, krank wird oder wenn ein Unglück passiert, dann gibt es in uns eine Tendenz, dies erklären zu wollen. Der war ja immer so unvorsichtig; der hat ja wie ein Schlot geraucht; der hat ja jede Menge Übergewicht gehabt. Da muss man ja krank werden. Diese Erklärungen sind auch ein Versuch, sich einzureden, dass mir selbst so etwas nicht passieren kann. Ich bin ja vorsichtiger; ich rauche ja nicht mehr; ich habe ja kein erhebliches Übergewicht.

Doch die Wahrheit ist wahrscheinlich, dass auch mir schlimme Dinge passieren können oder vielleicht schon passiert sind, die ich nicht verschuldet habe. Die einfach so passieren, ohne dass ich etwas falsch gemacht habe, dass ich Unglück, Krankheit, aber auch Gewalt und Unrecht, nicht habe verhindern können.

Lange Zeit haben die Menschen gedacht, dass Krankheit, Leiden und früher Tod eine Bestrafung für begangene Sünden sind. Weil wir etwas falsch gemacht haben, bestraft uns Gott. Und weil wir immer in unserem Leben etwas finden, was wir nicht gut gemacht haben, wo wir lieblos oder egoistisch waren auf Kosten anderer, sind viele Menschen davon überzeugt gewesen, dass der Leidende „zu Recht“ leidet, als Strafe für seine Verfehlungen. Was hat er oder sie getan, dass Gott sie derart bestraft, fragen die Leute. Leiden – eine Quittung für mein bisheriges Leben (oder sogar für Verfehlungen meiner Eltern)?

Jesus weist diese Deutung in dem oben angegebenen Bibeltext zurück. Die Erblindung des Menschen, die dort erwähnt wird, ist nicht das Ergebnis seiner Verfehlungen oder der Sünden seiner Eltern. Leid geschieht. Wohlverhalten einerseits und Wohlergehen andererseits – diese Verbindung ist brüchig. Wir alle kennen wahrscheinlich Menschen, die wir als herzengut, engagiert, liebevoll bezeichnen würden, die aber dennoch mit Leid und Krankheit kämpfen müssen. Und auf der anderen Seite gibt es Gangster, die in Saus und Braus leben und denen es anscheinend an Nichts fehlt.

Die Unerklärbarkeit des Leids ist eine Zumutung – und eine Anfrage an Gott, der doch barmherzig und gerecht ist – und dazu noch allmächtig. Man kann die Feststellung treffen, dass es Gott dann eben nicht gibt – Punkt. Doch die Frage, warum es so viel Leid gibt und warum so viele Unschuldige leiden müssen, stellt sich weiter. An der Feststellung, dass Gott ganz offensichtlich das Leiden nicht verhindert, führt kein Weg vorbei. Christen können versuchen, Leid durch tätige Nächstenliebe zu lindern – und an der Hoffnung festhalten, dass dieses Leid einmal aufgehoben sein wird, dass einmal Gerechtigkeit sein wird, dass die Barmherzigen Barmherzigkeit erlangen werden. Da kommt noch was. Das Wirken Gottes – so steht es oben im Text – soll an diesen Menschen offenbar werden.

Fragen

1. Können Sie Beispiele nennen für fragwürdige Versuche, Unglück und Leid zu erklären oder Schuldige zu benennen? Was ist mit Verschwörungstheorien und mit Versuchen, alle Übel der Welt auf eine Ursache zurückzuführen?
2. Wo wären auf der anderen Seite – etwa im Themenfeld Ernährung – Verursacher von Missständen und Verantwortliche für Fehlentwicklungen zu benennen?
3. Wie kann man das Leid in der Welt zusammenbringen mit dem Glauben an einen barmherzigen Gott? Versuchen Sie bitte eine Antwort.