

Daniel Kirchner, Nina Kuras

Sporthelden

11. / 12. Klasse: Selbstoptimierung

Der Bildungsplan 2016 für Ethik an Gymnasien fordert für die 11. und 12. Klassen in der Bildungsplaneinheit „Freiheit und Anthropologie“⁴ die Auseinandersetzung mit Aspekten philosophischer Anthropologie im Kontext von Freiheit. Die Funktionen von Erziehung, Bildung und Sozialisation sollen kritisch hinterfragt und das Selbstverständnis des Menschen in der Moderne erörtert werden: Die SuS sollen es anhand von Beispielen aus ihrer Lebenswelt beschreiben und sich damit auseinandersetzen.

Diese Kompetenzen werden in der nachgestellten Ideensammlung in den Fokus gerückt. Die grundlegende Frage lautet, inwieweit Sport und das damit verbundene Streben nach Selbstoptimierung inzwischen Teil unserer Lebenswelt und Identität geworden sind und welche Konsequenzen das mit sich bringt. Die vor allem in digitalen Medien propagierten Ideale, wie Fitness, Body-Shaping und das Streben nach Selbstverbesserung durch Sport, stellen dabei einen direkten Anknüpfungspunkt zur Lebenswelt der SuS dar. Sie kommen über soziale Medien und Massenmedien nicht nur stark mit Influencern und Werbung in Kontakt, sondern sind als Digital Natives mit vielerlei Hard- und Softwares ausgestattet: Smartwatches, automatische Fitnessstracker in Smartphones, Ernährungsapps etc.

Die Ideensammlung enthält eine Zusammenstellung aus Leitfragen für den Unterricht mit Vorschlägen für mögliche Materialien sowie deren Beschaffung und passende Aufgabenstellungen. Literarische Quellen können dabei mit Materialien aus der Lebenswelt der SuS, z. B. durch aktuelle Werbetexte/-plakate, Slogans und Werbevideos zu Sport, Selbstoptimierung und Identität kombiniert werden.

Ziel: Die SuS können analysieren, welche Rolle der Körper im gegenwärtigen gesellschaftlichen Zusammenhang spielt, und was die Medien über die Bedeutung von Sport für die eigene Identität aussagen. Dabei sollen die SuS lernen, kritisch zu hinterfragen, inwiefern sich die ständige, speziell sportliche

Selbstoptimierung in Bezug auf ihre Lebenswelt und ihre weitere Zukunft positiv oder negativ auswirken kann.

Leitfragen, Einstiege, Ideen für Erarbeitungsphasen

Mögliche Leitfragen für den Unterricht

- Gehört sportliche Selbstoptimierung zur Identität der Menschen des 21. Jahrhunderts?
- Fitnesswahn im 21. Jahrhundert: konsumistischer Zwang oder Weg zur Glücksoptimierung?
- *It's not Fitness. It's Life – Bodyshaming vs Bodyshaping*
- Gesunder Geist in gesundem Körper – Gewichte oder Bücher stemmen?
- Fitness als Lifestyle – Freizeit, zweites Wohnzimmer oder sogar *'This is Me'*?
- Lebensziel ‚Fit und schön sein‘ – und dann? Was ist mit gesellschaftlicher und politischer Teilhabe, beruflicher Karriere, Familie und Absicherung für das Alter?
- Zwischen 120 kg Muskeln 10 Gramm Gehirn gefunden – wohnte ignoranter, egoistischer Kleingeist 25 Jahre lang in Spektralkörper?

Mögliche Einstiege für den Unterricht

Beispiele aus den sozialen Medien: Plakate, Slogans, Videos oder Bilder aus Materialsammlung

Mögliche Aufgabenstellungen

- Beschreiben Sie das entsprechende [Plakat, Slogan, Werbetext, Video] und benennen Sie auffällige Stilmittel.
- Charakterisieren Sie die wahrscheinliche Zielgruppe des [Plakats, Slogans, Werbetextes, Videos]. Wer soll davon angesprochen werden?

- Arbeiten Sie die Grundaussage des [Plakats, Slogans, Werbetexts, Videos] heraus. Was ist die zentrale ‚Message‘?
- Erläutern Sie, welche Ziele als anzustrebend dargestellt werden.
- Diskutieren Sie abschließend, welche Bedeutung die zentralen Aspekte des [Plakats, Slogans, Werbetextes, Videos] für Ihr eigenes Leben/Ihre Identität haben oder haben könnten.
- Erörtern Sie auch, wie das [Plakat, Slogan, Werbetext, Video] Sport oder die eigene Selbstoptimierung grundsätzlich darstellt.
- Nehmen Sie abschließend Stellung dazu, inwiefern eine solche Selbstoptimierung durch Sport positive Beiträge zu Ihrer Identität, Ihrer Lebensplanung oder beruflichen Karriere hat oder haben könnte. Kann sie sich auch negativ auswirken?

Ideen für Erarbeitungsphasen

Textarbeit: entweder über philosophische und/oder soziologische Textquellen oder über aktuelle Positionen und Stellungnahmen (Werbeslogans, pointierte Statements, etc.) zum Thema *Selbstoptimierung* in das Thema einführen

Theoretische Grundlagen bzw. Aufstellen kontroverser Thesen auf Basis von Texten, z. B. der Frankfurter Schule und von Adorno, und interaktive Sichtstrukturen wären denkbar, auch Gruppenarbeit, Gruppenpuzzles, Partnerarbeit oder Positionslinien:

- Zwang zur Selbstoptimierung, Freizeit als Verlängerung der Arbeit
- Sport früher als Freizeit (Muße) vs. Berufsbild Sportler/Sportlerin (in Hinsicht auf Leistungsdruck)

Erhebungen / Umfragen in der Klasse

- Wer macht Sport und warum? Was? Wie oft und wie lange? Kommt dafür etwas Anderes zu kurz?
- Erfahrungen mit Bodyshaming
- Vergleich Tagesablauf Profisportlerinnen und Profisportler, Models, Schauspielerinnen und Schauspieler mit ‚normalen‘ Menschen wie SuS, Berufstätigen, Eltern, sozial Engagierten
- Kann man überhaupt dauerhaft die eigene Fitness priorisieren oder bedeutet eine Entscheidung dafür immer auch eine Entscheidung gegen alles andere?

Philosophische und soziologische Ansätze

Als philosophische / soziologische Quellen können z. B. Themen dienen wie:

- die Verbindung zwischen Kapitalismus und (sportlicher) Selbstoptimierung (Horkheimer und Adorno: M6, und Rosa: M6d)
- der Unterschied zwischen „Leib“ und „Körper“ und die damit einhergehenden Konsequenzen für unseren Umgang mit uns selbst (Horkheimer und Adorno: M6b)
- der Körper als Projektionsfläche zur Selbstdarstellung (Rosa: M6c)
- die Verdinglichung des Körpers (Rosa: M6c und M6d)
- der Körper als Kommunikationsmittel und Ressource / Kapital (Rosa: M6d u. a.)

Kulturindustrie: Aufklärung als Massenbetrug (M6a Horkheimer/Adorno, S. 145)

Inhaltliche Punkte: Freizeit als Verlängerung der Arbeit im Spätkapitalismus: Zwang zur ständigen Produktion und Verbesserung, der in der Arbeitswelt aufgebaut wird, wird nun auch in die Freizeit (sportliche Betätigung) übertragen – damit geht die Freude an der Freizeit verloren

Aufgaben

- Vergleichen Sie, welche Parallelen zwischen Arbeit und Freizeit gezogen werden.
- Problematisieren Sie, inwiefern dies an Kapitalismus oder kapitalistische Logik erinnert.
- Erörtern Sie mögliche Auswirkungen davon auf unseren Alltag.

Interesse am Körper (M6b Horkheimer/Adorno, S. 247–250)

Inhaltliche Punkte: Verdinglichung des Körpers: Indem wir den Körper wie eine Ressource oder als Rohmaterial benutzen, entfremden wir uns von ihm; unterschiedliche Konnotation von Leib (lebendig) und Körper (tot), damit einhergehende Entfremdung vom eigenen Körper und Mechanisierung/Wunsch zur Verbesserung des Körpers; Wandel von Spaziergang in Bewegung und Speise in Kalorien: alltägliche Prozesse werden zu chemischen/mechanischen Gleichungen

Aufgaben

- Erläutern Sie anhand des Textes den Unterschied zwischen den Begriffen „Leib“ und „Körper“ in dem Sinne, wie der Autor sie verwendet.
- Beschreiben Sie das Konzept „Verdinglichung“.

ung des Körpers“ und wägen Sie ab, welche Konsequenzen es für Ihr Leben und Ihre Identität haben kann.

Inskription und Expression: der verweltlichte Körper als gestaltetes Selbst (M6c Rosa, S. 146–148)

Inhaltliche Punkte: Körper als Ausgangspunkt für Selbst und Welt, der zur Kommunikation nach außen genutzt wird, aber auch von der äußeren Welt geprägt wird; Selbstdarstellung über den Körper / Körper als Gestaltungsfläche; Verdinglichung des Körpers und willentliche Kontrolle des Körpers (zum Beispiel durch Sport); Selbst-Körper-Verhältnis

Aufgaben

- Erklären Sie die Begriffe „Selbst“, „Körper“ und „Welt“ im Sinne des Textes.
- Erläutern Sie, in welchem Zusammenhang die Begriffe zueinanderstehen.
- Stellen Sie dar, was dies über den Körper aussagt.
- Nehmen Sie Stellung zum Konzept „Verdinglichung des Körpers“: Wie verdinglicht man seinen Körper und wie kontrolliert man ihn? Was bedeutet das für unsere Selbstwahrnehmung und unsere Identität?

Von außen zurichten oder von innen gefügig machen: der Körper als Ressource, Instrument und Gestaltungsobjekt (M6d Rosa, S. 165–175)

Inhaltliche Punkte: Körper als Instrument, Ressource und Gestaltungsobjekt; Wert des Körpers als einsetzbares Kapital, das man verbessern, steigern, attraktiver und leistungsfähiger machen kann; verminderte Nutzung des Körpers als Instrument / Werkzeug durch die vorhandene Technik im Alltag; Steigerungslogik der modernen Gesellschaft mit Blick auf stetiges Wachstum; Zurichtung / Anpassung / Verbesserung des Körpers durch äußere Mittel oder innere Disziplin, Körper wird zum „Welt Ding“, vgl. ‚Tunen‘ eines Autos

Aufgaben

- Beschreiben Sie, wie sich unser Verhältnis zu unserem Körper mit der Zeit verändert hat.
- Legen Sie dar, welche Rolle Technik und Technologie dabei gespielt haben.
- Benennen Sie die Auswirkungen der Steigerungslogik der Gesellschaft auf unseren Körper.
- Erklären Sie die beiden Herangehensweisen

zur Verbesserung des Körpers und wie der Körper zu einem „Welt Ding“ wird.

- Setzen Sie sich mit der These auseinander, dass der Körper sich mit einem Auto vergleichen lässt. Was bedeutet das für unsere Selbstwahrnehmung und unsere Identität?

Kombination mit visuellen und populären Medien

- Diskutieren Sie, inwieweit das [Plakat, Slogan, Werbetext, Video] ...
... als eine Umsetzung von Horkheimers/ Adornos Aussage zur „Verlängerung der Arbeit unter dem Spätkapitalismus“ (M6a) interpretiert werden kann.
... Horkheimer/Adornos Gegenüberstellung von „Leib“ und „Körper“ darstellt bzw. widerlegt (M6b).
... Rosas Überlegungen zum Körper als Fläche zur Selbstdarstellung / zur Verdinglichung des Körpers entspricht (M6c).
... Rosas Aussagen zum Körper als steigerungsfähiges Kapital / zur Verbesserung des Körpers im Vergleich zu einem Auto darstellt (M6d).
... Rosas Aussagen zur Steigerungslogik der modernen Gesellschaft veranschaulicht (M6d).

¹ Bildungsplan Baden-Württemberg, <https://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GYM/ETH/IK/11-12-BF/01/02> [21. Januar 2023]

Literatur

Horkheimer, Max und Theodor W. Adorno. *Dialektik der Aufklärung. Philosophische Fragmente*. Frankfurt am Main: S. Fischer, 2022 [1947].

Ministerium für Kultur, Jugend und Sport Baden-Württemberg. „Sekundarstufe I Ethik. Standards für inhaltsbezogenen Kompetenzen – 3.3.1.2 Freiheit und Anthropologie.“ *Bildungspläne Baden-Württemberg*. Juni 2020. <<https://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GYM/ETH/IK/11-12-BF/01/02>> [21. Januar 2023].

Rosa, Hartmut. *Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung*. 5. Auflage, Berlin: Suhrkamp, 2015.