

# Hauptsache gesund!

## Zur Medikalisierung des Essens in pädagogischen Einrichtungen

*Wenn heute über Essen in der Sozialen Arbeit nachgedacht wird, erweist sich die „gesunde Ernährung“ als prominente, kaum hintergehbare Leitfigur. Vor diesem Hintergrund bemüht man sich, KlientInnen dazu zu bewegen, Obst, Gemüse, Ballaststoffe und Selbstzubereitetes statt Zucker, Fett und Fast Food zu sich zu nehmen und Prinzipien der Mäßigung und Kontrolle beim Essen durchzusetzen. Doch welche Paradoxien verstecken sich in diesen Verhaltensprogrammierungen?*



**Lotte Rose** \*1958

Diplom-Pädagogin,  
Dr. phil., Professorin  
an der Fachhochschule  
Frankfurt am Main,  
Fachbereich Soziale  
Arbeit und Gesundheit.  
rose@  
fb4.fh-frankfurt.de

Im Seminar wird die Übungsaufgabe bearbeitet, eine fiktive Schulkantine so zu gestalten, dass das Mittagessen ein schulkulturell bereicherndes Ereignis wird. Eine Arbeitsgruppe will den Raum mit Aufklärungsmaterialien ästhetisch schmücken: Man könnte z.B. ein Poster mit der „Ernährungspyramide“<sup>1</sup> aufhängen oder attraktive Bilder von Obst und Gemüse. Diese visuellen Eindrücke würden sich auf diese Weise dann als Leitlinie für das eigene Essen gut einprägen. Der Vorschlag findet im Seminar viel Zustimmung.

### Gewandeltes Ernährungsbild

Vergleicht man diese Überlegungen mit denen von Bruno Bettelheim (1975), die er vor einigen Jahrzehnten zur Patientenverpflegung in seiner psychiatrischen Klinik angestellt hat, so fällt ein radikaler Perspektivenwechsel auf. Bettelheim beschäftigte sich damals damit, wie man in einen großen Speisesaal eine würdige und heilsame Atmosphäre bringt – warum eine Tischdecke und gutes Porzellan statt Plastik- und Klinikgeschirr auf den Tisch sollen, welche Tischformen für die Kommunikation bei der Mahlzeit günstig

sind, warum das Personal gemeinsam mit den Patienten essen sollte, wie das Essen im Speisesaal am besten ausgegeben wird, warum alle Patienten seiner Klinik auch zwischen den Mahlzeiten jederzeit Zugang zu Nahrungsmitteln haben müssen und wie die Patienten partizipativ eingebunden werden können. Dies alles blieb bei den studentischen Überlegungen außen vor. Stattdessen konzentrierten sie sich darauf, wie das Leitkonzept der gesunden Ernährung bei den Essenden zu verankern ist. Dies war wiederum für Bettelheim überhaupt kein Thema.

In diesen Kontrasten spiegeln sich historische Verschiebungen zum Essensdiskurs wider. Die Seminargeschichte wäre dann zu lesen als Ausdruck der zeitgenössischen Medikalisierung des Essens, in deren Folge die fachliche Aufmerksamkeit sich weniger auf „den Geist, in dem man bei Tisch empfangen wird“ (BETTELHEIM 1975; S. 69), sondern primär auf die Ausrichtung der Individuen an einem naturwissenschaftlich-medizinischen Ernährungskodex konzentriert. Psychosoziale Dimensionen der Nahrungsversorgung, Nahrungsaufnahme und der Tischgemeinschaft, wie sie noch Bettelheim umtrieben, verlieren infolgedessen an Bedeutung.

### Apfel statt Pudding

In einem Heim für Jugendliche mit seelischen und geistigen Behinderungen: Es

gibt nachmittags Pudding für alle, außer für Yvonne, die einen Apfel bekommt, weil sie, so die berichtende Sozialarbeiterin im Anerkennungsjahr, wegen ihres erhöhten Körpergewichts Diät halten muss. Yvonne verlangt auch Pudding für sich und nimmt sich einen Löffel voll aus dem Schälchen einer Mitbewohnerin. Sie wird von der Sozialarbeiterin zur Ordnung gerufen. Der Löffel wird ihr weggenommen, sie wird auf ihren Apfel verwiesen und an die notwendige Diät erinnert. Yvonne furzt darauf hin provokativ. Die Sozialarbeiterin sagt zu ihr: „Geh ins Bad, wenn du mal musst“. Als Yvonne dies nicht tut, schiebt die Sozialarbeiterin sie ins Bad. Nach dem Essen wird Yvonne von der Sozialarbeiterin in ein anderes Gebäude zum Unterricht gebracht. Auf dem Weg dorthin boxt das Mädchen ihr heftig an den Kopf. Vor weiteren Schlägen kann sich die Sozialarbeiterin dann schützen (vgl. SCHMAUCH 2009, S. 78F).

Als diese Geschichte in der Praxisreflexionsgruppe an der Hochschule diskutiert wird, werden Grenzverletzungen sichtbar. Auch der verweigerte Pudding spielt hierbei eine Rolle. Was zunächst gut gemeint und medizinisch richtig erscheint, nämlich das kalorienarme Apfelangebot an das korpulente Mädchen statt des kalorienreichen Puddings, erweist sich bei näherem Blick als der Beginn einer Kette von Übergriffigkeiten, gegen die das Mädchen sich versucht zu behaupten. Der verweigerte Pudding transportiert bei genauerem Blick eine autoritäre Entmündigung, diskriminiert Yvonne aufgrund ihres erhöhten Körpergewichts, markiert sie in der Gruppe des Essenden als abweichend und verlangt ihr einen schmerzhaften Lustverzicht ab, während sie umgeben ist von Menschen, die ihren Pudding ungehindert genießen dürfen. Was dem Mädchen angetan wird, ist jedoch erfolgreich verschleiert durch die Problemtraktate

**Stichworte** Gesunde Ernährung, Disziplinierung, Standardisierung, Entpolitisierung, Lusttabuisierung.

**Nutzen / Das Wichtigste in Kürze** Wenn heute über Essen in der Sozialen Arbeit nachgedacht wird, erweist sich die „gesunde Ernährung“ als prominente, kaum hintergehbare Leitfigur für Denken und Praxis. Bei kritischem Blick zeigen sich jedoch hinter dieser Einvernehmlichkeit zahlreiche Fragwürdigkeiten, zu denen in Disziplin und Profession erst noch eine Debatte zu eröffnen und zu führen ist.

zum Übergewicht. Sie sorgen dafür, dass Yvones kränkende Frustration völlig legitim erscheint: Einem schwergewichtigen Menschen muss man dies zumuten, alles andere wäre unverantwortlich. So kommt aus der Seminargruppe denn auch die Idee, dass man Yvonne doch ersatzweise Diät-Pudding hätte anbieten können (SCHMAUCH 2009, S. 79). Es fällt offenbar schwer, das hermetisch geschlossene Denkgebäude der Übergewichtskandalisierungen und Diätoutinen zu durchbrechen.

Warum soll Yvonne eigentlich abnehmen? Bedeutet das nicht vorhandene Idealgewicht eine Gefährdung? Will Yvonne selbst dünner werden oder hat dies die Institution verfügt? Wenn letzteres gilt, wie muss Yvonne dies erleben? Und wie fragwürdig ist letztlich auch das Unterfangen, Yvones Gewicht durch einen Apfel oder auch einen Diät-Pudding zu reduzieren? Von einer Süßspeise mehr oder weniger wird das Mädchen schließlich nicht dick. In den Ernährungswissenschaften wird zumindest kontrovers diskutiert, warum die einen Menschen mehr Gewicht haben als die anderen, welche gesundheitlichen Folgen das Mehrgewicht hat, und ob und wie man Menschen überhaupt nachhaltig verschlanken kann.

### Frühstücks-Champion

Eine Studentin berichtet im Seminar von einem Bepunktungssystem, mit dem die Kinder eines Kindergartens zum gesunden Frühstück angehalten werden (ROSE 2009): Je gesünder die mitgebrachten Lebensmittel der Kinder, desto höher ihre Punktzahl. Jeden Morgen werden die Frühstücke der Kinder so bewertet und es wird am Ende der Frühstück-Champion gekürt. Manchmal, so merkt sie auch an, kommt es vor, dass die Erzieherinnen darauf drängen müssen, dass die Punktprodukte auch gegessen werden. Besonders gefreut haben sich die Erzieherinnen, als ein türkisches Mädchen, nachdem es lange jeden Morgen mit einem Kuchenstück kam, dann auch die hochwertige Nahrung mitgebracht hat. Das Seminar ist sehr angetan von der gelungenen Erziehungs-

maßnahme. Man ist beeindruckt, dass sie sogar bei der türkischen Familie gewirkt hat. Auf die Nachfrage, warum denn das türkische Mädchen immer Kuchen mitgebracht hat, erzählt die Studentin, dass die Mutter des Mädchens jeden Tag bäckt und dass in dieser Familie der Kuchen zum Frühstück üblich gewesen wäre. Sie äußert zudem die Vermutung, dass dieses Frühstück in der türkischen Kultur allgemein üblich wäre.

Die Geschichte legt Zeugnis dazu ab, wie selbstverständlich und unhintergebar die Normen der gesunden Ernährung sind und in welcher Totalität sie die Ernährungspraxen kontrollieren. Bezeichnenderweise entstand im Seminar keine Diskussion dazu, auf welcher sachlichen Basis die Nahrungsmittel eigentlich bewertet werden. Es war offenbar völlig einsichtig, dass das Bewertungssystem so war wie es war und dass es zudem so richtig war. Und es war ebenso einsichtig, dass Nahrungsmittel in dieser Weise überhaupt eindeutig klassifizierbar sind. Kritische Einwände kamen nicht auf. Warum nicht? Was macht das Denkgebäude des gesunden Essens so überzeugend?

Die Geschichte zeigt auch, wie leicht der Kodex gesunder Ernährung kulturelle Diversität einebnet, ohne dass dies überhaupt noch Nachdenklichkeit erzeugt. Völlig selbstverständlich erscheint jedenfalls die Tatsache, dass das Punktesystem des Kindergartens die Frühstückskuchen-tradition der türkischen Familie beendet, mehr noch: genau dieser Effekt wird als Erfolg verzeichnet. Warum nun der türkische Frühstückskuchen verwerflicher sein soll als der deutsche Nachmittagskuchen, eine solche Frage kann überhaupt nicht mehr gestellt werden. Was lässt sich nach diesen exemplarischen Episoden zum gesunden Essen kritisch für den Fachdiskurs resümieren?

### Pseudo-Rationalität

Immer schon waren Gesellschaften damit beschäftigt, ihren Mitgliedern zu sagen, was sie essen können, sollen oder wovon sie sich auch fernhalten müssen. Die biologischen Grundlagen des Lebens

zwingen den Menschen zwar dazu, sich zu ernähren, sie vermitteln ihm aber nicht, „was er essen soll. Essen wird viel mehr gesellschaftlich als biologisch in feste Kanäle gedrängt“ (BERGER/LUCKMANN 1987, S. 193). Das Nahrungsrepertoire gibt also niemals die Natur an sich vor, sondern ist Ergebnis sozialer Normierungskonstrukte. So prägte denn der Anthropologe Lévi-Strauss den ernährungssoziologischen Schlüsselsatz, dass Nahrungsmittel nicht ausgewählt werden, „weil sie ‚gut zu essen‘ sind, sondern weil sie ‚gut zu denken‘ sind“ (1965, S. 116). Wie über das „richtige Essen“ gedacht wird, unterliegt Wandlungen.

Mit der allgemeinen Verwissenschaftlichung des Lebens im 19. Jahrhundert setzt sich verstärkt ein naturwissenschaftlich-rationales Paradigma in der Ernährung durch. Die physiologische Frage, wie viel und welche Nahrungsstoffe der menschliche Organismus braucht, um zu überleben und seine Arbeitskraft – und Kriegskraft – zu erhalten, rückte in der Vordergrund gesellschaftlicher Sorge. Es setzte sich eine physikalisch-bilanzierende Ernährungsrationalität durch, die die Nahrung vor allem kalorisch vermaß, substanziell zergliederte und dosierte, um Ernährung zu optimieren (BARLÖSIUS 1999, S. 48 ff). Seitdem haben sich die Nahrungsempfehlungen zwar unentwegt durch immer wieder neue wissenschaftliche Erkenntnisse verändert, doch die medikalisierte Normierungsfigur als solche hat sich konsequent veralltäglicht.

Im Zuge dessen verschiebt sich der Vergesellschaftungsmodus der Ernährung. Nicht mehr Tradition, soziale Zugehörigkeit, Region, Natur oder Religion, auch nicht Geschmackslüste bestimmen, was gegessen wird, sondern medizinisch-wissenschaftliche Befunde werden für das Individuum zum Maßstab des Essens. Wie umfassend er sich im menschlichen Leben durchsetzt, spiegelt sich in den drei Geschichten wider: Alle dargestellten institutionellen Initiativen basieren auf der selbstverständlichen Anerkennung und Reproduktion medizinischer Wahrheitsverkündigungen.

Diese Vorgänge sind umso erstaunlicher, als diese „Wahrheiten“ letztlich so offensichtlich voller Widersprüche sind. Was gesund oder ungesund sein soll, ist nicht nur historisch im Fluss, sondern auch aktuell durchaus strittig, wie die Debatten zu Butter und Fetten, Kaffee, Wein, Vollkornkost, Vitaminzugaben, Trinkmengenberechnungen oder Reduktionsdiäten exemplarisch zeigen. Ebenso ist unklar, wie die komplexen Qualitätskriterien gegeneinander verrechnet werden. Ist der ungeschälte Apfel aus industrialisiertem Anbau vitaminhaltiger als der geschälte von der Streuobstwiese? Ist der Obstjoghurt gesund, obwohl er Zucker und Zusatzstoffe enthält? So werden systemimmanent bereits Fragwürdigkeiten sichtbar.

### Ernährungsmedizinische Vormacht

Die naturwissenschaftlich-medizinische Ernährungsrationalität verdrängt alle weiteren, prinzipiell möglichen Maßstäbe für das Essen. Es ist kaum mehr möglich, sich überhaupt vorzustellen, dass es auch andere normativen Bezugspunkte für den Nahrungskonsum geben könnte als die „gesunden“, geschweige denn, dass diese zu einer ernsthaften Diskursgröße werden. Dennoch gäbe es solche natürlich.

Was Menschen essen, steht schließlich in direktem Zusammenhang zu elementaren gesellschaftspolitischen Fragen. Von der Gestaltung der Produktions- und Vermarktungsstrukturen der Nahrungsmittel, den Monopolisierungs-, Technisierungs- und Industrialisierungsentwicklungen hängen soziale Gerechtigkeit im eigenen Land wie auch weltweit, die Überlebensfähigkeit von Menschen, von lokalen Wirtschaften und damit lokaler Sozialräume, Bevölkerungsentwicklungen und Bevölkerungsbewegungen wie auch Natur- und Umweltpflege ab. Dies alles verschwindet jedoch hinter der so vordringlichen Sorge um das gesunde Essen.

Die Fixierung auf das „gesunde Essen“ entpolitisiert und individualisiert den Nahrungskonsum radikal. Er erscheint weniger als eine Frage des Gemeinwohls,

sondern vor allem als eine des persönlichen Wohls. Diese Prozedur reiht sich strukturlogisch in die allgemeinen Prozesse der neuen Gesundheitsmoral der modernen Gesellschaft – der „Healthicization“ (CONRAD 1992) – ein, mit denen das Individuum moralisch in die Pflicht genommen wird, selbstverantwortlich seine Gesundheit zu sichern. Auch die Alltagspraxis des Essens ist nun von diesem Anspruch durchdrungen. Mehr und mehr normalisiert sich der Anspruch, im Nahrungskonsum der persönlichen Gesundheitsverantwortung nachzukommen.

### Kontrolle

Ebenso wird der Geschmack als möglicher Maßstab für das Essen abgedrängt. So ging es bei der Nahrungsmittelbewertung im Kindergarten nicht um die Geschmacksqualität der mitgebrachten Frühstücke, die Apfelfgabe an die junge Heimbewohnerin war nicht kulinarisch motiviert, und bei den studentischen Überlegungen zur Gestaltung der Schulkantine standen andere Fragen als die nach der geschmacklichen Qualität des Mittagessens im Vordergrund. Zwar fehlen in den Präventionstexten nicht die Hinweise darauf, dass das gesunde Essen auch Genuss ermöglichen soll, doch dieses Kriterium hat eher eine Feigenblattfunktion. Zuerst und vor allen Dingen hat der Nahrungskonsum sich nach

den ernährungsmedizinischen Qualitäten zu richten und eben nicht nach den kulinarischen. Vor diesem Hintergrund offenbart sich das „gesunde Essen“ als eine Praxis der Disziplinierung von Lust: Das „vernünftige“ Über-Ich soll beim Essen den „lüsternen“ Trieb kontrollieren. Geschmacklicher Genuss ist erlaubt, aber nur innerhalb des gesunden Rahmens.

Warum muss die Lust im Zaum gehalten werden? Als persönliche Angelegenheit ist der Geschmack potentiell subversiv (KAUFMANN 2006, S. 43FF). Die Ernährungshistorie zeigt: Lange Zeit hatte der Geschmack als Maßstab für das Essen sowieso kaum Bedeutung. Vielmehr gaben der Boden und die traditionelle und religiöse Ordnung der Nahrungsmittel vor, was zu essen war. Erst das ausgehende Mittelalter erlaubte ansatzweise den Bezug auf den persönlichen Geschmack. Indem das Individuum nun begann, das zu verspeisen, was ihm schmeckte, wurde es sich selbst zum Maßstab und den Vorgaben der Institutionen entrissen – ein erster Individualisierungsschub. Es kam zu einer „etwas zügellosen Explosion des Genusses“ (ebd. S. 43) – mit der Folge, dass erneute Kontrollanstrengungen stattfanden, die Zügellosigkeit wieder einzufangen. Schließlich gefährdet sie tendenziell die Stabilität des Kollektivs. Ein Code des „guten Geschmacks“ entstand, der den ästhetischen Genuss des Essens kollektiv

### Literatur

- BARLÖSIUS, EVA (1999).**  
*Soziologie des Essens.* Weinheim, München: Juventa
- BERGER, PETER L., LUCKMANN, THOMAS (1987).**  
*Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit. Eine Theorie der Wissenssoziologie.* Frankfurt am Main: Fischer
- BETTELHEIM, BRUNO (1975).**  
*Der Weg aus dem Labyrinth. Leben lernen als Therapie.* Stuttgart: Deutsche Verlagsanstalt
- CONRAD, PETER (1992).**  
*Medicalization and Social control.* IN: *Annual Review of Sociology*, 18: 209- 322.
- KAUFMANN, JEAN-CLAUDE (2006).**  
*Kochende Leidenschaft. Soziologie vom Kochen und Essen.* Konstanz: UVK
- LÉVI-STRAUSS, CLAUDE (1965).**  
*Das Ende des Totemismus.* Frankfurt am Main: Suhrkamp
- ROSE, LOTTE (2009).**  
*Punktsiege beim Frühstück. Zur Rückkehr und Faszination normativer Pädagogik in der Gesundheitsförderung für Kinder und Jugendliche.* IN: *Forum Erziehungshilfen* 15, Jg./Heft 4 2009, 211 - 216
- SCHMAUCH, ULRIKE (2009).**  
*Pudding für alle – außer für Yvonne.* IN: *Lotte Rose, Benedikt Sturzenhecker (Hg.): „Erst kommt das Fressen ...!“ Über Essen und Kochen in der Sozialen Arbeit (S. 77 – 83).* Wiesbaden: VS

regulierte und festlegte, was schmeckte und was nicht. Damit einher ging die distinktive Aufladung des Genusses. Soziale Gruppen differenzierten sich durch kulinarische Geschmacksunterschiede.

Mit der fortschreitenden Verbesserung der Nahrungsversorgung in jüngerer Zeit erhält der Geschmack zwangsläufig mehr Chancen, den Nahrungskonsum zu bestimmen. Indem Überfluss, Verbilligung und expandierende Vielfalt der Produktangebote die Nahrungswelt entgrenzen, öffnet sich für die gesamte Bevölkerung der Raum dafür, den Nahrungskonsum ungehindert und ausschließlich an dem auszurichten, was schlicht lecker ist – eine historisch bislang einmalige Situation. Gleichzeitig erklärt dies, warum die gesellschaftlichen Anstrengungen zur Lustkontrolle so intensiv sind und das Erziehungsprogramm des „gesunden Essens“ den Volkskörper zu durchdringen sucht. Es ist der Versuch, in dieser deregulierten Situation die Eigensinnigkeiten des freigesetzten Individuums zu begrenzen und der anarchischen Macht des Geschmacks kollektiv verbindliche Normen entgegenzusetzen.

### Einebnung von Diversität

Die gesunde Ernährung proklamiert einen universellen Anspruch an die gesamte Bevölkerung: Alle haben das gleiche für ihre Gesundheit zu tun, für alle gelten die gleichen Richtlinien, z.B. die Ernährungspyramide der DGE oder das Kuchentabu am Morgen. So werden die Frühstücke aller Kinder in dem Kindergarten nach demselben Punktraster bemessen und hierarchisiert. Individuelle Eigenheiten wie familiäre Speisetraditionen, persönliche Geschmacksvorlieben und kulinarische Bedeutungskontexte werden ignoriert oder gar sanktioniert – wie im Fall des türkischen Mädchens, das kein Frühstück-Champion werden kann, solange es morgens Kuchen mitbringt.

Vor diesem Hintergrund ließe sich das Leitkonzept des „gesunden Essens“ als wirksames bevölkerungspolitisches Standardisierungsprogramm verstehen – und dies nicht nur, weil die ausgegebenen

## DIE FIXIERUNG AUF DAS „GESUNDE ESSEN“ ERWEIST SICH (...) ALS MASSIVE BARRIERE.

Normen unterschiedslos sind, sondern auch, weil diese Praktik in den Augen der (Fach-)Öffentlichkeit so normal erscheint. Zumindest gibt es kaum Widerspruch.

Indem das „gesunde Essen“ alle Individuen an demselben Verhaltenskodex auszurichten sucht, wird ein monolithisches mächtiges Regulativ errichtet, das aber soziale Ungleichheiten nicht überwindet, sondern geradewegs verstärkt. Empirische Untersuchungen können jedenfalls zeigen, dass die propagierten Ernährungsnormen überwiegend dem Essstil entsprechen, der in gehobenen sozialen Milieus praktiziert und idealisiert wird. „Dies trifft zu für die Zurückhaltung beim Essen, die Vorliebe für bestimmte Lebensmittel wie Obst und Gemüse und ebenso für das angestrebte Körperbild. (...) Umgekehrt ist der vorwiegend in unteren sozialen Lagen gebräuchliche Eß- und Lebensstil den wissenschaftlich begründeten Vorschriften diametral entgegengesetzt. Dies bedeutet, dass die Ernährungsaufklärung diesen Essstil nicht nur als „unrichtig“ abstempelt, weil er nicht dem aktuellen Ernährungswissen entspricht, sondern zudem, ohne dass dies ihre bewusste Absicht ist, ihn auch kulturell entwertet“ (BARLÖSIUS 1999, S. 224F). Barlösius konstatiert vor diesem Hintergrund, dass die von Gesundheitsprogrammen empfohlene Ernährungsweise keineswegs „sozial neutral ist, wie durch den Bezug auf naturwissenschaftliche Zusammenhänge unterstellt wird“ (1999, S. 224). Sie reproduziert vielmehr bestehende Machtverhältnisse. Indem der Lebensstil privilegierter Gruppen zur hegemonialen Verhaltensnorm erklärt wird, werden die Lebensstile abweichender Gruppen abgewertet – und die Abwertung darüber hin-

aus rational legitimiert. Auf diesem Nährboden wird Gesundheit einmal mehr individualisiert: Es könnten ja alle gesund essen und leben, wenn sie die Empfehlungen nur ernst nehmen würden.

### Essen: mehr und anderes als Medizin

Mit Menschen in pädagogischen Einrichtungen zu essen, ist eine soziale Handlung, die über die bloße Materialität der Speise als Nährstoff- und Energielieferant hinaus verweist. In ihr gerinnen sozialstrukturelle Fragen des gerechten und nachhaltigen Wirtschaftens, aber auch der Kollektivität und Individualität des Individuums. In der Nahrungsversorgung vermitteln sich elementare Erfahrungen von Fürsorge und Anerkennung; kulinarische Sättigung schafft Befriedigung und Beruhigung; vertraute Speisen sorgen für Heimat, fremde für spannende Gaumensensationen und innere Öffnungen; am Tisch werden Beziehungen gestaltet, Differenzen markiert, Individuen und ihre Triebe sozialisiert, Gemeinschaft hergestellt und sinnlicher Genuss geteilt; das Individuum wendet sich im Essen auch sich selbst liebevoll und sorgend zu. Dies alles beim Essen zu ermöglichen, setzt in der Profession jedoch voraus, diese Dimensionen überhaupt zu sehen und sehen zu wollen. Die Fixierung auf das „gesunde Essen“ erweist sich bei dieser Aufgabe als massive Barriere.

Anmerkung 1 Die Ernährungspyramide ist ein verbreitetes visuelles Schema, mit dem die empfohlenen Tagesrationen der verschiedenen Lebensmittel dargestellt werden: Lebensmittel, die nur in geringen Maßen erlaubt sind (Fett, Zucker, Alkohol usw.) stehen in der Spitze der Pyramide, solche, die in großen Mengen gegessen werden sollen (Getreide, Gemüse usw.) an der Grundlinie.