

„Denen fehlt das Wissen genauso“ – Wissenskultur zum Thema Fitness von jugendlichen Insassen im Gefängnis

Einleitung

Die Präsenz von Fitnesssport ist in den letzten Jahren in der westlichen Sozialkultur verstärkt spürbar geworden und hat vor allem bei Jugendlichen enorm an Popularität und Relevanz gewonnen (Skauge & Seippel, 2022). Fitness und die damit verbundenen Schönheitsideale werden häufig über soziale Medien verbreitet, da Influencer*innen von jungen Menschen als vertrauenswürdige Quellen wahrgenommen werden (Theis, 2022). Influencer*innen schaffen dabei nicht nur Motivation und Inspiration für fitnessbezogene Inhalte, sondern teilen auch ihr Fachwissen über Krafttraining, Anatomie, Ernährung und Gesundheit mit ihren Follower*innen.

Im Gefängnis sind alle Formen des Krafttrainings äußerst beliebt, da ein stabiler, muskulöser Körper in Kombination mit einem selbstbewussten Auftreten als Entschlossenheit und Wehrhaftigkeit gedeutet wird (Müller & Mutz, 2022). Gefängnisinsassen haben, im Verhältnis zu Menschen außerhalb des Gefängnisses, allerdings oft eingeschränkten oder keinen Zugang zu den gleichen Ressourcen wie beispielsweise dem Internet und sozialen Medien. Entsprechend stellen sich die Fragen, wie junge Gefängnisinsassen - denen der Zugang zum Internet vorübergehend untersagt ist - Wissen über Fitness *definieren*, welche Quellen sie im Gefängnis nutzen, um sich Wissen *anzueignen*, und wie sie die Glaubwürdigkeit einer Wissensquelle *beurteilen*? Damit nähert sich dieser Beitrag den jugendlichen Fitnessszenen, welche – außerhalb des Gefängnisses – von Bindel und Theis (2020) als Wissenskulturen bezeichnet werden.

Methoden

Als Interviewpartner wurden männliche Insassen (n = 12) ausgewählt, die mindestens einmal pro Woche im Fitnessraum des Gefängnisses trainieren. Die Insassen sind in zwei Außenstellen einer offenen deutschen Justizvollzugsanstalt inhaftiert. Die beiden Außenstellen verfügen über Abteilungen des Jungtätervollzuges, einem speziellen Konzept für die Arbeit mit jungen Strafgefangenen im Alter von 21 bis 26 Jahren (Höltkemeyer-Schwick & Seidler, 2020). Die Vereinten Nationen (UN, 1985) definieren Personen in einem Alter von 15 bis 24 Jahren als Jugendliche, entsprechend wurden nur Insassen interviewt, die zwischen 21 bis 24 Jahre alt sind. Das Durchschnittsalter der interviewten Insassen liegt bei 23.75 (± 1.42) Jahren.

Die Befragungen wurden als qualitative, halbstandardisierte Leitfadeninterviews in den beiden Außenstellen durchgeführt und dauerten im Durchschnitt etwa 30 Minuten. Die Interviewdaten wurden mit der Software MAXQDA nach der qualitativen Inhaltsanalyse von Kuckartz und Rädiker (2022) ausgewertet. Das Protokoll des Interviewleitfadens sowie die Kategorien für die deduktive Inhaltsanalyse (kursiv) orientieren sich an den oben genannten Forschungsfragen und sind somit anschlussfähig an die theoretische Rahmung von Theis (2023).

Ergebnisse

Trotz Einschränkungen zur Außenwelt erreicht der Fitnesstrend die jugendlichen Insassen. Alle zwölf Insassen sind bestrebt, ihre Fitness und ihr Aussehen während der Haftzeit zu verbessern

(„Abnehmen und breiter werden“). Gemäß Forschungsfragen gilt es nach der *Definition*, *Akquise* bzw. *Aneignung* sowie der *Beurteilung* von Wissen zu fragen.

Die Insassen *definieren* Wissen als Kenntnisse über die Muskelgruppen („Wissen ist für mich, wie ich den Trizeps und die Brust zum Beispiel gleichzeitig trainiere“) und die korrekte Ausführung von Bewegungen („Wissen ist für mich [...], wenn ich weiß, wie ich diese Übungen überhaupt ausführe“). Nach Ansicht der Insassen schützt die richtige Technik vor Verletzungen respektive langfristigen Schäden am Körper.

Unter den gegebenen Umständen (keine Nutzung internetfähiger Geräte im Gefängnis) liegt es nahe, sich Wissen vor Ort vor allem durch Bücher sowie persönliche Interaktionen *anzueignen* („Ich habe ein Buch oben und manchmal frage ich auch“). Interaktionspartner sind ausschließlich Mitgefangene, da das Krafttraining in beiden Außenstellen selbstständig, d.h. ohne Trainer*in erfolgt. Bei Unklarheiten über die Durchführung von Trainingseinheiten und Ernährungsumstellungen beziehen sich die Insassen daher zwangsläufig gegenseitig ein.

Die persönlichen Interaktionsquellen werden als glaubwürdig *beurteilt*, wenn sie einen breiten bzw. muskulösen Körper haben („Wenn die [Person] schon so muskulös aussieht, dann glaube ich schon eher, dass es stimmt“; „Es gibt hier, um ehrlich zu sein einen Einzigen, der wirklich Ahnung hat von das, was er sagt. [...] So einen breiten“). Viele Mitinhaftierte verfügen jedoch nur über „Halbwissen“. Entsprechend kann von und mit diesen schlecht gelernt werden („Ich kann von den Leuten hier nicht mehr lernen, weil denen fehlt das Wissen genauso“).

Diskussion

Es ist wichtig, diese Einblicke in die Wissenskultur zum Thema Fitness im Gefängnis zu nutzen, um gezielte Bildungsmaßnahmen für die Insassen zu entwickeln, die deren spezifischen Bedürfnissen und Umständen gerecht werden. Dies gilt speziell für Insassen, die vor der Inhaftierung noch keinen (Fitness-)Sport gemacht haben bzw. erst im Gefängnis mit dem Training begonnen haben. Denn vor allem für diese besteht die Gefahr einer unreflektierten Abhängigkeit respektive der Bedarf an einer qualifizierten Wissensvermittlung (z.B. durch Trainer*innen). Eine Möglichkeit zur Förderung des Wissens über Fitness im Gefängnis könnte die Einführung von regelmäßigen Schulungen durch qualifizierte Trainer*innen sein.

Literatur

- Bindel, T. & Theis, C. (2020). Fitness als Trend des Jugendsports - eine Wissenskultur. *Forum Kinder- und Jugendsport*, 1, 6-14.
- Hölmeyer-Schwick, K. & Seidler, J. (2020). Differenzierung des offenen Vollzuges. Zur Binnenstruktur der größten offenen Anstalt Europas. *Forum Strafvollzug*, 69(2), 103-107.
- Kuckartz, U. & Rädiker, S. (2022). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung* (5. Aufl.). Beltz Juventa.
- Müller, J. & Mutz, M. (2022). Pumping iron for strength and power: prisoners' perceptions of a stable body. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 14(7), 1159-1173.
- Skauge, M. & Seippel, Ø. (2022). Where do they all come from? Youth, fitness gyms, sport clubs and social inequality. *Sport in Society*, 25(8), 1506-1527.
- Theis, C. (2022). Bro-Science im Gym – Rechtfertigung von Wissen in fitnesssportiver Jugendkultur. In R. Messmer & C. Krieger (Hrsg.), *Narrative zwischen Wissen und Können* (S. 259-272). Academia.
- Theis, C. (2023). *Wissen für den Körper: Eine Ethnographie über Jugend und Fitness*. Shaker-Verlag.
- UN (1985). *Secretary-General's Report to the General Assembly*, A/40/256.