

AUFGIE KLART

## FITNESSWAHN

Unter Jugendlichen und Männern herrscht ein hartes Schönheitsideal. Wer hier nicht mithalten kann, fällt durch das Raster. Den Schwulen von heute reicht es schon lange nicht mehr, einfach nur schön auszusehen. Es muss zum Bild passen: ein schlanker Körper mit ausgeprägten Muskeln. Übergewichtige Figuren haben hier keinen Platz, muskulöse Waschbrettbäuche, das will der Mann von heute sehen. Ein Körperideal, das nicht einfach zu erreichen ist.

„MARKT DER EITELKEITEN“

FOTO: ISTOCKPHOTO.COM/PANORAMAFEST

Um dieses Ideal zu erreichen, ist den Mannsbildern alles recht: Stundenlanger, exzessiver Sport gehört hier zum Tagesprogramm. So wie bei dem 19 Jahre alten Andreas aus Magdeburg. Er hat kurze schwarze Haare, einen gut durchtrainierten, muskulösen Oberkörper. „Das kommt vom jahrelangen Training, und das wollen die Kerle auch sehen“, sagt Andreas. Aus einem braunen, großen Schrank holt der 19-jährige Auszubildende eine blaue Sporttasche heraus und packt sie mit Sportklamotten voll. Andreas geht seit vier Jahren jeden Tag in die Kraftkammer und formt hier seine Traumfigur, um seinen Körper dann im Sommer im Freibad

unter der warmen Sonne zu präsentieren. Darstellung oder Zurschaustellung?

„Das Zurschaustellen, die Auswahl von Kontakten. Wir können es drehen und wenden, es bleibt dabei: Körperliche Attraktivität nimmt bei der Entwicklung von Freundschafts- und Partnerschaftsbeziehungen den dritten Platz ein. Erst auf dem vierten Platz folgen die inneren Werte“, sagte Prof. Dr. Wolfgang Heckmann, Sozialpsychologe an der Fachhochschule Magdeburg. Früher wurden nur Frauen an Schönheitsidealen gemessen,

heute sind es auch Männer, die perfekt aussehen wollen. Doch viele scheitern auf dem Weg zum Schönling. Dann kommen Hungerkuren auch bei Männern – ein Tabuthema. Keine Spur von gesunder Fitness. Woher kommt dieses Schönheitsideal in unserer Gesellschaft? Heckmann: „Das hat vor allem etwas mit dem Markt zu tun, mit dem Markt der Eitelkeiten und dem Waren-Markt. Wer mit der Body Lotion den Waschbrettbauch gleich mitkaufen kann, der tut das gern. Wer nicht viel weiß und nicht viel zu bedenken hat, der fällt auch auf künstliche Bräune herein. Die Außen-Geleitetheit des Menschen ist sehr weit vorangeschritten, und die Beachtung – genauer: das Beachtet-Werden – ist zu einer eigenständigen Währung geworden.“ Doch warum empfinden wir Oberarme als attraktiv, aber übergewichtige Menschen anstößig? „Der evolutionäre Sinn der körperlichen Attraktion hat mit Zuchtauswahl, mit Paaren, Gebären und Schützen zu tun, weshalb für die Mehrheit der Männer bei Frauen die Merkmale der Gebär- und Nährfähigkeit bedeutsam sind – und für die Frauen bei den Männern die Merkmale der Schutzfähigkeit“, erzählt Heckmann weiter. Fitnesscenter boomen in Deutschland, was auch die Sportsucht fördert. In Deutschland gibt es nur Schätzungen über die Zahl der Menschen, die unter Sportsucht leiden. Heckmann: „Sport kann wie jede andere Richtung menschlichen Interesses süchtig entarten. Bei der stoffgebundenen Sucht ist die Dosis das Gift. Wie bei der Drogensucht ist die Frage nach den dahinterliegenden Motiven, nach den eigentlichen Sehnsüchten, bedeutsam. Außerdem spielt wie bei jeder Sucht das Fliehen und Suchen eine Rolle.“ •Keven Nau