

Justus-Liebig-Universität

Sommersemester 2016

Fachbereich 03 – Gesellschaftswissenschaften

im Studiengang

Gesellschaft und Kulturen der Moderne, Master of Arts (2. Semester)

Seminar:

Soziologische Aspekte der Diäten

Dozent: Prof. Dr. Herbert M Willems

Referat:

Erschaffung der Identität durch die Diät

geschrieben von:

Nourzaman Riaz

Matrikelnummer: 7032587

Höhlerstr. 25 / 35423 Lich

Tel.: 0152 342 605 74

E-Mail: Nourzama.Riazi@sowi.uni-giessen.de

Abgabe der Verschriftlichung der Referat: 07.06.2016

Inhalt

Einleitung:.....	2
Diät:	3
Identität:.....	4
Wie die Identität entsteht	5
Medien und Identität	6
Diät, Medien und kollektive Identität	7
Literatur:.....	9
Schriftliche Erklärung	10

Einleitung:

Wer bin ich? Das ist eine Frage, die die Menschen sich häufig stellen. Um diese Frage zu beantworten, versucht man, verschiedene Aktivitäten auszuüben, mit den Mitmenschen zu kontaktieren und zu kommunizieren, sich mit dem Wissen zu beschäftigen und zu Lernen, an den Gruppen und Verbänden teilzunehmen usw.

Reinhold definiert dieses Gesamt der Antworten auf diese Frage als „Identität“ (vgl. Reinhold, 1997, S. 276). Erikson meinte: „Je mehr man über diesen Gegenstand (Identität) schreibt, desto mehr wird das Wort zu einem Ausdruck für etwas, das ebenso unergründlich wie allgemein gegenwärtig ist. Man kann ihn nur untersuchen, indem man eine Unentbehrlichkeit in verschiedenen Zusammenhängen feststellt“ (Erikson 1970, S. 7). (Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik).

In diesem Referat versuche ich, einen soziologischen Aspekt der Diäten im Zusammenhang mit dem Gruppenzugehörigkeitsgefühl und der Erschaffung von Identität zu beschreiben, und ich behaupte, dass die Diät neben ihrer gesundheitlichen und individuellen Funktion auch für die Entstehung eines gesellschaftlichen Gefühls, nämlich Gruppenzugehörigkeit, verantwortlich sein kann.

Ich erkläre dabei die Bedeutung und Definition sowohl von Diät als auch von der Identität, und darüber hinaus betrachte ich die Rolle der Medien im Zusammenhang mit der Klassifizierung der gesellschaftlichen Identität Ihrer Leser durch Herstellung einer Kultur von Ernährung.

Diät:

Diät leitet sich vom griechischen "Díaita" ab, ein Begriff, der zur ursprünglichen Bedeutung etwas wie "Ordnung" ausdrückt. "Díaita" bedeutete eine Lebensordnung, die die Gesundheit des Geistes und des Körpers zu erhalten sucht, und war ein Modell für eine vernünftige und naturgemäße Lebensweise. Der heutige Begriff Diät bezieht sich in der Ernährungswissenschaft auf eine Ernährungsweise, die bei bestimmten Krankheiten und/ oder bei Übergewicht erforderlich ist.

Der griechische Arzt Hippokrates (400 v.Chr.) entwickelte in seiner medizinischen Schule eine umfassende Gesundheitslehre, die er als "Díaita" bezeichnete. Im Heute Tage steht der Begriff Diät fast ausschließlich für eine Ernährungsform mit dem Ziel einer Gewichtsabnahme.

Im Gegensatz zum heutigen Sprachgebrauch ist Diät bei Hippokrates nicht als eine bestimmte Kostform zu verstehen, sondern als díaita (Krug 1985). In der griechischen Antike wird der Begriff díaita vor allem dazu verwendet, um die Lebensweisen und Sitten, besonders die Ernährung fremder Völker, zu beschreiben. Díaita ist für sie die allumfassende Art zu leben. Eine Veränderung der díaita geht immer mit einer Veränderung des Charakters einher (Wöhrle 1990), (Endres 2012. S, 12).

Letztlich gilt es, das Wohlbefinden von Psyche und Körper zu erhalten, d.h. die Elemente ins Gleichgewicht zu bringen. Trotz der Vorstellung von der Erhaltung der Materie, die einen in sich geschlossenen Kreislauf voraussetzt, wurde der Nahrung, welche ja von außen zugeführt wird, als aufbauender Stoff hierbei große Bedeutung beigemessen. Von den vier Büchern der Diät widmet Hippokrates deshalb das zweite Buch den Nahrungsmitteln, weiterhin auch körperlichen Aktivitäten wie Sport, Bad, Ruhe oder Schlaf (Krug 1985), (Endres 2012. S, 13).

Identität:

Identität wird als Wahrnehmung der relativen Einheitlichkeit der Einstellungen, Gefühle und des Verhaltens trotz wechselnder Umweltbedingungen und des Fortschreitens der Zeit beschrieben (vgl. Brunner & Zeltner, 1980, S. 100). „Sie bezeichnet die völlige Übereinstimmung eines Individuums oder einer Sache mit sich selbst. In Bezug auf die Identität des Menschen spricht die Psychologie von einem dynamischen Selbstkonzept, das lebenslang in Entwicklung begriffen ist, im Wechselspiel mit dem sozialen Umfeld kontinuierlicher Veränderungen und in Form von Identitätskrisen“ (Köck & Ott, 1997, S. 312).

Identität ist eine Erklärung der Frage, wer man selbst oder wer jemand anders ist. Sie ist ein Akt sozialer Konstruktion: Die eigene Person oder eine andere wird in einem Bedeutungsnetz erfasst. Die Frage nach der Identität hat eine universelle und eine kulturell-spezifische Dimensionierung. Es geht immer um die Herstellung einer Passung zwischen dem subjektiven "Innen" und dem gesellschaftlichen "Außen", also um die Produktion einer individuellen sozialen Verortung.

Die Notwendigkeit zur individuellen Identitätskonstruktion verweist auf das menschliche Grundbedürfnis nach Anerkennung und Zugehörigkeit. Aus soziologischer Sicht hat Anthony Giddens (1991, S. 74 ff.) zusammengefasst, was Selbst- oder Identitätskonstruktion heute kennzeichnet: 1) Das Selbst wird zum reflexiven Projekt: "Wir sind nicht was wir sind, sondern was wir aus uns machen". 2) Das Selbst bildet eine entwicklungsmäßige Verlaufskurve. Im Entwicklungsgeschehen zwischen Kindheit und Zukunft wird deren innere Kohärenz durch die jeweilige Lebensspanne erzeugt. 3) Die Reflexivität des Selbst ist kontinuierlich und alles durchdringend: "Was geschieht gerade mit mir? Was denke ich? Was tue ich? Was fühle ich?" 4) Identität entsteht in einem narrativen Prozess: "Ich erzähle mich selbst". 5) Selbstverwirklichung bedeutet die Schaffung persönlicher Zeitzonen, die bewusst gegen die äußere Zeit gesetzt werden. 6) Die Selbstreflexivität bezieht den Körper ein. 7) Selbstverwirklichung wird im Spannungsfeld von Chancen und Risiken verstanden. 8) Authentizität wird zum

Leitfaden der Selbstverwirklichung. 9) Identität vollzieht sich in "Übergängen", die ohne gesellschaftliche Stützrituale gelebt und gestaltet werden. 10) Die Verlaufskurve der Identitätsentwicklung ist unheilbar selbstreferentiell: Ich muss meine Lebenserzählung in sich stimmig präsentieren.

Wie die Identität entsteht

Die Selbstkategorisierungstheorie (Turner et al., 1987) und die Theorie der sozialen Identität (Tajfel & Turner, 1986) beschäftigen sich mit der Entstehung der sozialen Identität. Erklärung der kognitiven Voraussetzung und Mechanismen von besonderen Verhaltensweisen der Menschen ist das Ziel dieser Theorie. In dieser Theorie wird zwischen individueller und kollektiver Identität unterschieden.

Die individuelle Identität wird als Selbstkonzept verstanden, das nur die Person selbst, keine anderen, umfasst. Das Erleben und Verhalten der individuell identifizierten Person resultiert aus der Sicht auf sich selbst als einzigartiges Individuum, das sich von anderen Personen und innerhalb einer Gruppe unterscheidet. Die kollektive Identität wird demgegenüber als ein Selbstkonzept aufgefasst, das andere Personen mit einschließt. Das Erleben und Verhalten der kollektiv identifizierten Person wird durch Gemeinsamkeiten mit den Personen der relevanten Gruppe (intragruppale Ähnlichkeit) und durch Unterschiede im Vergleich zu anderen Gruppen (intergruppale Unterschiede) bestimmt (Dähne 2007. S, 8).

Die kollektive Identität vermittelt folgende Eigenschaften:

- Ein Zusammengehörigkeitsgefühl mit den Mitgliedern der Eigengruppe.
- Das Selbstkonzept als Mitglied einer Gruppe, das auch das Verstehen vermittelt, zu welchen Personen bzw. Gruppen die betroffene Person nicht gehört. Das Gefühl von Respekt vor den Eigengruppenmitgliedern.
- Das Verstehen und Interpretieren der Welt als Mitglied einer Gruppe
- Entstehung des Gefühls, gemeinsam mit den Eigengruppenmitgliedern etwas bewirken zu können.

Personen können mehrere kollektive Identitäten durch Mitgliedschaft verschiedener Gruppen wahrnehmen.

Die Identität kann darüber hinaus auch zum Ziel des Handelns werden. Eine Person verhält sich demnach in einer bestimmten Art und Weise, weil sie das Ziel hat, mit diesem Verhalten eine angestrebte Identität zu erreichen. (Dähne 2007)

Medien und Identität

„Im Rahmen kollektiver Orientierungen und sozialer Prozesse spielen Medien eine wesentliche Rolle bei der Konstitution jugendkultureller Szenen (vgl. Vogelgesang 1991; Winter 1993); sie markieren Zugehörigkeit zu einer Peer-Group, sie visualisieren Lebensstile und sind dabei auch Mittel zur Distinktion (vgl. Baacke 1983). Schließlich tragen Medien zur Reflexivität bei, indem sie vielfältige Informationen, Lebensstile und Lebensgeschichten vermitteln und den Jugendlichen auf diese Weise neue Lebenserfahrungen und -perspektiven ermöglichen. Reflexivität in Bezug auf Medien bedeutet nicht nur, etwas ›für sich‹ auswählen, sondern auch mit Informationen über sich selbst versorgt werden. Dadurch wird das ›Selbst-Bewusstsein‹ neu geformt (Barthelmes & Sander 2001, S. 28).“ (Wegener, C. 2008. S, 37)

„Sozialisation kann „als der Prozess der Entstehung und Entwicklung der Persönlichkeit in wechselseitiger Abhängigkeit von der gesellschaftlich vermittelten sozialen und materiellen Umwelt“ verstanden werden (Hurrelmann, 2002: 11). Das Streben nach einer eigenen Identität, einem „situationsübergreifende[n], unverwechselbare[n], eigenständige[n]“ Selbst (Krotz 2004: 35), ist ein entscheidender Aspekt in der Sozialisation eines Individuums, also in seiner Prägung durch die soziale und dingliche Umwelt.“ (Mikos 2010. S, 201).

Die Medien bieten Lernfelder zum Erwerb von Wissen und Können. Medienangebote, welche dem Entwicklungsstand und den Entwicklungsaufgaben der Heranwachsenden entsprechen, fördern die Entfaltung kognitiver, emotionaler und motivationaler Fähigkeiten. Die Identifikation mit Medienfiguren und -geschichten

ermöglicht ein mentales Probehandeln in der Übernahme gesellschaftlicher Rollen und in der Ausgestaltung und Inszenierung der Identität (Mikos 2010. S 125).

„Die Gesellschaft setzt den äußersten Rahmen für die Mediensozialisation. Im Kern der Mediensozialisation steht die Identität. Eine erarbeitete Identität (Marcia 1966) ist aber die Voraussetzung dazu, dass das Individuum gesellschaftlich handlungsfähig wird und damit die Gesellschaft auch wieder weiterzuentwickeln vermag“ (Mikos 2010. S 127).

Diät, Medien und kollektive Identität

Dass eine kollektive Identität verschiedene Gefühle der Menschen befriedigen kann, ist bereits erklärt worden. Darüber hinaus kann eine Mitgliedschaft in einer Gruppe eine kollektive Identität entstehen lassen, die das notwendige Zusammengehörigkeitsgefühl, welches eine große Rolle bei der Sozialisation spielt, herstellt.

Diät und gesundes Ernähren wird immer mehr durch die Medien thematisiert. Es wird versucht, bestimmte Diätgruppierungen unter speziellen Namen und Charakterisierungen zu gründen. Durch häufige wissenschaftliche Entdeckungen werden unterschiedliche Methoden für Diäten vorgestellt. Diese Methoden produzieren jeweils eigene Identitäten. In einem Fall wird auf die Nützlichkeit vom Wasserkonsum hingewiesen, in einem anderen wird die Wichtigkeit von fettarmen Nahrungsmitteln betont. Zum einen hält man das Fleisch für den Verursacher aller Krankheiten, weshalb man sich vegetarisch ernähren sollte, zum anderen wird die Proteindiät als einzige Lösung für Gewichtsabnahme angesehen. Die Nutzung dieser Bekanntmachungen werden nicht nur das Selbstkonzept und die individuelle Identität beanspruchen und die Selbstsorge der Menschen aufweisen sondern auch die kollektive Identität bzw. das Zusammengehörigkeitsgefühl.

Der Verzehr von einigen speziellen Nahrungsmitteln, ein Besuch ganz bestimmter Restaurants, der Einkauf in besonders ausgewählten Geschäften, die Lektüre von speziellen Zeitschriften und Büchern, die Bevorzugung bestimmter Fernsehsendungen

und die Pflege von speziellen Kontakten, die durch verschiedene Diätmethoden bekannt gegeben worden sind, gelten als gesundheitliches Ziel und gleichzeitig als Nebenziel der Diäten. Die Menschen verfolgen dieses Nebenziel vielleicht unbewusst, aber ihre Festlegungen auf ganz bestimmte Spezialisierungen und damit ihr gleiches Verhalten produzieren etwas, was man in allen Gruppierungen erkennen kann, nämlich eine „Identität“.

Literatur:

Endres, E. M. (2012). Genussrevolte: Von der Diät zu einer neuen Esskultur. Springer-Verlag.

Dähne, D. (2007). Sozio-politische Partizipation: Kollektive Identität als Ziel (Doctoral dissertation, Christian-Albrechts Universität Kiel).

Giddens, A. (1991). Modernity and self-identity. Cambridge: Polity.

Hoffmann, D., & Mikos, L. (2010). Mediensozialisationstheorien. VS Verlag für Sozialwissenschaften/GWV Fachverlage GmbH, Wiesbaden.

Lexikon online, Online-Enzyklopädie für Psychologie und Pädagogik. URL: <http://lexikon.stangl.eu/522/identitaet>; Abrufdatum: 26.05.2016.

Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. In S. Worchel, & W. G. Austin (Eds.), Psychology of intergroup relations. Chicago: Nelson-Hall.

Turner, J. C., Hogg, M. A., Oakes, P. J. Reicher, S. D., & Wetherell, M. S. (1987). Rediscovering the social group: A self-categorization theory. Oxford, England: Basil Blackwell.

Wegener, C. (2008). Medien, Aneignung und Identität.,,. Stars "im Alltag jugendlicher Fans. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.

Fachbereich Sozial- u. Kulturwissenschaften
Institut für Soziologie
Karl-Glöckner-Str. 21 E
D – 35394 Gießen

Schriftliche Erklärung

Hiermit erkläre ich,

Name: Riazi

Vorname: Nourzaman

Geb. am: 12. Juli. 1972

Matrikelnummer: 7032587

gegenüber dem Institut für Soziologie der Justus-Liebig-Universität Gießen, dass
die vorliegende an diese Erklärung angefügte Referat mit dem Thema:

Erschaffung der Identität durch die Diät

Titel der Lehrveranstaltung:

Soziologische Aspekte der Diäten

im Semester / in der Veranstaltung:

Sommersemester 2016

selbständig und ausschließlich unter Zuhilfenahme der im Quellen- und
Literaturverzeichnis genannten Werke angefertigt wurde.

Lich, den 07.06.2016

Ort und Datum

Eigenhändige Unterschrift