

Ulrich PFISTER

Geschichte des Alltags seit 1880

17. Oktober 2023

Der schöne Körper seine Ernährung und Pflege

Gliederung

- ◆ Was ist Körpergeschichte?
- ◆ Der demographische Kontext
- ◆ Wandel der Ernährung
- ◆ Körperpflege

Bereiche, in denen Körpergeschichte betrieben wird

- ◆ Ernährungsgeschichte
- ◆ Geschichte von Krankheit, Heilen, Medizin, und Hygiene
- ◆ Geschichte der Sexualität
- ◆ Geschichte von Turnen und Sport
- ◆ Inszenierung des Körpers mit Kleidung und Mode

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

3

Vier Gründe, weshalb der Körper eine Geschichte hat (Gründe 1–2)

- (1) Gesellschaft beeinflusst die Entwicklung und Konstitution des Körpers
... durch Ernährung, Fürsorge und heilende Intervention.
- (2) Ordnungsfunktion des Körpers
 - ◆ Grenzen
 - ◆ Der Körper markiert Grenzen zwischen Individuen und Umwelt
 - Die Beschäftigung mit Körperpflege, Essen und Ausscheidungen ist eine Beschäftigung mit der Beziehung zwischen Individuum und seiner sozialen Umwelt
 - Bsp. Essen von kleinen Bissen mit der Gabel ist manierlich, Saucenspritzer auf dem Kinn sind ekelerregend
 - ◆ Beziehung zwischen körperlicher und gesellschaftlicher Ordnung
 - Körperliche Tatbestände werden häufig mit sozialen Gegebenheiten in Beziehung gebracht
 - Bsp. aus der Zeit um 1900: Gebärmutter/im Vergleich zu Männern kleinere Gehirnmasse von Frauen – Schwachsinn – Begründung politische Unmündigkeit von Frauen

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

4

Vier Gründe, weshalb der Körper eine Geschichte hat (Gründe 3–4)

(3) (Implizites) Körperwissen

Unsere vorwissenschaftliche Selbstverständlichkeit, mit der wir uns im Alltag verhalten, beinhaltet oft eine habitualisierte Körpertechnik

z. B. Gehen, Aufstehen; Gestik beim Verneinen/Bejahen; Spontanreaktionen im Sport

(4) Der Körper als Ergebnis von diskursiv verankerten Disziplinartechniken zur Lenkung von Menschen

- ◆ Den Körper gibt es nur, soweit wir ihn uns denken können
(sozialkonstruktivistischer Ansatz)
- ◆ Unterschiedlich stark wissenschaftlich verankerte Diskurse und die darauf aufbauenden gesellschaftlichen Institutionen beeinflussen die Art und Weise
 - ◆ ... unserer Körperwahrnehmung
 - ◆ ... unseres Umgangs mit dem Körper
- ◆ Klassisches Beispiel: Hygiene

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

5

Der demographische Kontext

(Demographie: Wissenschaft der
Gegenstände, die sich auf Bevölkerung und ihre
Veränderung – Geburten, Sterbefälle, Wanderung –
beziehen)

Der demographische Übergang in Deutschland Geburten- und Sterbeziffern, 1816–1980



Geburten bzw. Sterbefälle pro 1000 Einwohner(innen). 1834–1943 Reichsgebiet, 1946–1989 BRD

Quelle: Rahlf, Thomas (Hg.): Deutschland in Daten: Zeitreihen zur Historischen Statistik (Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung, 2015), S. 35.

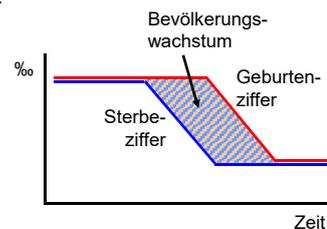
17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

7

Der demographische Übergang Das Konzept

Betrachtet werden Geburten- und Sterbeziffern:
Geburten bzw. Todesfälle pro 1000
Einwohner:innen



Merkmale

- (1) Übergang von hohen Geburten- und Sterbeziffern (30–40‰), zu niedrigen Geburten- und Sterbeziffern (um 10‰)
- (2) Dieser Übergang vollzog sich in den einzelnen Ländern in unterschiedlichem Maß zeitversetzt
 - ◆ d. h. die Sterblichkeit sank vor der Fruchtbarkeit
 - starkes Bevölkerungswachstum (in Europa v. a. zweite Hälfte 19./frühes 20. Jh.)

Länderspezifische Muster

- ◆ Frankreich: weitgehend paralleler Rückgang von Sterbe- und Geburtenziffer → geringes Bevölkerungswachstum
- ◆ Großbritannien: Schon im 18./frühen 19. Jh. Bevölkerungswachstum aufgrund steigender Fruchtbarkeit bzw. Heiratsrate

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

8

Hintergründe des demographischen Übergangs

- ◆ **Bessere Krankenversorgung**
medizinische Fortschritte, Krankenversicherung, Ausbau des Hospitalwesens
- ◆ **Öffentliche Hygiene**
 - ◆ Ab 2. Hälfte 19. Jh. auf kommunaler Ebene Verbesserung von Kanalisation, Trinkwasserversorgung, Müllabfuhr
 - ◆ Seit Ende 19. Jh. auf staatlicher Ebene Gesetze für Einhaltung der Lebensmittelhygiene
- ◆ **Private Hygiene**
 - ◆ Säuglingspflege
 - ◆ Körperhygiene
- ◆ **Verbesserte Ernährung**
- ◆ **Änderung des Sexualverhaltens**
Trennung von Sexualität und Fortpflanzung durch die Verbreitung von Geburtenbeschränkung

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

9

Wandel der Ernährung

Langfristige Verbesserung des Ernährungsniveaus

- ◆ Letzte große Versorgungskrisen 1846/48 und 1855
- ◆ danach allmählich dauerhafte Verbesserung der Nahrungsversorgung
 - Gründe
 - ◆ Globalisierung: Billige Importe von Grundnahrungsmitteln aus USA, Argentinien, Kanada
 - ◆ Einkommenswachstum im Gefolge der Industrialisierung
- ◆ Um 1900 vermutlich kalorisch ausreichende Versorgung des Großteils der Bevölkerung in Europa und den USA
 - ◆ USA 1909/13 durchschnittlich 3500, 1985 3600 Kalorien/Kopf
 - ◆ Neuere Versorgungskrisen in Deutschland: Erster Weltkrieg; 1944–1947
- ◆ Allerdings bis ins frühe 20. Jh. Ausrichtung der Ernährung v. a. auf Sättigung (Kalorienzufuhr)
- ◆ Hinsichtlich Proteinen, Vitaminen und Spurenelementen bestand vielfach ein Mangel, der erst nach dem 2. WK behoben wurde.

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

11

Trend weg von der Getreidenahrung

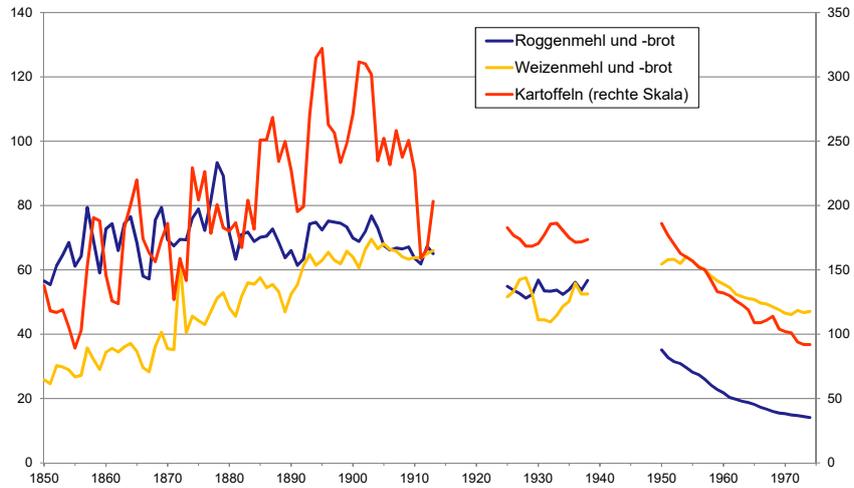
- ◆ Höhepunkte des Pro-Kopf-Konsums von Getreide und Kartoffeln in Deutschland Ende 19. Jh. (Weizen 1900/1950)
- ◆ Danach Rückgang
 - ◆ Besonders ausgeprägt bei Roggen: 1980 1/5 des Niveaus von 1880
 - ◆ Kartoffeln 1/3 des Niveaus von 1900
- ◆ Neu aufkommende Nahrungsmittel
 - ◆ Ab ca. 1880 starke Zunahme des Zuckerverbrauchs
 - ◆ ab ca. 1890 Zunahme des Verbrauchs von Speiseöl und Margarine
 - ◆ ab Mitte 19. Jh. und sehr stark nach 2. WK von Schweine- und Rindfleisch
 - ... allerdings wieder starker Rückgang ab Mitte 1980er Jahren
 - ◆ erst nach 2. WK von Geflügel, Eiern, Frischgemüse und -obst (inkl. Südfrüchte)

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

12

Pro-Kopf-Konsum von Getreide und Kartoffeln Deutschland/BRD, 1850–1975 (kg)



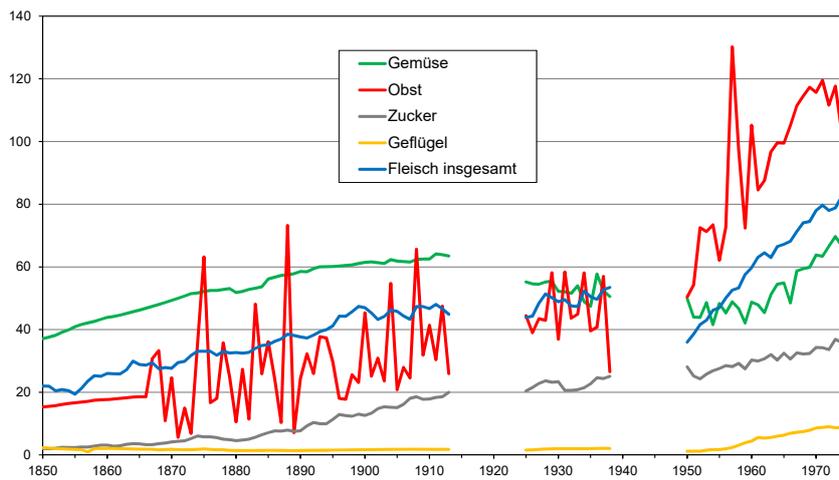
Quelle: Teuteberg, Hans J.: »Der Verzehr von Nahrungsmitteln in Deutschland pro Kopf und Jahr seit Beginn der Industrialisierung (1850–1975),« Archiv für Sozialgeschichte 19 (1979), 331–388, hier S. 344–349.

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

13

Pro-Kopf-Konsum von Fleisch, Gemüse Obst und Zucker Deutschland/BRD, 1850–1975 (kg)



Quelle: Teuteberg, Hans J.: »Der Verzehr von Nahrungsmitteln in Deutschland pro Kopf und Jahr seit Beginn der Industrialisierung (1850–1975),« Archiv für Sozialgeschichte 19 (1979), 331–388, hier S. 344–349.

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

14

Nahrungsmittelindustrie, Großbetriebe im Einzelhandel

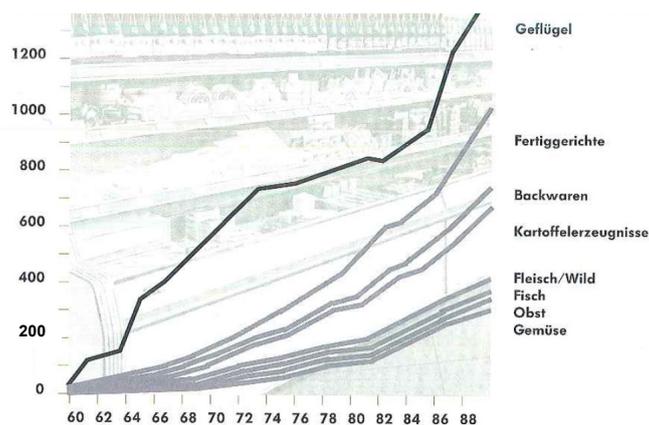
- ◆ Anfänge der Nahrungsmittelindustrie in der 2. Hälfte 19. Jh. mit ...
 - ◆ Konzentraten
Liebigs Fleischextrakt, Knorr, Maggi, Sirupe wie z. B. Coca Cola, Kondensmilch
 - ◆ Schokolade
 - ◆ Großbrauereien
parallel Aufkommen von Flaschenbier – Verfügbarkeit von Bier auf dem Arbeitsplatz
 - ◆ Konservendosenindustrie
- ◆ In der 2. Hälfte 20. Jh. Aufkommen von Kühlprodukten und Gefrierkost
Joghurt, Speiseeis, Fertiggerichte, Pommes
- ◆ Nach 2. WK in Verbindung mit Selbstbedienung in Großbetrieben des Einzelhandels Durchsetzung des Abpackens von Nahrungsmitteln
Pioniere: Tee- und Kaffeehandel vor dem 1. WK
- ◆ Für Konsument:innen rationalisierten Dosen, Kühlprodukte und Gefrierkost den Einkauf und beschleunigten Mahlzeitenzubereitung

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

15

Verbrauch von Tiefkühlkost in der BRD (in 1000 Tonnen, 1960–1989)



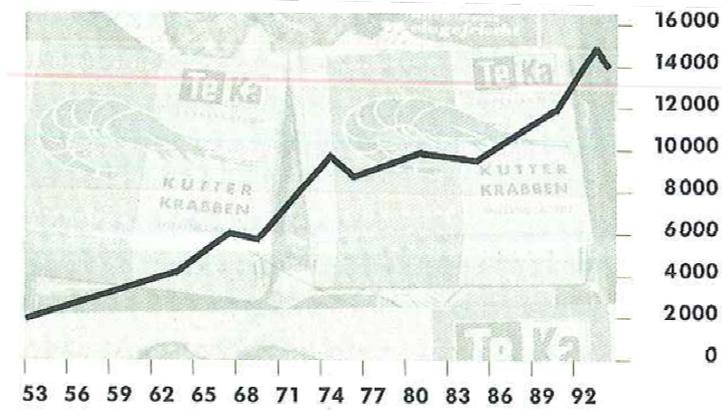
Quelle: Andersen, Arne: Der Traum vom guten Leben: Alltags- und Konsumgeschichte vom Wirtschaftswunder bis heute (Frankfurt a. M.: Campus, 1997), S. 80.

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

16

Packmittelproduktion in 1000 Tonnen 1953–1992



Quelle: Andersen, Arne: Der Traum vom guten Leben: Alltags- und Konsumgeschichte vom Wirtschaftswunder bis heute (Frankfurt a. M.: Campus, 1997), S. 64.

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

17

Diskurse um Ernährung I Energiezufuhr

- ◆ Justus Liebig (1803–1873) und seine Schüler
... entwickelten eine exakte Methode, um den Gehalt von Nahrungsmitteln an Kalorien zu bestimmen
- ◆ Analogie zwischen Körper und Dampfmaschine
Fette und Kohlehydrate liefern Energie; Muskelfleisch Proteine
- ◆ Wissenschaftliche Begründung auch von Zusammenhängen zwischen Ernährung und Zivilisation/Imperialismus
New Yorker Arzt Woods Hutchinson 1909: »Vegetarismus – das ist die Diät der versklavten, stagnierenden und unterworfenen Rassen, eine fleischreiche Kost hingegen ist die Diät von fortschrittlichen und erobernden Geschlechtern [...]. Weißes Mehl, rotes Fleisch und blaues Blut ergeben die Trikolore der Eroberung.«

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

18

Diskurse um Ernährung II Die verseuchte Umwelt

- ◆ Louis Pasteur (1822–1895) ...
entdeckte die Bedeutung von Mikroorganismen in chemischen und biologischen Vorgängen
- ◆ Sehr bedeutsam für ...
 - ◆ das Verständnis von Infektionskrankheiten und Nahrungsmittelvergiftungen,
 - ◆ damit auch zentral für Entwicklung von Konservierungstechnik
 - ◆ Verständnis von Verdauung
- ◆ Anknüpfungspunkte für pessimistische Sichten, die Grenzen zwischen Körper und Umwelt aufgelöst, ihn offen für verderbliche Außeneinflüsse sehen
z. B. unter Forschern um 1890 Angst vor Eiweißfäule im Dickdarm

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

19

Diskurse um Ernährung III Ernährungsreform, Vitamine, Ballaststoffe

- ◆ Seit den 1890er Jahren wurde die auf Kohlehydraten und Proteinen basierende Ernährungslehre zunehmend von Ärzten aus dem Umfeld der Naturheilmovement mit eher philosophischen und zivilisationskritischen denn medizinischen Begründungen in Frage gestellt
 - ◆ Wichtige Vertreter:
 - ◆ Maximilian O. Bircher-Benner (1867–1939)
 - ◆ Werner G. Kollath (1897–1970)
 - ◆ Bircher-Benner 1937: »Statt vor Bakterien sollten wir uns vor den Unordnungen fürchten.«
- ◆ Die von der Ernährungsreformbewegung propagierte Werthaltigkeit von Rohkost, Obst und Vollwertkost (z. B. Reformbrote) wurde v. a. von der Vitaminforschung des 1. Drittel 20. Jh. weitgehend bestätigt.

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

20

Ernährungssysteme I

Von der traditionellen Geometrie zum eiligen Eklektizismus

- ◆ Bedeutung regionaler Küchen bis ins frühe 20. Jh.
 - ◆ Trotz Industrialisierung und Reduktion der Transportkosten blieben in ländlichen Gebieten und in der Arbeiterklasse regionale Speisen dominant.
Regional verschiedene Getreidesorten, Hülsenfrüchte, unterschiedliche Bedeutung von Milchprodukten (auch: Butter vs. Schweineschmalz) und Obst
 - ◆ Nahrhafte Speisen wie Fleisch und Weißbrot blieben stark mit sozialem Status und Männlichkeit konnotiert.
- ◆ Tagesrhythmus
 - ◆ Bis um 1960 blieb das Mittagessen Hauptmahlzeit, wobei manchmal auch für das Abendessen gekocht wurde.
 - ◆ Daneben meist Frühstück und Abendbrot sowie 1–2 Zwischenverpflegungen
 - ◆ In Verbindung mit langen Kochzeiten von Getreidespeisen und Hülsenfrüchten ausgeprägtes Zelebrieren der Hauptmahlzeiten als familiäres Ereignis
geschlechts-/altersspezifischer Konsum; Disziplin: Manieren, Esszwang

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

21

noch: Ernährungssysteme I

Von der traditionellen Geometrie zum eiligen Eklektizismus

- ◆ Auflösung des Tagesrhythmus
 - ◆ Ab ca. 1960 starke Zunahme der außerhäuslichen Verpflegung
 - ◆ Verbreitung der schon Ende 19. Jh. entstandenen Kantinen
 - ◆ Verbreitung von industriellen/handwerklichen Schnellimbissen: um 1960 Wienerwald [Hähnchen], 1980er Jahre Hamburger, Pommes-Bude, Döner-Bude
 - ◆ Durch vorgefertigte Mahlzeiten konnten Kochzeiten reduziert und Essgewohnheiten individualisiert werden; z. B. Abendbrot → TV-Dinner
 - ◆ Essen wurde besonders in Unterschichten tendenziell zu einer eiligen, effizient zu bewältigenden Angelegenheit.
- ◆ Assimilation neuer Speisen
 - ◆ Ab den 1960er/1970er Jahren gingen Speisen aus dem Umfeld der Ernährungsreformbewegung in die Ernährung der breiten Bevölkerung ein: Müsli, Vollwertbrot, Salat
 - ◆ Assimilation der Ethnoküche: Tiefkühlpizza, Enchiladas, Nudeln, etc.
 - ◆ Insgesamt reflektiert die wachsende Vielfalt der Ernährung die gesellschaftliche Differenzierung nach Lebensstilen

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

22

Ernährungssysteme II Gesundes und ungesundes Essen

- ◆ Die Ernährungsreformbewegung seit den 1890er Jahren sah die unbefriedigende Volksgesundheit z. T. in Fehlernährung begründet.
- ◆ Bestreben, an die Stelle einer traditionellen/spontanen Ernährung eine ordentliche, wissenschaftlich fundierte Ernährung zu setzen
 - ◆ Dabei wurde zum Teil die traditionelle Essgeometrie auf den Kopf gestellt
Konzept der Hauptmahlzeit bei Bircher-Benner: Statt vom Salzigen zum Süßen und vom Gekochten zum Rohen (Dessert: Käse/Früchte) wird vom Süßen und Rohen (Vorspeise: Frucht) zum gekochten Getreide fortgeschritten
- ◆ Im frühen 20. Jh. auf esoterische Gruppen beschränkt, ab 1970er/80er Jahren Ausbreitung einzelner Gerichte (u. a. Müsli) über zunehmenden Eklektizismus der Esskultur auf größere Teile der Gesellschaft

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

23

Ernährungssysteme III Macht – Männerlust und Frauenhunger

- ◆ Frauen kochen überwiegend, essen dagegen weniger als Männer.
- ◆ Ende der Konnotation Leibesfülle – gute Ernährung – hoher Status in 1. Hälfte 20. Jh. Diese Entwicklung traf v. a. Frauen, die stärker als »arbeitend« Männer gesunde und effiziente Ernährung an ihrem Körper darzustellen hatten und haben
 - Models wogen um 1960 rd. 5%, um 1980 20% weniger als der Durchschnitt gleichaltriger Frauen
- ◆ Davon ausgehend Disziplinierungsdruck auf Frauen (z. B. in Gestalt der Verbreitung von Diätkost) mit Anorexie als verbreitetem Phänomen unter jungen Frauen ab 1980er Jahren

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

24

Hungernde Frauen vor der Ära des Schlankeitskults

»In der Arbeiterfamilie ist es einmal so: der Mann, der ja arbeiten muss, bekommt von der vorhandenen Nahrung den größten Anteil, auch die Kinder erhalten soviel wie möglich. Übrig bleibt in den meisten Fällen die Mutter; sie begnügt sich mit Schmecken, wenn zu wenig da ist, und lebt von Brot, Kaffee und Kartoffeln. Die Frau des Arbeiters bringt sich der Familie täglich zum Opfer. Wenn alle nicht mehr rufen, dann ist sie zufrieden, wenn sie auch hungert. Es sind also sehr einleuchtende Gründe, warum die Frau des Bauhülfers noch nicht das Durchschnittsalter ihres Mannes erreicht.«

Lebenshaltung und Arbeitsverhältnisse der Deutschen Bauhülfersarbeiter, hg. Hauptvorstand des Zentralverbandes der baugewerblichen Hülfersarbeiter Deutschlands, Hamburg 1908, S. 48, zit. nach Frevert, Ute: »Fürsorgliche Belagerung: Hygienebewegung und Arbeiterfrauen im 19. und frühen 20. Jahrhundert«, Geschichte und Gesellschaft 11 (1985), 420–446, hier S. 435.

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

25

Körperpflege

Seife und Mundwasser

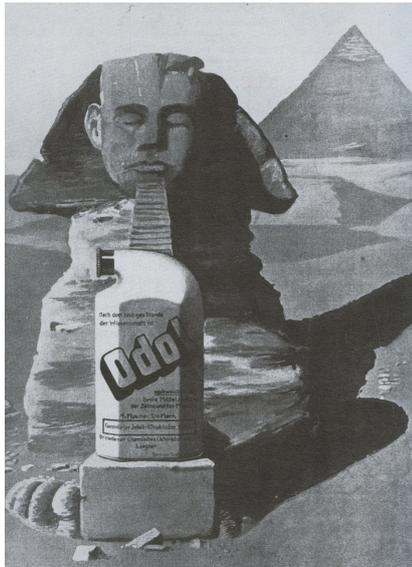
- ◆ Ende 19. Jh. zunehmende Verwendung von Wasser in der Körperhygiene
 - ◆ Folge der Verbesserung der Wasserqualität
 - ◆ Vermehrung von Bademöglichkeiten in Mietshäusern, Duschen am Arbeitsplatz
- ◆ Parallel dazu Entwicklung der Seifenindustrie und Entstehung des Produktes des Mundwassers (Odol ab 1892), erst später der Zahnpaste
 - ◆ Seifenwerbung richtete sich beinahe ausschließlich an Frauen.
 - ◆ Erstmals wurde suggeriert, dass Seife einen Beitrag zur Erhaltung der Jugendlichkeit des Körpers leiste.
- ◆ Konnotation von Körperhygiene mit bürgerlicher Kultiviertheit bzw. Natürlichkeit
 - ◆ Sujets von Odol-Werbung um 1900:
 - ◆ Antike – Einbettung in den Kanon bürgerlicher Kultur
 - ◆ Natur – im Gegensatz zum städtischen, potentiell gesundheitsbedrohenden Alltag
 - Der Körper und seine Pflege werden in den Kontext von Ordnungsvorstellungen gerückt

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

27

Werbung für Odol um 1900



Quelle: Väh-Hinz, Henriette: Odol: Reklamekunst um 1900, Gießen: Anabas, 1985, S. 100, 153.

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

28

Konstruktion von Geschlechtsidentität mittels des Körpers Das Beispiel der Kosmetik (spätes 19./frühes 20. Jh.)

◆ Identität durch »Charakter«

bis ins 3. Viertel 19. Jh. wurde die Identität bürgerlicher Frauen wenig durch die äußere Erscheinung konstituiert. Dominierend war der durch länger andauernde soziale Interaktion (sich kennen lernen) erfahrbare »Charakter«

◆ Kosmetik und Identitätsschaffung durch »Typ«

- ◆ Ab dem späten 19. Jh. verbreiteten sich (in den USA) gehandelte Kosmetika
 - ◆ Ausgangspunkt: Verbreitung der Portraitfotografie, mit der körperliche Schönheit eine faktische, objektive Qualität erhielt
 - ◆ Pioniere: Schauspielerinnen, von denen Fotos weit zirkulierten, begannen Kosmetika zur Selbstdarstellung zu nutzen
 - ◆ Ab ca. 1900 Kosmetikindustrie: Werbung, Einzelhandel, Artikel in Familien- und Modezeitschriften
- ◆ Diskurse stellten einen visuell erfahrbaren »Typ« dar;
 - Kosmetik erlaubt eine zeichenhafte Darstellung von Identität mittels des Körpers.

◆ Interpretationen dieses Wandels

- ◆ verstärkte Konstituierung von Identität über sexualisierten Körper
- ◆ Ausdruck verstärkter Präsenz von (jungen) Frauen der Mittelschicht im Arbeitsmarkt bzw. im Freizeitbereich, in denen Identität flüchtig kommuniziert wird

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

29

Alltägliche Selbstdarstellung mit Hilfe von Kosmetika



„Which of these alluring types are you?“

Druckfahne einer Werbung für Armand Gesichtspuder 1929

Kommentar: Kosmetika sollen (ledigen) Frauen in flüchtigen Kontakten (Arbeitsplatz, Straße, Freizeit) eine rasche Kommunikation ihrer geschlechtsbezogenen Identität als „Typ“ (vs. Charakter) erlauben.

Quelle: Kathy Peiss, »Making up, making over: cosmetics, consumer culture, and women's identity«, in: de Grazia, Victoria und Ellen Furlough (Hg.), The sex of things: Gender and consumption in historical perspective, Berkeley: University of California Press, 1996, 311–336, hier S. 367.

17.10.2023

Der schöne Körper – seine Ernährung und Pflege

30